

Dijabetička udruga Istarske županije Pula, u borbi za kvalitetan život i smanjenje rizika od razvoja kroničnih komplikacija oboljelih od šećerne bolesti

Marija Radojčić

Dijabetička udruga Istarske županije

Dijabetička udruga Istarske županije osnovana je 27.11.1997. godine, kao pravni sljednik Društva za zaštitu od dijabetesa Pula, koje je djelovalo u bivšoj općini Pula, od 20.10.1970.godine, odnosno 35. godina.

Udruga je dragovoljna socijalno humanitarna organizacija, kojoj je cilj unapređivanje zdravstvene i socijalne zaštite osoba oboljelih od šećerne bolesti, s posebnim naglaskom na djecu i mlade tj. :

- sprječavanje i rano otkrivanje šećerne bolesti i
- sprječavanje razvoja komplikacija šećerne bolesti.

Udruga djeluje na području Istarske županije i to po područnicama Puli, Rovinju, Poreču, Umagu, Buzetu, Pazinu i Labinu, i skrbi za cca 7000 oboljelih od šećerne bolesti.

Šećerna bolest nije izlječiva, ali pravodobnim otkrivanjem i stručnim medicinskim tretmanom u kombinaciji sa zdravim stilom života osigurava se osobama sa šećernom bolešću aktivan i kvalitetan život i smanjenje rizika od razvoja kroničnih komplikacija.

Šećerna bolest je kronično stanje koje nastaje kad gušterača prestane potpuno ili djelomično proizvoditi inzulin – hormon koji omogućava tjelesnim stanicama da preuzmu hranu (glukozu) iz krvi ili proizvedeni inzulin nije djelotvoran u organizmu. U tom slučaju stanice ne dobivaju hranu potrebnu za život.

Dva su tipa šećerne bolesti:

- kod tipa 1 osoba treba uzimati inzulin da bi preživjela
- kod tipa 2 uglavnom tablete i/ili inzulin koji potiču rad gušterače.

Tip 1 češće se javlja u djece i adolescenata s učestalošću od oko 10% od ukupno oboljelih. Tip 2 češći je u starijoj populaciji, međutim sve češće zahvaća i mlađe osobe, s učestalošću od oko 90% od ukupno oboljelih.

Prema podacima Međunarodne dijabetičke federacije i Svjetske zdravstvene organizacije u svijetu je više od 190 milijuna osoba sa šećernom bolešću, a prognoze Svjetske zdravstvene organizacije upozoravaju, da će taj broj 2025. godine biti 300 milijuna.

Najmanje 50% osoba sa šećernom bolešću nije svjesno svog stanja.

U Hrvatskoj trenutno postoji više od 170 tisuća osoba sa šećernom bolešću, a računa se da ih je još toliko koji to ne znaju, koji su zbog neznanja i neinformiranosti najrizičnija skupina za teško zaustavljiv razvoj kroničnih komplikacija bolesti.

U Istri je registrirano 7.200 osoba sa šećernom bolešću, a računa se da ih ima još toliko koji toga nisu svjesni, a što nam potvrđuju svakogodišnja preventivna mjerenja šećera u kapilarnoj krvi.

Od šećerne bolesti može oboljeti svatko!

U koliko se zanemari i ne liječi, šećerna bolest će dovesti do ozbiljnih kroničnih komplikacija, i to:

- Bolesti bubrega: dijabetes je vodeći uzrok zatajivanja bubrega u razvijenim zemljama s pojavom 35 - 40% novih slučajeva godišnje.
- Bolesti očiju: dijabetes je vodeći uzrok sljepoće i oštećenja vida u odraslih u razvijenom svijetu. Sljepoća je 25 puta češća u osoba sa šećernom bolešću nego u općoj populaciji.
- Bolesti živčanog sustava: oštećenja živaca u kombinaciji s oštećenjem perifernih krvnih žila stavlja šećernu bolest na prvo mjesto uzroka amputacije donjih udova, izuzmemo li kao uzrok posljedice nesreća.
- Bolesti srčanožilnog sustava: koje se pojavljuju 2 do 4 puta češće u osoba sa šećernom bolešću nego u ostalih. Rizik nastanka srčanog infarkta u osoba s tipom 2 šećerne bolesti jednak je kao u onih bez dijabetesa koji su već jednom doživjeli infarkt.

Rizik smrti od posljedica bolesti srčanožilnog sustava, 40 je puta veći u osoba sa šećernom bolešću.

