



Diyabet Salgınını Durduralım

Diyabet, 21. yüzyılın en büyük sağlık sorunlarından biri ve tüm dünyada 415 milyon olan **diyabetli** sayısının 2040 yılında 640 milyona ulaşması bekleniyor

Diyabet yalnızca bireylerin sağlığını değil ülkelerin ekonomik büyümeleri, sağlık ve sosyal güvenlik sistemleri üzerinde de büyük yük oluşturuyor. Bu yükü azaltmak; erken tanı ve tedavi ile birlikte **diyabete** zemin hazırlayan faktörlerin önlenmesini de içine alacak ulusal sağlık politikaları ile mümkün.

1980 yılında 108 milyon olan **diyabetli** sayısı 2015 yılında 415 milyona ulaştı. Geçen 34 yılda **diyabetli** sayısı neredeyse 4 kat arttı. Uluslararası **Diyabet** Federasyonu (IDF) rakamları, dünyadaki yetişkin **diyabetli** sayısının bu artış hızıyla giderse 2040 yılında 640 milyona ulaşacağını başka bir deyişle 10 kişiden birinin **diyabetli** olacağını gösteriyor. Tüm dünyada **diyabetin** tedavisi ve yol açtığı komplikasyonlar için yapılan harcama 673 milyar ABD\$'ını buluyor. Hal böyleyken tüm gözler ve dikkatler **diyabet** ve önlenemez yükselişinin üzerinde toplanıyor.

Hareketsiz yaşam, sağlıksız ve yanlış beslenme, genetik yatkınlık, fazla kilolu olmak Tip 2 **diyabete** zemin hazırlıyor. Toplam **diyabetli** nüfusun yaklaşık % 90'ını oluşturan **Tip 2 diyabet**, doğru beslenme ve hareketsiz yaşamdan kaçınarak % 70 oranında önlenebilir veya geciktirilebilir. Yaşam tarzındaki değişiklikler, çocuklar ve gençlerdeki **Tip 2 diyabet** vakalarını da arttırıyor. Uluslararası **Diyabet** Federasyonu (IDF) bu yıl **dünya diyabet günü** için verdiği mesajlarda dikkatleri **Tip 2 diyabetin** erken teşhisi ile komplikasyonlarının önlenmesi üzerinde yoğunlaştırıyor.

Çok sayıda tip 2 **diyabetli** birey **diyabetli** olduğunu bilmeden uzun yıllar yaşıyor ve tanı konulduğunda ise **diyabetin** yol açtığı sorunların çok önceden başlamış olduğu görülüyor. Oysa, sağlık tarama ve kontrollerinin düzenli olarak yapılması, tüm **diyabet** türlerinin yol açacağı komplikasyonların azaltılması, tedavinin düzenlenmesi ve etkili **diyabet** yönetiminin sağlanması açısından çok önemli. Geç konulan tanı ile birlikte, **diyabetin** tedavi ve

yönetiminin etkin olarak yapılamaması; böbrekler, kalp-damar sistemi ve gözlerde ciddi sorunlara yol açıyor, organ kayıplarına sebep oluyor. Tüm dünyada böbrek yetersizliğinin ve travmaya bağlı olmayan amputasyon olgularının en yaygın nedeni **diyabet**. Özellikle gelişmiş ülkelerde **diyabet**, görme kaybı ve körlüğün de en önemli nedenlerinden birini oluşturuyor. 2013 yılında tüm dünyada 5.1 milyon insanın **diyabet** ve komplikasyonları nedeniyle hayatını kaybettiği rapor ediliyor.

Ülkemizde **diyabetin** artış hızı %6.7 ve bu durum **diyabetli** popülasyonun 10-11 yılda ikiye katlanması anlamına geliyor. Avrupa'da 20-79 yaş arası en fazla **diyabetli** bireyin bulunduğu ülkeler sıralamasında ülkemiz 7 milyonu aşkın kişiyle Rusya ve



Almanya'dan sonra 3. sırada yer alıyor. Kentleşme ile birlikte yaşam ve beslenme tarzındaki değişiklikler ve diğer faktörlerin de etkisiyle 2035 itibarı ile ülkemizdeki **diyabetli** sayısının 12 milyona yükselmesi bekleniyor

Diyabete zemin hazırlayan en önemli faktörlerden biri olan obezitenin ülkemizde özellikle son yıllarda artış göstermesi bu sonucun ortaya çıkmasında önemli bir rol oynuyor. SGK tarafından yapılan toplam sağlık harcamaları arasında **diyabet** 2008 yılında %16.4 gibi bir orana sahipken 2012 yılında bu oran %23'e çıkmıştır.