



چگونه درگیر شویم؟

سازمانی جهانی بهداشت هر ساله یک اولویت در حوزه بهداشت عمومی که در سطح جهان فراگیر باشد را به عنوان موضوع و تم (theme) روز جهانی بهداشت (۷ آوریل مصادف با سالروز تشکیل سازمان) انتخاب می کند. تم امسال دیابت است که به عنوان یک بیماری غیرواگیر میلیون ها نفر در سرتاسر جهان به ویژه مردمان کشورهای با درآمد متوسط و کم را تحت تاثیر خود قرار می دهد.

در حال حاضر حدود ۳۵۰ میلیون نفر در جهان مبتلا به دیابت بوده و پیش بینی می شود ظرف ۲۰ سال آینده این عدد دو برابر شود. بر اساس گزارش سال ۲۰۱۲ دیابت علت اصلی مرگ ۱/۵ میلیون نفر در جهان بود که ۸۰ درصد از این مرگ ها در کشورهای با درآمد متوسط و کم اتفاق می افتد. پیش بینی می شود تا سال ۲۰۳۰ دیابت هفتمین علت مرگ در جهان باشد.

دیابت بیماری مزمن و متابولیک است که قند خون افزایش یافته و در طول زمان به قلب و عروق، چشم، کلیه و اعصاب آسیب جدی وارد می کند.

طی ده های اخیر و به ویژه در کشورهای با درآمد متوسط و کم شیوع دیابت بصورت پیشرونده رو به ازدیاد بوده است. بر اساس گزارش ۲۰۱۴ حدود شیوع دیابت در افراد بالای ۱۸ سال ۹ درصد می باشد.

در حالی که دانش به مقدار کافی برای تغییر این روند از طریق تمرکز بر پیشگیری و مراقبت مناسب وجود دارد.



توقف افزایش

دیابت را بزن

مقاله ای فراتر از سلامت

دیابت (نوع ۱ و ۲) صرفاً یک موضوع بهداشتی نیست. دیابت و پیامدهایش به بیماران، خانواده‌هایشان، نظام سلامت و اقتصاد ملی از طریق تحمیل هزینه‌های مستقیم درمان و از دست رفتن شغل و کسب درآمد خسارت اقتصادی بسیاری وارد می‌کند.

تلاش برای پیشگیری، تشخیص و درمان بیماران برای توسعه یافتن کشورها بسیار حیاتی است.

در دستور کار تهیه شده برای توسعه پایدار تا سال ۲۰۳۰ (2030 Agenda for Sustainable Development)، دولت‌ها جاه طلبانه یک سوم کاهش در میزان بیماریهای غیر واگیر (از جمله دیابت)، دستیابی به پوشش جهانی سلامت و امکان دسترسی به داروهای ضروری با قیمت مناسب را تعیین کردند.

دیابت یکی از ۴ اولویت بیماری‌های غیر واگیر است که توسط رهبران جهان در بیانیه پیشگیری و کنترل بیماریهای غیر واگیر (NCD) در سال ۲۰۱۱ و نیز در قالب اهداف توسعه پایدار ۲۰۳۰-۲۰۱۶ هدفگذاری شده است.

برنامه جهانی اقدام برای پیشگیری و کنترل بیماریهای غیر واگیر ۲۰۲۰-۲۰۱۳ نقشه راه و فهرستی تهیه نمود که داوطلبانه سیاست‌هایی را برای رسیدن به ۹ هدف تعیین کنند. یک هدف اضافه مشتمل است بر توقف افزایش دیابت و چاقی تا سال ۲۰۵۰.

