

روز جهانی دیابت در سال ۱۴۰۰ چه روزی است؟

۲۳ آبان ۱۴۰۰ روز جهانی دیابت است؛ با توجه به افزایش روزافزون مبتلایان به این بیماری، این روز با هدف افزایش آگاهی در رابطه با این بیماری، علل و عوارض آن نامگذاری شده است.



در سال ۱۹۹۱ فدراسیون جهانی دیابت (IDF) و سازمان بهداشت جهانی (WHO) تاریخ ۱۴ نوامبر را به عنوان روز جهانی دیابت معرفی کردند؛ این روز مصادف است با تاریخ تولد «فردریک بانتینگ»؛ کسی که همراه با «چارلز بست» انسولین را کشف کرد.

دیابت درمان نشده می‌تواند عوارضی جدی از قبیل کوری ناگهانی، نارسایی کلیوی، سکته مغزی و قطع پا به دنبال داشته باشد؛ به همین جهت می‌تواند باعث ایجاد هزینه‌های طولانی مدت پزشکی و غیرپزشکی برای بیماران، خانواده‌ی آن‌ها، مراقبین و نظام سلامت شود.

روز جهانی دیابت بزرگ‌ترین کارزار آگاهی‌دهی در جهان است. این کارزار هرساله توجهاتی را به خود جلب می‌کند که برای مبتلایان به دیابت اهمیت زیادی دارد؛ و تلاش می‌کند تا دیابت را کاملا در کانون توجهات عمومی و سیاسی قرار دهد.

شعار این روز در سال ۱۴۰۰ «دسترسی به مراقبت‌های دیابت» می‌باشد:

با توجه به اینکه میلیون‌ها نفر در سراسر جهان به امکانات مراقبتی دیابت دسترسی ندارند و بیماران مبتلا به دیابت نیازمند مراقبت‌های مداوم برای مدیریت دیابت و پیشگیری از عوارض آن هستند.

ما دیگر نمی‌توانیم منتظر بمانیم تا:

- داروها، امکانات، حمایت و مراقبت‌های موردنیاز برای درمان دیابت برای مردم سراسر جهان فراهم شود؛
- دولت‌ها سرمایه‌گذاری در مراقبت و پیشگیری از دیابت را افزایش دهند.

این روز می‌تواند فرصتی استثنایی برای ایجاد تغییرات برای بیش از ۴۶۰ میلیون نفر از مبتلایان به دیابت و میلیون‌ها نفر از افراد در معرض خطر ایجاد کند.

روز جهانی دیابت در سالهای ۲۰۲۱ تا ۲۰۲۳ با هدف به امید دسترسی همه مبتلایان به خدمات مراقبتی دیابت در سراسر جهان برگزار می‌شود.

با رعایت موارد زیر می‌توان از ابتلا به دیابت نوع ۲ پیشگیری کرد:

- داشتن فعالیت بدنی: حداقل نیم ساعت پیاده روی سریع به مدت ۵ روز در هفته توصیه می‌شود.
- داشتن برنامه غذایی مناسب
- کنترل وزن و تناسب اندام
- عدم مصرف دخانیات
- بررسی سالیانه قند خون در افراد در معرض خطر

تهیه و تنظیم: مرکز بهداشت، درمان و مشاوره دانشجویان

کد خبرنگار: ۱۱۰۱۱۵

#بهداشت #درمان #روز جهانی #دیابت