

TISKOVÁ ZPRÁVA

9. listopadu 2022

Světový den diabetu

Na počest dne narození objevitele inzulinu, Fredericka Bantinga, si svět každoročně od roku 1991 připomíná 14. listopad jako Světový den diabetu. Jeho smyslem je zvyšovat u veřejnosti povědomí o všech typech cukrovky a podporovat prevenci cukrovky 2. typu.

Podle údajů Ústavu zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS) je v České republice více než milion lidí s diabetem a další dvě procenta nemocných, kteří o své nemoci neví, ještě nebyli diagnostikováni. Odhaduje se, že v roce 2030 bude v ČR kolem jednoho a čtvrt milionu diabetiků a více. Prakticky každý desátý Čech trpí cukrovkou a každý rok u nás v republice v souvislosti s diabetem umírá dvacet až třicet tisíc lidí. Výskyt dané nemoci stoupá už i ve středních věkových skupinách. *“Tento trend je patrný i v diabetologických ambulancích Slezské nemocnice. Máme v péči celkově necelé tři tisíce pacientů, každý rok jich dvě stovky přibude”,* uvádí lékařky ordinací a ve shodě dodávají, že většinu případů (85%) tvoří diabetes 2. typu, kterému lze předejít vhodným životním stylem. Většina z těchto pacientů je obézních. A často lidé svou nadváhu i cukrovku svádí na dědičné dispozice. *“Cukrovka se nedědí jako onemocnění, dědíme určitou náchylnost k ní, kterou můžeme svým chováním ovlivnit,”* uvádějí na pravou míru lékařky J. Palečková, A. Králová z diabetologických ambulancí SNO.

“Jak je patrné, počet diabetologických pacientů neustále stoupá nejen v ČR, ale i v naší ordinaci. Bohužel této situaci nijak výrazně neprospěla ani covidová pandemie, kdy většina lidí musela zůstat doma bez možnosti pohybu. Za velmi výrazný impuls ke zlepšení považují změnu životního stylu, a to především u mladé generace,” doplnil ředitel Slezské nemocnice Karel Siebert.

Platí tedy, že důležité je, vyvarovat se nadváhy, nevhodné stravy, být aktivní, být v pohybu, třicet minut aktivního pohybu denně údajně snižuje riziko diabetu o 30%. Dále pamatovat na vyváženou stravu, která je bohatá na vlákninu, konzumovat ovoce, zeleninu, pít neslazené nápoje. Důležité je vyhýbat se potravinám s vysokým podílem sacharidů, tuků, soli, smaženým jídlům a nekouřit. Takto lze nemoci předejít. Cukrovka je nemoc zálučná s možnou řadou chronických komplikací. *“Těmi jsou postižení očí vedoucí k poruchám zraku, poškození ledvin, které může vést k jejich selhání, dále postižení nervů, cév dolních končetin, právě postižení cév je predispozičním faktorem pro vznik závažných kardiovaskulárních onemocnění,”* shrnují úskalí cukrovky odbornice z ambulancí SNO. Cukrovce je vhodné předejít přiměřenou tělesnou hmotností a fyzickou aktivitou.

KONTAKT:

V obchodním rejstříku, uvedeného u Krajského soudu v Ostravě, zapsáno v oddíle Pr., vložka 924.

IČO: 47813750

Tel.: + 420 553 766 101

E-mail: sekretariat@snopava.cz

ID datové schránky: q2ak7ru

KB, a.s. Opava Č.ú.: 19-0633950217/0100

DIČ.: CZ47813750

Fax: 553 766 884

<http://www.snopava.cz/>

Elektronická adresa podatelny: sno@po-msk.cz

IBAN: CZ210100000190633950217 SWIF: (BIC) KOMBCZPPXXX



Slezská nemocnice v Opavě

Olomoucká 470/86, Předměstí, 746 01 Opava

Bc. Kamila Bindrová, tisková mluvčí Slezské nemocnice

Telefon: 553 766 402, 739 675 346, E-mail: kamila.bindrova@snopava.cz

KONTAKT:

Bc. Kamila Bindrová, tisková mluvčí Slezské nemocnice

Telefon: 553 766 402, 739 675 346, E-mail: kamila.bindrova@snopava.cz

V obchodním rejstříku, uvedeného u Krajského soudu v Ostravě, zapsáno v oddíle Pr., vložka 924.

IČO: 47813750

Tel.: + 420 553 766 101

E-mail: sekretariat@snopava.cz

ID datové schránky: q2ak7ru

KB, a.s. Opava Č.ú.: 19-0633950217/0100

DIČ.: CZ47813750

Fax: 553 766 884

<http://www.snopava.cz/>

Elektronická adresa podatelny: sno@po-msk.cz

IBAN: CZ210100000190633950217 SWIF: (BIC) KOMBCZPPXXX