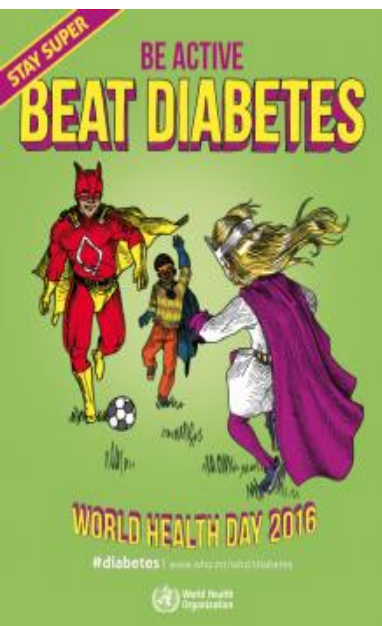
دیابت مربوط به همه است

بنابراین دیابت مقاله ای جهانی و مربوط به همه مردم و نیز دست اندر کاران و ذی‌نفعان از جمله دولت‌ها، جامعه‌های مدنی، بخش‌های خصوصی و آژانس‌های بین‌دولتی می‌باشد.

در شرایطی که کشورها و جوامع در پرداختن به چالش دیابت در مراحل مختلفی قرار دارند اما فعالیت‌هایی وجود دارد که می‌تواند در سطح ملی و محلی در روز جهانی بهداشت ۲۰۱۶ در نظر گرفته شده تا به افزایش آگاهی و آغاز یک رشته فعالیت‌ها به منظور مقابله با دیابت کمک کند.

اهداف روز جهانی بهداشت ۲۰۱۶

- ارتقا میزان آگاهی در خصوص افزایش دیابت و بار بیماری و پیامد های قابل توجه آن به ویژه در کشور های با درآمد متوسط و کم.
- آغاز یک رشته از فعالیت های ویژه، کار آمد و مقرون به صرفه جهت مقابله با دیابت. این اقدامات شامل گام هایی برای پیشگیری، تشخیص، درمان و مراقبت بیماران خواهد بود.
- اقدام به تهیه اولین گزارش جهانی سازمان جهانی بهداشت در مورد دیابت که در آن بار بیماری و پیامد های آن توضیح داده شده و مدافع قوی تر شدن نظام های سلامت خواهد بود تا از بهبود مراقبت، افزایش پیشگیری و درمان موثر تر اطمینان حاصل کند.



مواد (material) اصلی

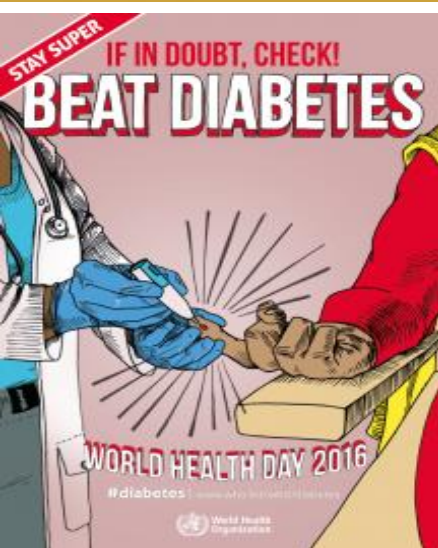
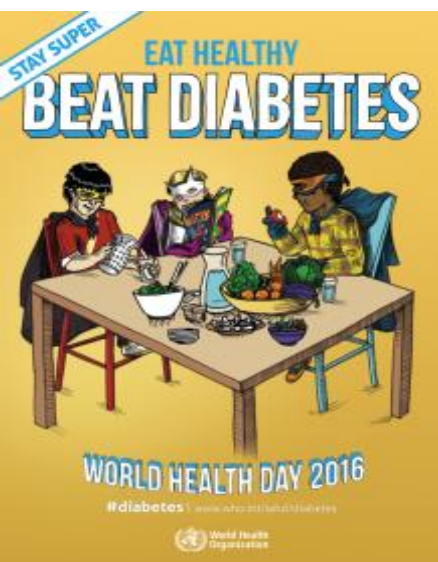
سازمان جهانی بهداشت پوستر ها، محتوا در شبکه های اجتماعی و مجموعه ای از سایر محتوای آموزشی را به ۶ زبان تولید کرده است.

