

Хората с диабет се нуждаят от повече информация за заболяването

Всеки четвърти не е обсъждал риска от ССЗ със своя лекар, показва проучване на Международната диабетна федерация (IDF)

Хората с диабет определено се нуждаят от повече информация за заболяването, както и от свързаните с него сърдечно-съдови заболявания (ССЗ). Това са част от основните изводи, които се налагат от проучването на Международната диабетна федерация (IDF) „Захарният диабет присърце“. Резултатите от него бяха официално представени в началото на месец април тази година.

В проучването са взели участие 12 695 души с диабет тип 2 от 133 страни в света, сред които и България. Те са отговорили на 17 въпроса в четири области, сред които какви са познанията им за риска от ССЗ, какви са източниците за информация, които ползват за здравословните си проблеми, какво обучение за ССЗ са получили от страна на медицинските специалисти.

Медицината е категорична, че хората с диабет са в повишен риск от развитие на сърдечно-съдови заболявания. Това е основната причина за смърт и инвалидизация сред тази група пациенти. Предотвратяването на ССЗ сред диабетниците може да понижи смъртността и усложненията, както и негативното им икономическо въздействие. Това може да стане чрез подобряване на контрола над нивата на кръвната захар, кръвното налягане и холестерола, както и чрез преустановяването на нездравословни навици като пушенето, лошото хранене и обездвижването. Не малка част от пациентите обаче не са запознати с тези опасности и възможности, показват основните изводи от проучването.

По света

1. Един от всеки десет анкетиран не знае за ССЗ и рисковите фактори, които се свързват с тях.
2. Всеки девет от десет участника имат един или повече рискови фактора за ССЗ.
3. Един от четирима смята, че е с нисък или никакъв риск от ССЗ.
4. Един от петима пациенти с диабет тип 2 е имал ССЗ, сред които инфаркт или инсулт.
5. Един от четирима души не е обсъждал (или поне не си спомня да го е правил) своя риск от ССЗ с медицински специалист.
6. Само един от всеки четирима е обсъждал риска от ССЗ със своя лекар при поставянето на диагнозата диабет тип 2.

7. Двама от петима участници смятат, че диабет тип 2 няма да увеличи риска от ССЗ, докато вземат лекарствата си.
8. Трима от четирима разчитат на информацията за ССЗ от своя лекар.
9. Все още един от всеки шестима е неудовлетворен или много неудовлетворен с информацията, която получава от своя лекар.
10. Двама от всеки трима чувстват, че се нуждаят от повече информация за рисковите фактори и признаците и симптомите на ССЗ.
11. Всеки двама от трима чувстват, че се нуждаят от повече информация как да контролират диабета.
12. Двама от трима смятат, че се нуждаят от съвет как да намалят риска от ССЗ чрез подходящата диета и упражнения.

В България

Участие в проучването „Захарният диабет присърце“ взеха 1129 пациенти с диабет тип 2. По-голямата част от тях (86%) са били над 50 години, само 1% са били под 30 години. Половината – 53%, са били с висше образование, една четвърт с професионално и едва 2% са били с основно. Над 61% от анкетираните живеят с диабет тип 2 повече от 9 години, около 14% - между шест и девет години, а останалите под шест години. Изводите за осведомеността и потребностите от информация на пациентите с диабет тип 2 за риска от ССЗ в България не се различава особено от тези за света:

1. Познанията за ССЗ и рисковите фактори:

82% от анкетираните причисляват инфаркта, а 73% хроничната сърдечна недостатъчност към групата на ССЗ. По-малка част от участниците причисляват към нея инсулта, атеросклерозата и ангината. Една трета идентифицират и аневризмата на аортата като ССЗ.

Основната част от участниците припознават високото кръвно налягане (85%), наднорменото тегло и затлъстяването (78%), неконтролираните нива на кръвната захар (77%), тютюнопушенето (69%), фамилната обремененост (64%), високите нива на стрес (61%) и на холестерол (61%) като рискови фактори за ССЗ. Повече от половината анкетираните идентифицират още 7 допълнителни фактора – високият прием на наситени и транс мазнини; живеенето с диабет повече от пет години; възрастта над 65 години; злоупотребата с алкохол; обездвижването. Една четвърт причисляват към рисковите фактори за ССЗ и депресията.

2. Осъзнаването на ССЗ и рисковите фактори

Едва половината от участниците смятат, че са в умерен или висок риск от развитието на ССЗ. Една трета оценят, че по някакъв начин са застрашени от

тази група заболявания, докато всеки пети е убеден, че не е в риск от тях. По-голямата част от участниците в изследването докладват, че имат рискови фактори за ССЗ. Сред тях са високо кръвно налягане (72%), живот с диабет над 5 години (68%), високи нива на стрес (57%), наднормено тегло или затлъстяване (56%), неконтролирана кръвна захар (55%). По-малко от половината участници (539) са имали фамилна обремененост; хранителен режим, богат на наситени и транс мазнини (527); висок холестерол (508). Броят на хората с рискови фактори като тютюнопушене, депресия, консумацията на алкохол. Сърдечната недостатъчност (23%) или инфарктът (20%) са основните сърдечно-съдови инциденти, които анкетираните са имали.

3. Образование за ССЗ

Една трета от участниците са имали разговор за диабета и ССЗ със здравни професионалисти по време на поставянето на диагнозата диабет тип 2 или скоро след това. Други 15% са обсъждали този проблем и в двата случая. Една четвърт от участниците обаче никога не са обсъждали връзката между диабет тип 2 и рисковите фактори за ССЗ със здравен специалист или поне не помнят да са го правили.

Почти една трета от участниците са говорили за ССЗ със своя лекар в рамките на изминалите шест месеца, докато всеки пети не е имал подобен разговор повече от година. 14% от анкетираните дори не помнят изобщо да са обсъждали темата за ССЗ със своя лекар.

4. Връзката между диабет тип 2 и ССЗ

Повечето участници (84%) знаят, че могат да понижат риска от ССЗ със здравословен хранителен режим и упражнения. Основната част (79%) са наясно, че повишените нива на стрес увеличават риска от ССЗ, а 55% смятат, че диабетът няма да увеличи риска от ССЗ, докато приемат лекарствата си. Всеки трети смята, че рискът от ССЗ при двата пола е еднакъв, 30% смятат, че той е генетично заложен, а 18% - че само хората с наднормено тегло и затлъстяване са в опасност.

Голяма част от участниците смятат, че имат нужда от повече информация за контрола над диабета, за здравословния начин на живот, който трябва да водят, както и за признаците и симптомите за ССЗ – над 70%. Повечето заявяват и че искат съвет как да контролират високото кръвно налягане, как да отслабнат и поддържат здравословно тегло, кои са рисковите фактори за ССЗ.

5. Информация за ССЗ

Повечето участници заявяват, че се осланят на здравните специалисти за получаването на информация за ССЗ. Една четвърт обаче се доверяват на телевизионните и радио програмите, почти толкова разчитат на информация от

приятели и семейството. Около една пета са тези, които се доверяват на листовки, печатни материали, интернет, блогове и местните пациентски организации.

Над половината от пациентите са удовлетворени от информацията за ССЗ, която са получили от медицинските специалисти или от клиниката, в която се лекуват. В същото време голяма част от анкетираните пациенти не са били доволни от тази в рекламите, печатните медии и социалните мрежи.