



وزارت بهداشت،
دان و آموزش پرورشی

سازمان امداد و امداد

و تأمین امنیت اسلامی



وزارت بهداشت،
دان و آموزش پرورشی
سازمان امداد و امداد
و تأمین امنیت اسلامی

پست‌کاربردی راهنمایی خانه در دیابت



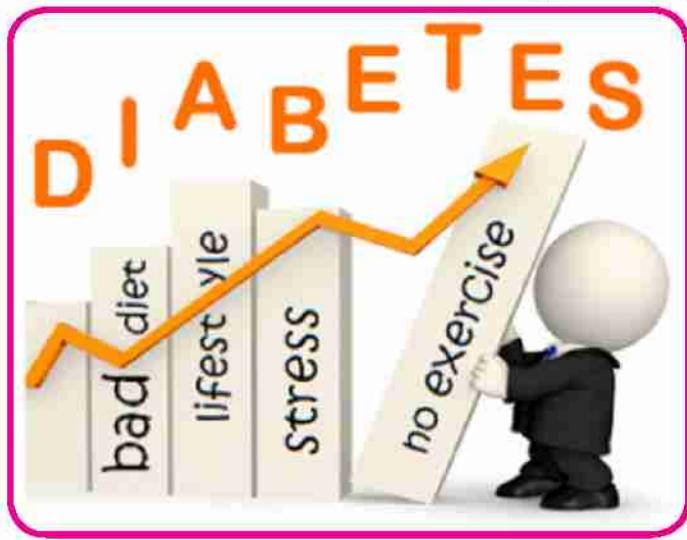
۰۱۰ حقیقت درباره دیابت

Diabetes

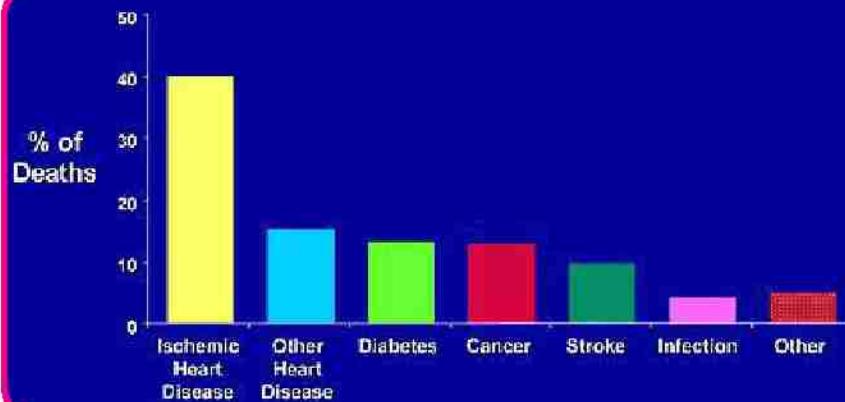


روز جهانی بهداشت

۱۹ فروردین (۷ آوریل) «روز جهانی بهداشت» گرامی باد.
شعار سال ۲۰۱۶ روز جهانی بهداشت «مبارزه با دیابت» است.
دیابتی ها در ۴ دهه، ۴ برابر شده اند.



شمار مبتلایان به مرض قند (دیابت) در جهان طی کمتر از ۴ دهه، چهار برابر شده است. سازمان بهداشت جهانی در گزارشی روز ۱۸ فروردین، شمار مبتلایان به دیابت را ۴۲۲ میلیون نفر در جهان تخمین زده و گفته است که این بیماری به مشکلی اساسی برای کشورهای فقیرتر جهان تبدیل می شود.



۱۰ حقیقت درباره دیابت:

اول: ۴۲۲ میلیون نفر در دنیا دیابت دارند.

دلیل: افزایش اضافه وزن و چاقی - کاهش فیزیکی

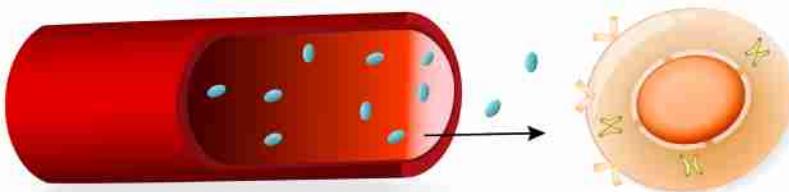


دوم: تا سال ۲۰۳۰ دیابت هفتمين عامل مرگ در جهان خواهد بود. احتمالاً میزان مرگ در اثر دیابت در ۱۰ سال آینده بیش از ۵۰ درصد افزایش خواهد داشت.

سوم: دیابت در دو نوع عمدۀ است:

أنواع دیابت

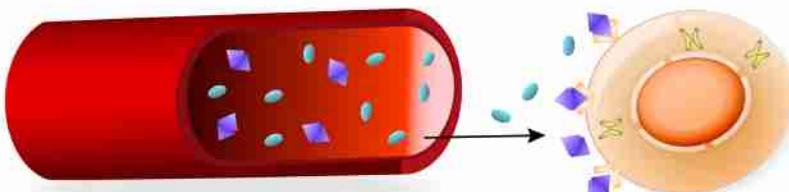
دیابت نوع ۱



نوع ۱: کاهش تولید انسولین

نوع ۲: مصرف غیرموقت انسولین در بدن

دیابت نوع ۲



گلوكوز

ضریب اشباع

انسولین

غیرنده انسولین



چهارم: دیابت بارداری سومین نوع دیابت است. در این نوع دیابت خطر عوارض بارداری و نیز دیابت پس از بارداری افزایش می یابد.

