

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Nawet 1 mln osób w Polsce nie wie, że choruje na cukrzycę

Już co najmniej 3 mln Polaków chorują na cukrzycę, ale nawet 1 mln spośród nich nie zdaje sobie z tego sprawy, bo nie ma wciąż wykrytej choroby - alarmuje Polskie Stowarzyszenie

## Diabetyków z okazji obchodzonego 14 listopada Światowego Dnia Cukrzycy.

Zdaniem prezes Towarzystwa Anny Śliwińskiej cukrzyca to w Polsce wciąż temat tabu. Spośród trzech milionów chorych aż milion osób może nie wiedzieć o chorobie, bo nie została u nich jeszcze zdiagnozowana i nie jest leczona. Z kolei ci, którzy mają postawioną diagnozę, nie zawsze leczą się zgodnie z zaleceniami.

"Zaskakująco niewiele wiedzą o niej zarówno chorzy, którzy usłyszeli diagnozę, jak i ich rodziny, które nie zawsze wiedzą, jak wspierać swoich bliskich" - podkreśla Anna Śliwińska. Jest to niepokojące, bo cukrzyca rozwija się w utajeniu i powoduje groźne powikłania, takie jak zawału serca i udary mózgu, niewydolność nerek, utratę wzroku i uszkodzenie nerwów obwodowych.



"W Polsce choroby sercowo-naczyniowe występują u co drugiego chorego na cukrzycę i powodują dwie trzecie zgonów. Cukrzyca przyspiesza proces miażdżycowy, a tym samym sprzyja odkładaniu się blaszki miażdżycowej, utrudniającej przepływ krwi w naczyniach" - podkreśla kierownik Katedry i Kliniki Chorób Wewnętrznych, Nadciśnienia Tętniczego i Angiologii Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego prof. Zbigniew Gaciong.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), na cukrzycę choruje na świecie 415 mln ludzi, a do 2035 r. ich liczba może wzrosnąć do ponad 600 mln. Już ponad 10 lat temu Organizacja Narodów Zjednoczonych uznała cukrzycę za epidemię XXI wieku, choć nie jest chorobą zakaźną.

"Liczba osób z cukrzycą rośnie każdego roku średnio o 2,5 proc." - podkreśla kierownik Kliniki Diabetologii i Chorób Wewnętrznych Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego prof. Leszek Czupryniak.

Jego zdaniem przy obecnym tempie wzrostu zachorowalności liczba chorych na cukrzycę w naszym kraju w 2020 r. może przekroczyć 4 mln. "Nie dotyka ona jedynie osób na nią chorujących, ale także ich rodziny, znajomych, współpracowników. Kilkanaście milionów Polaków ma z tą chorobą mniej lub bardziej bezpośredni kontakt" - dodaje.

Według Centers for Disease Control and Prevention w USA do 2040 r. cukrzyca i jej powikłania będą główną przyczyną zgonów kobiet, a do 40 proc. wzrośnie odsetek kobiet z tą chorobą. "Jest to szczególnie niepokojące, bo nadal to kobieta jest w rodzinie głównie odpowiedzialna za organizację życia codziennego" - uważa specjalista.

Ekspertki podkreślają, że potrzebna jest zmiana stylu życia całej rodziny, a nie tylko chorego na cukrzycę. Bo tylko w ten sposób będzie można zmniejszyć ryzyko powikłań tej podstępnej choroby. Jednak wielu polskich pacjentów o cukrzycy dowiaduje się dopiero, gdy wystąpią jej groźne dla życia

powikłania, takie jak zawał serca czy udar mózgu.

Taki jest główny wniosek z najnowszego raportu Instytutu Ochrony Zdrowia pt. "Cukrzyca: gdzie jesteście, dokąd zmierzamy?". Wykazał on, że o cukrzycy w domu niewiele się rozmawia. 44 proc. osób z cukrzycą przyznało, że dzieje się tak bardzo rzadko, a kolejne 20 proc., że tylko od czasu do czasu. Jedynie co trzecia osoba (34 proc.) deklarowała, że cukrzyca jest tematem bardzo często poruszonym w domu z bliskimi.

Pocieszające jest, że osoby z cukrzycą z reguły pozytywnie oceniają pomoc bliskich w codziennym życiu. 66 proc. badanych oceniło tę pomoc jako bardzo dobrą i dobrą. Co trzecia osoba z cukrzycą (31 proc.) przyznała, że jej zalecenia żywieniowe przejęli także jej domownicy, a posiłki przygotowują w domu razem z zachowaniem zasad zdrowego żywienia.

Kolejne 12 proc. osób chorujących na cukrzycę je zdrowo, bo posiłki gotuje dla nich bliska osoba, ale nie jest to dieta, jaką dzieli z chorym cała rodzina. Z kolei 34 proc. badanych, aby przestrzegać zaleconych zasad żywieniowych, musi samodzielnie przygotowywać posiłki tylko dla siebie.

Gorzej jest z aktywnością fizyczną. Tylko 21 proc. ankietowanych przyznało, że wspólnie z bliskimi podejmuje wysiłek fizyczny w minimalnie zalecanym zakresie, czyli trzy razy w tygodniu po 30 minut. Kolejne 16 proc. radzi sobie w tym zakresie samodzielnie, ale aż 46 proc. osób z cukrzycą przyznaje, że nie prowadzi żadnej aktywności fizycznej.

"Badanie pokazuje, że największą skuteczność w edukacji odnosić będzie zespół lekarz diabetolog i edukator do spraw diabetologii, ponieważ osoby z cukrzycą i ich bliscy darzą ich największym zaufaniem. Dlatego niezwykle istotne jest, aby pojawił się model wizyt edukacyjnych finansowany z budżetu państwa" - uważa prezes Stowarzyszenia Edukacji Diabetologicznej Beata Stepanow.

Na środę (14 listopada - w rocznicę urodzin odkrywcy insuliny, Fredericka Bantinga) przypada Światowy Dzień Cukrzycy. Jest to międzynarodowe święto, ustanowione przez Międzynarodową Federację Diabetologiczną (ang. International Diabetes Federation, IDF) w 1991 roku

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/28764.html>



14-01-2025

## **Targi LABS EPXO 2025**

Ruszyła rejestracja na najważniejsze wydarzenie dla branży laboratoryjnej.



14-01-2025

## [Nanotechnologia w medycynie](#)

Czyli nanocząstki jako nośniki leków.



14-01-2025

## [Uważaj na zimno](#)

Przy takiej pogodzie łatwo o odmrożenia. Sprawdź jak reagować.



14-01-2025

## [Indeks sytości i gęstość odżywcza](#)

Klucze do zdrowego i smacznego odżywiania



14-01-2025

## Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana

Ocenia dr hab. Piotr Długosz autor raportu „Młodzież w epoce kryzysów”.



14-01-2025

## Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi

Możliwe będzie w 2026 roku.



14-01-2025

## Głęboki sen oczyszcza mózg

Mocny sen w nocy pomaga oczyścić mózg z toksyn.



14-01-2025

## Sok z czarnego bzu ułatwia odchudzanie

Informuje pismo „Nutrients”.

**Informacje dnia:** [Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie](#) [Uważaj na zimno](#) [Indeks](#)

[sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi Targi LABS EPXO 2025 Nanotechnologia w medycynie Uważaj na zimno Indeks sytości i gęstość odżywcza Potrzeba bezpieczeństwa młodzieży nie jest zaspokajana Pierwsze wszczepienie bionicznej trzustki człowiekowi](#)

## **Partnerzy**