

## Пресс-релиз к Всемирному Дню Диабета

14 ноября проходит Всемирный День Диабета. Сахарный диабет (СД) занимает приоритетное место среди международных. медико-социальных задач, стоящих перед здравоохранением. \* По данным Международной диабетической федерации, в 2021 году количество пациентов с СД в мире превысило 463 миллиона, при этом предполагается, что каждый второй пациент не выявлен.

В Республике Беларусь на начало текущего года состояло под наблюдением 369 516 пациентов с СД, из них 18 794 с СД I типа, 347 149 с СД 2 типа. Ежегодный прирост числа пациентов с СД в нашей стране составляет 5-8 ‰. За последние 20 лет количество пациентов с СД увеличилось в 3 раза.

Международная федерация диабета ежегодно определяет девиз и главное направление медико-социальных мероприятий, приуроченных к Всемирному Дню Диабета. Растущее число людей, болеющих диабетом, создаёт дополнительную нагрузку на системы здравоохранения. Медицинские работники должны знать, как заподозрить и диагностировать заболевание на ранней стадии и обеспечить наилучший уход, в то время как сами пациенты должны быть обучены для понимания своего состояния и выполнения ежедневных мероприятий по самоконтролю и уходу за собой. Однако и на сегодняшний день во многих странах миллионы людей не имеют доступа к качественной медицинской помощи по выявлению и лечению диабета. С учетом сказанного, темой Всемирного Дня Диабета на период с 2021 по 2023 годы была избрана «Доступ к лечению диабета». В 2023 году мировая кампания будет сосредоточена на том, как важно знать свой риск развития диабета 2 типа, чтобы помочь отсрочить или предотвратить заболевание, подчеркнуть опасность осложнений, связанных с диабетом, а также важность доступа к нужной информации и уходу для обеспечения своевременного лечения.

По данным Международной федерации диабета, примерно 44,7 % взрослых людей, живущих с СД 2 типа (около 240 миллионов человек) во всем мире, не знают о своем диагнозе. Многочисленные исследования подтверждают, что нарушения углеводного обмена не только увеличивают риск развития СД 2 типа, но и повышают риск сердечно-сосудистых заболеваний. Когда диабет не выявлен и не лечится должным

образом, люди с диабетом подвержены более высокому риску серьезных и опасных для жизни осложнений.

Учитывая то, что СД 2 типа часто имеет длительный бессимптомный период протекания, большое значение приобретает организация скрининга для выявления нарушений углеводного обмена.

В связи со сказанным выше международным сообществом специалистов по СД предполагается логичным переход от привычной парадигмы диагностирования СД на основании обращения к врачу при наличии симптомов заболевания и назначения лечения пациентам, у которых уже выявлены поздние осложнения СД, к работе по активному выявлению лиц с ранними нарушениями углеводного обмена и проведению эффективных профилактических мероприятий для предотвращения возникновения заболевания.

В ноябре 2023 года в рамках республиканской акции, приуроченной ко Всемирному Дню Диабета, планируется проведение мероприятий, направленных на раннее выявление факторов риска развития СД, выявление начальных стадий нарушений углеводного обмена, „ повышение уровня знаний о диабете как среди пациентов, так и среди специалистов здравоохранения.

Среди приоритетных направлений в развитии диабетологической помощи в Республике Беларусь — улучшение преемственности в работе со смежными специалистами, врачами общей практики), информирование населения о факторах риска, возможностях раннего выявления и профилактики заболевания, диагностики и профилактики осложнений, повышение мотивации пациентов к самоконтролю, использование современных медицинских технологий в диагностике, лечении и наблюдении пациентов.

Анкета «Шкала FINDRISK»  
(для расчета риска развития сахарного диабета)

Вопросы расчета риска развития сахарного диабета по шкале FINDRISK			
Общее количество баллов:			
1. Возраст		2. Индекс массы тела (ИМТ)	
до 45 лет	0 баллов	Вес (кг)/рост (м) <sup>2</sup>	кг/м <sup>2</sup>
45-54 года	2 балла	Менее 25 кг/м	0 баллов
55-64 года	3 балла	25 — 30 кг/м	1 балл
Старше 65 лет	4 балла	Более 30 кг/м	3 балла
3. Окружность талии на уровне пупка			
Мужчины		Женщины	
Менее 94 см	0 баллов	Менее 80 см	0 баллов
94 — 102 см	3 балла	80 — 88 см	3 балла
Более 102 см	4 балла	Более 88 см	4 балла
4. Как часто Вы едите овощи, фрукты или ягоды?		5. Делаете ли Вы физические упражнения, ходьбу в среднем темпе по 30 минут каждый день, не менее 3 часов в течение недели?	
Каждый день	0 баллов	да	0 баллов
Не каждый день	1 балл	Нет	2 балла
6. Принимали ли Вы когда-либо лекарства для снижения артериального давления регулярно?		7. Был ли у Вас когда-либо уровень сахара крови выше нормы (на профосмотрах, во время болезни, во время беременности)?	
Нет	0 баллов	нет	0 баллов
да	2 балла	да	5 баллов
8. Был ли у Ваших родственников сахарный диабет 1 или 2 типа?			
Нет		0 баллов	
да: бабушка/дедушка, тетя/дядя, двоюродные братья/сестры		2 балла	
Да: родители, брат/сестра, собственный ребенок		5 баллов	

Ключ к опроснику.

Баллы и степень риска: <7 баллов низкий риск; 7-11 баллов слегка повышен; 12-14 баллов — умеренный; 15-20 баллов — высокий;> 20 баллов очень высокий.