

Над 800 души измериха кръвната си захар в София



Над 800 души измериха кръвната си захар по време на инициативата „Бягаме с кауза – променяме диабета“, която се проведе на 16-ти ноември в „Южния парк“ в София. Тя се реализира за пета поредна година под патронажа на Н. Пр. Съорен Якобсен, посланик на Дания у нас, организира се от Сдружение “5kmrun” с подкрепата на „Ново Нордиск“. Целта е да се фокусира вниманието на обществото върху диабета, опасностите, до които може да доведе това заболяване, както и върху рисковите фактори за него, сред които са нездравословното хранене, обездвижването, наднорменото тегло, фамилната обремененост и др.

Общо 550 души се включиха в бягането в „Южния парк“, а над 800 измериха кръвната си захар. При 20% от тях бяха установени стойности над нормата. Най-високата кръвна захар, която бе измерена беше 31 ммол/л, а при гликирания хемоглобин – 14.1. Всички хора, при които медицинските специалисти установиха по-високи стойности от нормалните, бяха насочени за допълнителни изследвания и консултации със специалист.



„Много е важно да сме информирани да знаем, че сами трябва да се грижим за здравето си, да сме активни. В Дания много хора ходят на работа с велосипеди, но вече виждам промяна и в България, толкова хора използват колела“, каза датският посланик Съорен Якобсен.

„Захарният диабет може да протече безсимптомно и това е един от проблемите при неговото откриване. Затова най-важното е да се правят изследвания редовно, така че да не се изпусне установяването на това заболяване“, обясни д-р Вера Карамфилова.

Над 463 млн. души или всеки 11-ти възрастен човек в света е с диабет, показват последните данни от тази година на Международната федерация по диабет (IDF). Хората с това заболяване са се увеличили с 38 млн. в сравнение с 2017 г., като се очаква през 2030 г. техният брой да достигне 578 млн., а през 2045 г. – 700 млн.

Увеличават се и случаите на диабет в България. Над 442.5 хиляди са били хората с тази диагноза в страната срещу 423 хил. година по-рано, показват данните на IDF. Това означава, че с диабет са 8.3% от населението. Основната част от хората с диабет са с тип 2. Ръстът при него е свързан със съвременния начин на живот – повишаващите се нива на урбанизация, застаряващото население, ниска физическа активност и консумация на висококалорична храна.

Все още остава изключително висок броя на хората, които не са диагностицирани – 232 млн., или всеки втори. Единственият начин да се подобри тази статистика е чрез повишаване информираността на обществото за симптомите на диабет тип 1 – жажда, често уриниране, умора, внезапна загуба на тегло, глад. Също така чрез провеждането на скрининг при диабет тип 2 сред основните рискови групи - по-възрастното население, хората с наднормено тегло, с усложнения, както и тези, които водят обездвижен начин на живот и консумират нездравословни храни.