|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  **ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ**  **УЧРЕЖДЕНИЕ** **РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  **«МЕДИЦИНСКИЙ ИНФОРМАЦИОННО-**  **АНАЛИТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»**  ИНН 6166052727  ОГРН 1056163019846  344029, г. Ростов-на-Дону, пр. Сельмаш, 14  Тел./факс (8632) 218-58-83  E-mail: miacrost@miacrost.ru |  | Руководителям органов управления здравоохранением, главным врачам ЦГБ, ЦРБ, РБ, ГП, ДГП |

« 10» \_\_ноября\_\_2020г. №\_\_471

Уважаемые коллеги!

ГБУ РО «Медицинский информационно-аналитический центр» информирует, что ежегодно по инициативе Международной Диабетической Федерации (МДФ) и Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) с 1991 года во многих странах мира проводятся Международные дни диабета. С 2007 года событие проводится под эгидой ООН, и с этого же года эмблемой становится синий круг. Девизом дня борьбы против диабета являются слова: «Объединимся, чтобы победить заболевание». День борьбы с диабетом отмечают во всем мире. Ведь распространенность заболевания заставляет задуматься об этом всех – вне зависимости от расы, места проживания, часового пояса.

Трудно себе представить, что еще в начале прошлого столетия такая болезнь, как сахарный диабет, не оставляла никаких шансов на выздоровление. Современные методы лечения позволяют больному поддерживать нормальную жизнедеятельность, исключить вероятность развития осложнений.

Целью Всемирного дня борьбы с диабетом является повышение осведомленности о диабете – не только о количестве заболевших сахарным диабетом, но и о том, как можно предотвратить развитие этой болезни во многих случаях. Таким образам, для больных сахарным диабетом этот день имеет огромное значение. Он играет также важную роль в понимании обществом всей серьезности данного заболевания и необходимости его своевременного выявления, лечения и профилактики.

Сахарный диабет по определению ВОЗ – это нарушение обмена веществ различной этиологии, характеризующееся хронической гипергликемией с нарушениями углеводного, жирового и белкового обмена, связанное с дефектом в секреции инсулина, действии инсулина или с обеими причинами вместе. Сахарный диабет может возникнуть в любом возрасте.

Основными формами сахарного диабета являются сахарный диабет1-го типа (инсулинозависимый) и 2-го (инсулинонезависимый), причем доля последнего составляет больше 85% всех случаев. На сегодняшний день речь идет о крупнейшей в мире кампании, направленной на информирование о диабете. «Наша борьба направлена на выяснение тех факторов, которые могут на ранних этапах позволить пациенту узнать о собственном заболевании. Эта та самая ситуация, когда мы можем управлять этим заболеванием», - отмечает и.о. директора ФГБУ «НМИЦ эндокринологии» Наталья Мокрышева. Поэтому сегодня диабет для многих – не болезнь, а образ жизни. Участие в диспансеризации позволит всегда контролировать это заболевание.

Каждый второй человек чаще всего не знает о своем заболевании. Поэтому очень важна осведомленность людей о признаках, симптомах и факторах риска для предотвращения осложнений диабета и обнаружения его на ранней стадии.

Для того, чтобы держать под контролем заболевание и жить полноценной жизнью необходимо:

* не допускать избыточного веса;
* заниматься физкультурой;
* отказаться от курения и избыточного употребления алкоголя;
* регулярно следить за уровнем глюкозы в крови, артериальным давлением, общим холестерином;
* не реже 1 раза в год проходить полный медицинский осмотр;
* не подвергать себя стрессам;
* принимать лекарственные препараты строго по назначению врача;
* соблюдать здоровое питание.

В связи с этим, большую роль в профилактике сахарного диабета играет здоровый образ жизни.

Чем больше люди будут знать о способах профилактики диабета, чем раньше оно будет диагностировано, тем больше шансов уменьшить стремительно растущее число больных сахарным диабетом.

ГБУ РО «МИАЦ» предлагает провести весь комплекс информационно-пропагандистских мероприятий, предусмотрев:

- проведение научно-практических конференций, семинаров по профилактике, раннему выявлению и лечению сахарного диабета, пропаганде здорового образа жизни, обучению больных СД;

- широкое использование средств массовой информации для освещения наиболее актуальных проблем сахарного диабета и их решение в административной территории;

- тематические занятия в «Школе диабета»»

- включить в программы «Школ здоровья» тему профилактики сахарного диабета;

- выпуск тематической санитарно-просветительной наглядности (санбюллетени, «Окна здоровья», стенды и др.).

Информацию о проведенной работе просим сообщить в ГБУ РО «МИАЦ» в электронном виде по адресу: [prof@miacrost.ru](mailto:prof@miacrost.ru) к 25.11.2020г.

Приложение: «Интересные факты о сахарном диабете» - памятка для населения.

И.о. начальника С.А.Жиляков

Ответственный исполнитель:

О.В.Белова

тел. 210-45-53