



Всемирный день борьбы с диабетом (World Diabetes Day) был учрежден в 1991 году Международной федерацией диабета и Всемирной организацией здравоохранения. Его цель - информирование всех людей о симптомах и профилактике опасного заболевания.

Всемирный день борьбы с диабетом отмечается каждый год 14 ноября, в день рождения сэра Фредерика Бантинга, открывшего инсулин вместе с Чарльзом Бестом в 1922 году. Синий круг — это глобальный символ осведомленности о диабете, он означает единство мирового диабетического сообщества.

По оценкам экспертов, 463 миллиона человек в мире страдает диабетом.

212 миллионов человек живут с диабетом, но не знают о своем диагнозе!

Сахарный диабет - хроническое эндокринное заболевание, сопровождающееся повышенным уровнем глюкозы в крови.

Количество сахара в крови контролируется гормоном - инсулином, который вырабатывается поджелудочной железой.

При диабете организм либо не вырабатывает достаточно инсулина, либо не может эффективно его использовать.

Диабет может развиваться в любом возрасте

Диабет 1 типа часто появляется в детстве или подростковом возрасте.

Диабет 2 типа, более распространен и чаще встречается у людей старше 40 лет.

Следите за симптомами: сильная жажда, учащенное мочеиспускание, не проходящий после приема пищи голод, необъяснимая потеря веса, постоянная усталость, ухудшение зрения, медленно заживающие язвы, частые инфекции десен, кожи.

Если замечали у себя или ребенка хотя бы один из этих симптомов - обратитесь к врачу.

Диабет - очень серьезное заболевание, которое подвергает людей более высокому риску развития различных осложнений по сравнению с остальным населением.

Питание играет ключевую роль в управлении диабетом.

Поддержание физической активности - критически важный фактор для контроля уровня глюкозы в крови и общего состояния здоровья людей с диабетом.

Недавние исследования показывают, что у людей с ожирением вероятность развития диабета 2 типа в 80 раз выше, чем у людей с ИМТ менее 22.

Подсластитель и сахарозаменитель - полезная альтернатива для людей с диабетом, которым необходимо следить за уровнем сахара в крови.

Знайте о факторах риска, следите за своим здоровьем.

Диабет поддается лечению!