

ΜΕ ΑΦΟΡΜΗ ΤΗ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑ **ΕΠΙΔΗΜΙΑ ΔΙΑΒΗΤΗ ΚΑΙ ΤΗΝ** **ΠΡΟΣΒΟΛΗ ΑΠ΄ΑΥΤΟΝ ΑΤΟΜΩΝ** **ΝΕΑΡΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ**

Δρ Γεώργιος Ι Κούρτογλου
Παθολόγος-Διαβητολόγος
Διδάκτωρ Ιατρικής ΑΠΘ

Εκρηκτικές διαστάσεις λαμβάνει πλέον ο σακχαρώδης διαβήτης και οι προβλέψεις για το μέλλον είναι εξαιρετικά δυσοίωνες. Σύμφωνα με τη Διεθνή Ομοσπονδία για το Σακχαρώδη Διαβήτη (IDF) ο αριθμός των διαβητικών στην υφήλιο είναι σήμερα 240 εκατομμύρια.

Τα επόμενα 20 χρόνια, εάν δεν υπάρξουν σημαντικές παρεμβάσεις, εκτιμάται ότι ο αριθμός των ατόμων με διαβήτη θα ανέλθει στα 380 εκατομμύρια. Αυτό θα συμβεί γιατί ο παγκόσμιος πληθυσμός αυξάνεται, ζει περισσότερο, γίνεται πιο παχύσαρκος και ολοένα και περισσότερο αυξάνεται ο καθιστικός τρόπος ζωής.

Ο αριθμός των διαβητικών στην Ευρώπη μέχρι το 2025 αναμένεται να παρουσιάσει αύξηση 30-40%, ενώ στις υπανάπτυκτες χώρες η αύξηση μπορεί να αγγίξει το 100%. Στην Ελλάδα ο αριθμός των ατόμων με διαβήτη σχεδόν τετραπλασιάστηκε τα τελευταία 30 χρόνια και εκτιμάται ότι οι διαβητικοί στη χώρα μας είναι περίπου 900.000, δηλ. το 8% του συνολικού πληθυσμού.

Παράλληλα, **είναι ιδιαίτερα ανησυχητικό το γεγονός ότι ο διαβήτης τύπου 1 αυξάνεται κατά 3% κάθε χρόνο στα παιδιά και στους εφήβους. Ένα ανησυχητικό ποσοστό 5% παρατηρείται στα παιδιά προσχολικής ηλικίας, ενώ σύμφωνα με εκτιμήσεις, περίπου 70.000 παιδιά κάτω των 15 ετών παρουσιάζουν κάθε χρόνο διαβήτη τύπου 1 σε παγκόσμια κλίμακα (περίπου 200 παιδιά ημερησίως). Σύμφωνα με στατιστικές, ο διαβήτης τύπου 1 έχει ήδη προσβάλλει περίπου 440.000 παιδιά που βρίσκονται κάτω από την**

ηλικία των 14 ετών, παγκοσμίως. Εξ' αυτών, υπολογίζεται ότι το 20% βρίσκεται στην Ευρώπη. Το κόστος της αντιμετώπισης του σακχαρώδη διαβήτη και των επιπλοκών του είναι τεράστιο και εκτός από ιατρικό είναι και κοινωνικό και οικονομικό

.».

Ο διαβήτης τύπου 2 κάποτε εθεωρείτο ως νόσος που προσέβαλε ενήλικες, ειδικά όσους έχουν ξεπεράσει το 40ό έτος της ηλικίας. Όμως σήμερα ο ΣΔ τ2 άλλαξε πρόσωπο και προσβάλλει μικρότερες ηλικίες, νέους και παιδιά. Η ιλιγγιώδης αύξηση του Διαβήτη τύπου 2 οφείλεται σε υψηλό ποσοστό στην αλλαγή των διατροφικών συνηθειών και την απομάκρυνση από την παραδοσιακή μεσογειακή(ελληνική) διατροφή.