پنجم: دیابت نوع ۲ بسیار شایع تر است (۹۰درصد). ←

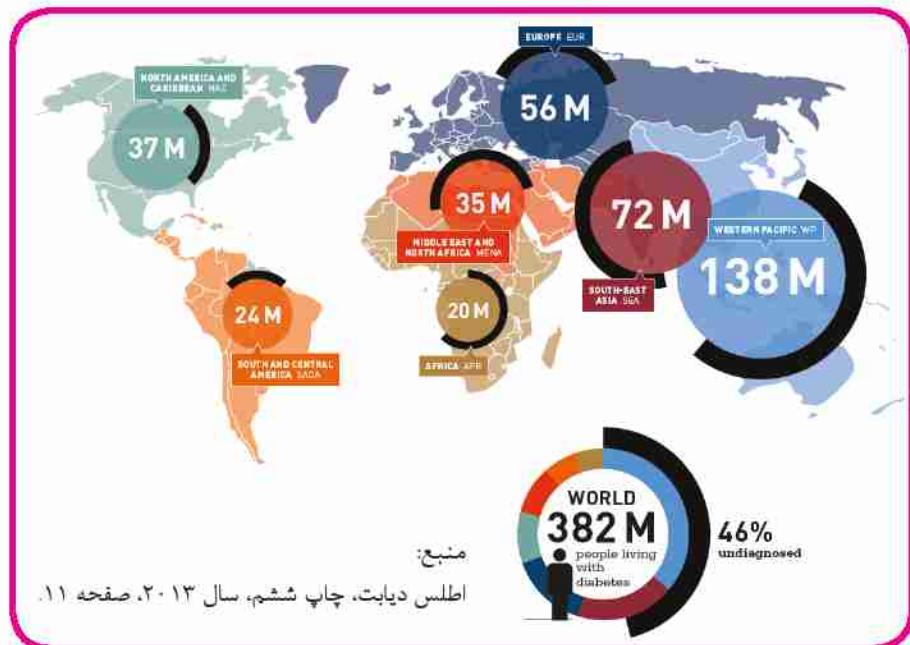
این نوع قبلاً در کودکان و نوجوانان نادر بود اما الان گاه حتی نصف موارد دیابت در اینها از نوع ۲ است.



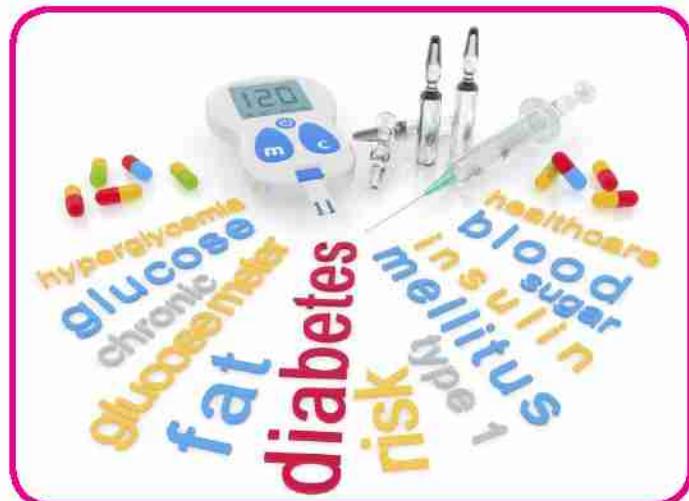
ششم: بیماری‌های قلبی-عروقی مسئول ۵۰-۸۰ درصد مرگ در دیابتی‌هاست.
به همین دلیل دیابت یکی از بزرگ‌ترین علل بیماری و مرگ زودرس در اغلب کشورهاست. ←



هفتم: در سال ۲۰۱۲ دیابت عامل مستقیم مرگ یک و نیم میلیون نفر بوده است.



هشتم: ۸۰ درصد مرگ در اثر دیابت در کشورهای با درآمد کم یا متوسط است.
در کشورهای پیشرفته دیابت بیماری بازنیسته‌هاست و در این‌ها بیماری ۳۵–۶۴ ساله‌ها.



نهم: دیابت یک علت عمدی گوری، قطع اندام و نارسایی کلیه است.
نآگاهی یا دسترسی ناکافی به پزشک و داروهای لازم می‌تواند عامل بروز این
عوارض شود.



خالیه
بردیابت

دهم. بر عکس دیابت نوع ۱، از بروز دیابت نوع ۲ می‌توان پیشگیری کرد.
فعالیت فیزیکی و رژیم غذایی سالم از خطر پیشرفت دیابت نوع ۲ می‌کاهد.