همزمان با روز جهانی بهداشت ۲۰۱۶ اولین گزارش جهانی دیابت صادر خواهد شد که در آن افزایش تعداد بیماران طی ۲۵ سال گذشته تاکید شده است. این گزارش اطلاعات در خصوص روند شیوع دیابت، سهم قند خون بالا در مرگ و میر زودرس و نیز عملکرد دولت ها جهت پیشگیری و کنترل دیابت رابه روز رسانی می کند.

این گزارش نشان خواهد داد نه تنها دولت ها بلکه بیماران و ارائه دهندگان خدمات سلامت، جامعه مدنی، تولید کنندگان مواد غذایی و توزیع کنندگان داروها و تکنولوژی ها نیز لازم است واکنش قوی تری از خود نشان دهند.

چه چیز را می خواهید تغییر دهید و بهبود بخشید:

نخست نیاز است بدانید موضوعات مربوط به دیابت در کشور شما چیست و چه کارهای باید انجام گردد. خود را با اطلاعات و پاسخ های درست مسلح کنید. وبسایت سازمان جهانی بهداشت برای شروع کار مکان مناسبی است.



مناسبت ها (Events)

- اگر می خواهید جامعه خود را درگیر کنید مدارس، برنامه های تلویزیونی، مکان های عمومی و همه باید مراسم هایی آموزنده و در عین حال سرگرم کننده را با هدف ارتقا آگاهی در خصوص دیابت برنامه ریزی کنند.
- شما می توانید از طریق دفاتر WHO یا سازمان ها و انجمن ملی دیابت این برنامه ها را پیگیری کنید. در حال حاضر فدراسیون جهانی دیابت بیش از ۲۳۰ انجمن ملی دیابت را تحت پوشش دارد.
- با استفاده از هشتگ #Diabetes و از طریق شبکه های اجتماعی می توانید وارد بحث های آنلاین شده و تصاویر و تجربیات خود در مورد دیابت را با دیگران به اشتراک بگذارید.
- در منطقه شما مفهوم دیابت چیست؟ شما ممکن است مبتلا به دیابت بوده یا فرد دیابتی را بشناسید در این صورت قادر هستید تا داستان ها، توصیه ها و اقدامات برای پیشگیری و کنترل دیابت را به اشتراک بگذارید.
- WHO را در شبکه های اجتماعی دنبال کنید. از طریق توئیتر و فیسبوک می توانید سوالات مربوط به دیابت را مشاهده و پاسخ آن را با دیگران به اشتراک بگذارید.

کمپین تشکیل دهید:

اگر دیابت برایتان مهم است و می خواهید از روز جهانی دیابت ۲۰۱۶ برای جلب حمایت دیگران استفاده کنید یک تیم از افراد برای برنامه ریزی فعالیت ها و مناسبت ها تشکیل دهید.

روز جهانی بهداشت فرصتی است تا با دیگر سازمان ها شریک شوید تا حامی سلامت بیشتر شوند. دیابت موضوع و تم امسال است. با مدیران منطقه ای، مدیران مدارس، دفاتر WHO، انجمن های دیابت، سازمان های مردم نهاد، رادیو و تلویزیون و سایر مراکز مرتبط با دیابت ارتباط حاصل کرده و حمایت آن ها در خصوص مواردی که برایتان اهمیت دارد جلب کنید.

این حقیقت که دیابت در بسیاری از موارد قابل پیشگیری و درمان است را همه جا ترویج دهید و اینکه بار بیماری در جهان رو به تزاید است و انجام مداخلاتی از قبیل ترغیب به استفاده از غذای سالم و فعالیت بدنی، حمایت از افزایش دسترسی به تشخیص و درمان مقرون به صرفه همچون آموزش خود مراقبتی، اجزای اصلی برای پاسخ به این افزایش می باشند.

منبع: سایت سازمان جهانی بهداشت (Who.int)

ترجمه و تنظیم: دکتر رضا صفری