Ένα μεγάλο μέρος του πληθυσμού σε παγκόσμια κλίμακα καταναλώνει τροφές πλούσιες σε λίπη (διασπώνται δύσκολα) και χαμηλές σε φυτικές ίνες. Επιπλέον, όλο και περισσότερες οικογένειες στρέφονται στην κατανάλωση προετοιμασμένων φαγητών, όπως στα ταχυφαγεία (φαστ φουντ). Η οικονομική κρίση που βιώνουμε σήμερα συντελεί κι αυτή στη κατανάλωση προπαρασκευασμένων κακής ποιότητας τροφίμων πλούσιων σε λιπαρά και ζάχαρη από μεγάλα τμήματα του πληθυσμού

Τα παιδιά, όπως και γενικώς τα άτομα με Διαβήτη τύπου 2, έχουν συνήθως ένα ισχυρό οικογενειακό ιστορικό Διαβήτη. Μελέτες έδειξαν ότι, τα παιδιά γυναικών που ανέπτυξαν Διαβήτη κατά την κύηση έχουν μεγαλύτερες πιθανότητες εμφάνισης διαβήτη τύπου 2. Επιπλέον η πλειοψηφία των παιδιών με Διαβήτη τύπου 2 (περίπου το 85%) είναι ήδη υπέρβαρα και παχύσαρκα τη στιγμή της διάγνωσης. Η αλλαγή του τρόπου ζωής(lifestyle) με υιοθέτηση υγιεινής διατροφής και αυξημένης σωματικής δραστηριότητας(σωματική άσκηση) βρέθηκε σε πάρα πολλές μεγάλες μελέτες ότι μπορεί να αναστείλει ή να καθυστερήσει για πολλά χρόνια την εμφάνιση του διαβήτη τύπου 2 με προφανές τεράστιο όφελος για το άτομο και την κοινωνία.

Σύμφωνα με εκτιμήσεις, 1 στα 10 παιδιά παγκοσμίως είναι υπέρβαρο. Αυτό σημαίνει ότι 30-45 εκατομμύρια παιδιά και έφηβοι παγκοσμίως είναι παχύσαρκοι, ενώ από

αυτούς, τα 22 εκατομμύρια είναι παιδιά κάτω των πέντε ετών. Συνεπώς, η νέα γενιά εμφανίζει σαφέστατα αυξημένο τον κίνδυνο εμφάνισης διαβήτη.

Υπολογίζεται ότι το ποσοστό των περιστατικών με διαβήτη τύπου 2 στα παιδιά θα ξεπεράσει το 50% παγκοσμίως, την επόμενη δεκαπενταετία. Τα επόμενα 10-20 χρόνια, εάν δεν υπάρξουν σημαντικές παρεμβάσεις, εκτιμάται ότι το 40% των νέων περιπτώσεων διαβήτη σε παιδιά θα είναι τύπου 2.

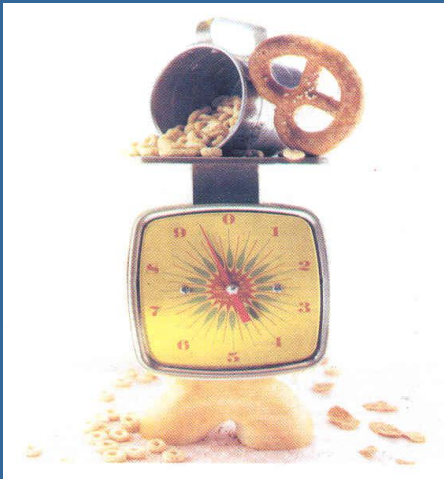
Ο διαβήτης αποτελεί μία από τις πιο συχνές χρόνιες παιδικές παθήσεις. Είναι δυνατό να προσβάλλει παιδιά κάθε ηλικίας, συμπεριλαμβανομένων των βρεφών και των νηπίων. Πολλές φορές δε γίνεται αντιληπτός ή τα συμπτώματά του παραβλέπονται ως κάτι το επουσιώδες, όπως για παράδειγμα μία συνηθισμένη γρίπη. Συχνά ο διαβήτης στα παιδιά διαγιγνώσκεται αργά, όταν δηλαδή τα επίπεδα γλυκόζης στο αίμα είναι πολύ υψηλά, γεγονός το οποίο μπορεί να θεωρηθεί επικίνδυνο ακόμα και για τη ζωή ενός παιδιού. Μια τέτοια επιπλοκή είναι η διαβητική κετοξέωση(κυρίως στο διαβήτη τύπου1). Γενικά ο σακχαρώδης διαβήτης τύπου 2 μπορεί να παρουσιάζει πολύ ήπια ή και καθόλου συμπτώματα και η διάγνωση να γίνεται κάποτε από τις μακροχρόνιες επιπλοκές του όπως η στεφανιαία νόσος και οι χαρακτηριστικές βλάβες που προκαλεί ο διαβήτης στα μάτια τα νεφρά και τα νεύρα.