Šećerna bolest sve više poprima epidemiološke razmjere i javno je zdravstveni problem razvijenih, a sve više i zemalja u razvoju, pa tako i Hrvatske.

Liječenje šećerne bolesti sastavni je dio svakodnevnog života oboljele osobe, pa liječenje ne može

preuzeti medicinski tim, već odgovornost za svoje zdravlje snosi oboljeli ponaosob.

Osobe sa šećernom bolešću moraju svakodnevno donositi životno važne odluke, koje direktno utječu na njihovo zdravlje, a da bi to mogle moraju dobro upoznati svoju bolest, njezine moguće komplikacije, način sprečavanja odnosno liječenja zajedno sa obitelji, suradnicima i prijateljima.

Uspjeh liječenja ovisi o samom oboljelom, o prilagodbi ponašanja, prehrani, tjelovježbi – tjelesnoj aktivnosti, higijeni, samokontroli, samozbrinjavanju.

Upravo tu je ključna uloga dijabetičke udruge da djeluje na:

- poboljšanje zdravstvenog stanja osobama sa šećernom bolešću, njihovog približavanja kvaliteti života i duljini životnog vijeka kao u cjelokupne populacije.
- permanentnog upoznavanja svih sa šećernom bolešću, radi sprečavanja kasnijih komplikacija uzrokovanih nereguliranom šećernom bolešću.

Ovi zadaci kontinuirano se realiziraju u podružnicama od 1998 godine kroz:

- stručna zdravstvena predavanja i stalni rad u klubovima na edukaciji članstva i šire o kvaliteti i načinu života uz šećernu bolest, o sprječavanju komplikacija koje nastaju kao posljedice neregulirane šećerne bolesti, sa posebnim naglaskom na mlade dijabetičare.

- stalnu kontrolu šećera u kapilarnoj krvi i mjerenja krvnog tlaka članstvu, uz osposobljavanje članstva za samokontrolu i brigu o vlastitom zdravlju.

- povremene akcije (2 puta godišnje) kontrole šećera u kapilarnoj krvi i mjerenje tlaka građanstvu – rano otkrivanje oboljelih od šećerne bolesti, kod kojih nije ranije dijagnosticirano oboljenje, s ciljem odgode ili sprječavanja razvoja kasnijih komplikacija.

- suradnju sa Hrvatskim Savezom dijabetičkih udruga Zagreb, svake godine upućuju se djeca i mladi sa šećernom bolešću u zdravstveno edukativne kampove, gdje kroz zdravstvenu edukaciju pod nadzorom dijabetologa i stručnog medicinskog osoblja uče kako brinuti o vlastitom zdravlju, odnosno kako bezbolno prihvatiti način života uz šećernu bolest, koji će im omogućiti kvalitetan život, odnosno život uz šećernu bolest bez kasnijih komplikacija.

Dosadašnja su iskustva pokazala da su takva ljetovanja od neprocjenjive vrijednosti za djecu, u smislu njihovog osamostaljenja u brizi za vlastito zdravlje i kvalitetu života.

- edukaciju sekundarnih edukatora u podružnicama i edukaciju patronažnih sestara, za rad u malim skupinama na terenu, s ciljem osposobljavanja oboljelih za samokontrolu i samonadzor, što je ključ kvalitetnog života oboljelih od šećerne bolesti.

- opskrbljivanje članstva i šire sa stručnom literaturom, te i na taj način educirati i omogućiti praćenje i upoznavanje bolesti, da bi sa istom mogli kvalitetno živjeti i sprječavati, odnosno odlagati kasnije komplikacije koje šećerna bolest uzrokuje.

U razdoblju od 1998 godine do zaključno 2004.godine održano je ukupno 88 stručnih zdravstvenih predavanja u Puli, Rovinju, Poreču, Umagu, Buzetu, Pazinu i Labinu.

Na predavanjima je učestvovalo ukupno 5.280 osoba. Predavači su bili istaknuti stručnjaci iz područja:

- Mr.sc.dr. Divna Periša Đeldum – Dijabetes i kasnije komplikacije
- Mr.sc.dr. Nediljko Jukić – Dijabetes i bolesti krvnih žila
- Prof. dr. Magda Kadrnka Lovrenčić – Ishrana djece i mladih dijabetičara
- Mr.sc.dr. Lorena Radolović Prenc – Dijabetička polineuropatija
- Prim.dr.sc.med. Hasan Kovačević – Dijabetes i liječenje u barokomori kao prevencija
- Dr. Edi Ladavac spec. Oftalmolog – Dijabetes u oku
- Mr.sc. Stanislav Peharec somatoped – Dijabetičko stopalo i prevencija
- Dr. Branimir Jurišić spec.internist – Dijabetes – bolesti srca i krvnih žila
- Dr. med. Mario Franolić – Dijabetesi liječenja u barokomori
- Dr.med. Aleksandra Mišak – Dijabetičko stopalo – mogućnost liječenja
- Dr.med. Esim Grdinić – Dijabetes i mladi
- VMS Tatjana Angelini – Pravilna prehrana dijabetičara
- VMS Spomenka Mladenović – Prehrana dijabetičara – jelovnici
- MS Bosiljka Vudrag – Tjelesna aktivnost kao prevencija u liječenju šećerne bolesti
- Dip.inž.med.biol. Renata Bešenić – Dijabetes i samokontrola

U istom razdoblju u klubovima po podružnicama obavljena je kontrola šećera u kapilarnoj krvi i izmjeren tlak 8.121 osobi.

Istovremeno obavljena je edukacija o samokontroli, prehrani i tjelovježbi oboljelih od šećerne bolesti. Ove aktivnosti obavljali su sekundarni edukatori, aktivisti, volonteri uz sudjelovanje učenica Srednje Medicinske škole u Puli.

Na prevenciji – ranom otkrivanju šećerne bolesti u sedmogodišnjem razdoblju obavljeno je 55 akcija, kojima se odazvalo 8.930 osoba.

Otkrivene su 132 nove osobe s povišenim šećerom u krvi i upućene na obradu svojim liječnicima.

Akcije su provedene u Puli, Rovinju Umagu, Buzetu, Poreču, Pazinu, Labinu, Barbanu, Sv. Vinčentu,

Vodnjanu, Fažani, Marčani, Medulinu, Ližnjanu, Livadama. U ovim akcijama aktivno su učestvovala patronažne sestre Istarskih domova zdravlja.

U suradnji s Hrvatskim Savezom dijabetičkih udruga, koji organizira medicinsko rekreativne kampove za djecu i mlade u proteklom razdoblju Dijabetička udruga Istarske županije uputila je 32 djece i mladih, koji su boravili u kampovima: Crikvenici, Medulinu, Valbandonu i Malom Lošinju po 14 dana i tamo stekli znanja od neprocjenjive vrijednosti za kvalitetan život uz šećernu bolest.

I ove 2005. godine uputiti ćemo u kamp petero djece i mladih, zahvaljujući financijskoj potpori Istarske županije i Saveza Udruga invalida Istarske Županije.

Zahvaljujući potpori Istarske Županije u našem programu o zdravstvenoj edukaciji ove godine smo organizirali edukaciju za 25 sekundarnih edukatora, planiramo održati 10 stručnih zdravstvenih predavanja o komplikacijama šećerne bolesti, i edukacijom obuhvatiti 360 članova podružnica.

Potrebno je naglasiti da smo ove vrijedne aktivnosti uspjeli realizirati zahvaljujući Istarskoj Županiji, gradovima Pula, Buzet, Labin, Rovinj, Umag, Poreč, i općinama Marčana, Medulin i Raša koji nas financijski podupiru i svakako sponzorima ROCHE DIAGNOSTICS – Zagreb, MEDiLAB – Zagreb, OKTAL PHARMA – Zagreb, NOVONORDISK – Zagreb i BAUERFEIND – Zagreb, koji nas prate i podupiru u našim akcijama, patronažnim sestrama Istarskih domova zdravlja i svakako našim aktivistima, volonterima, entuzijastima, koji su sebe i svoje znanje posvetili oboljelima od šećerne bolesti, a nagrada za njihov trud je kvalitetan i dug život oboljelih.

Slogan Međunarodne dijabetičke federacije «ZAJEDNO SMO JAČI» koristimo kao moto u našim akcijama.

LITERATURA:

- Prof.dr. Magda Kadrnka.(1998). Moja šećerna bolest. Zagreb
- Prelović G.Vircdurg.(1994). Kako živjeti sa šećernom bolesti. Naučna knjiga.
- HSDU.(2005). Brinuti o zdravlju...Šećerna bolest i ja. Hrvatski zavod za javno zdravstvo
- Dijabetes slatki život. Časopis br.4/2003.

Kontakt adresa:

Marija Radojčić,
predsjednica Dijabetičke udruge Istarske županije
tel. 052 543-208

ili

Dijabetička udruga Istarske županije Pula,
Zadarska 8,
tel. 052 213-754