Ο διαβήτης μπορεί να επηρεάσει σε μεγάλο βαθμό τη ζωή των παιδιών και των οικογενειών τους. Οι συχνές μετρήσεις (συχνή παρακολούθηση των επιπέδων γλυκόζης στο αίμα), η λήψη φαρμάκων και η τήρηση προγράμματος σε ότι αφορά τις δραστηριότητες και το φαγητό, συχνά έρχονται σε αντίθεση με την παιδική ανεμελιά και καθημερινότητα. Τα στάδια ανάπτυξης στα παιδιά και στους εφήβους, συμπεριλαμβανομένων των σταδίων της πνευματικής προόδου και της μετάβασης στην ενηλικίωση, αποτελούν ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα της επίδρασης του διαβήτη στη ζωή των παιδιών. Τα σύγχρονα όμως σχήματα θεραπείας του διαβήτη είναι αρκετά ευέλικτα και επιτυγχάνουν να δώσουν μεγάλη ελευθερία στη ζωή των νεαρών ατόμων με σακχαρώδη διαβήτη προσαρμοζόμενα στο τρόπο ζωής τους.

Η εκπαίδευση καθώς και η λήψη φροντίδας στην καθημερινότητα κρίνονται αναγκαίες για τα νεαρά άτομα με διαβήτη και για τις οικογένειές τους. Η εκπαίδευση είναι σκόπιμο να γίνεται από επαγγελματίες υγείας με εξειδίκευση στα παιδιατρικά και εφηβικά θέματα, που στόχος τους είναι η διατήρηση της σωματικής υγείας και της ψυχικής ισορροπίας των ατόμων αυτών. Η καθοδήγηση πρέπει να παρέχεται τόσο

στα άτομα που προσέχουν τα παιδιά στο σπίτι, όσο και στους εκπαιδευτικούς στο σχολείο. Απώτερος σκοπός της καθοδήγησης αυτής, είναι τα παιδιά με διαβήτη τύπου 1 και 2 να φτάσουν στην ενηλικίωση έχοντας μειώσει σημαντικά τη δυσμενή επίδραση του Διαβήτη στη ζωή τους και να ζήσουν μια όσο το δυνατόν πιο φυσιολογική οικογενειακή, κοινωνική και επαγγελματική ζωή σε μια κοινωνία χωρίς άγνοια και προκατάληψη για το διαβήτη.

ΔΙΑΒΗΤΗΣ



**... είναι μία ωρολογιακή
βόμβα, που “ μετράει
αντίστροφα” και πρέπει
να εξουδετερωθεί !**



Έχω Διαβήτη ;;;



ΚΥΡΙΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΟΥ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ

Ο Διαβήτης τύπου 2 άλλαξε πρόσωπο...

.....



Χρειάζεται δράση σε όλα τα επίπεδα

Πολιτεία

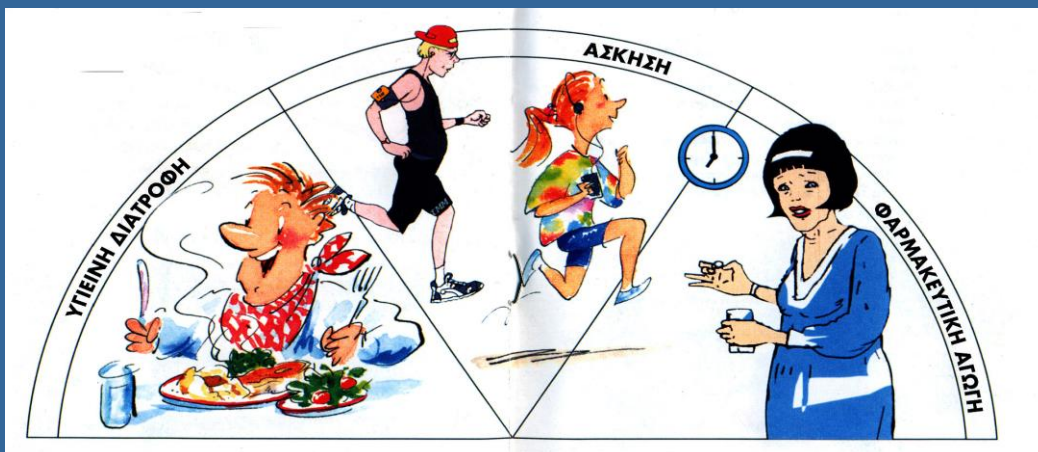
Οικογένεια

Σχολεία

ΜΜΕ



Ιατρός



ΜΕΣΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΟΥ ΣΑΚΧΑΡΩΔΗ ΔΙΑΒΗΤΗ

