**معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران:**

**به مناسبت ۱۴ نوامبر برابر با ۲۴ آبان ماه روز جهانی دیابت**

به مناسبت ۱۴ نوامبر برابر با ۲۴ آبان ماه روز جهانی دیابت



**روابط عمومی معاونت غذا و دارو دانشگاه ایران - دیابت یک بیماری مزمن و متابولیکی است که با افزایش سطح گلوکز خون (یا قند خون) مشخص می شود. در افراد دیابتی، یا انسولین ساخته شده توسط بدن کافی نیست و یا اینکه بدن نمی تواند از انسولین ساخته شده به درستی استفاده کند. به هر حال در این بیماری  بدن نمی تواند  گلوکز( قند خون) را از خون به سلول ها برساند.**

 **به همین دلیل، سطح قند خون افزایش می یابد و با گذشت زمان در صورت عدم کنترل ، منجر به آسیب های جدی به قلب  و عروق ، چشم ها ، کلیه ها و اعصاب می شود.
به جز انواع دیابت های نادر، در اصل ۳ نوع دیابت داریم : دیابت نوع ۱ یا " دیابت وابسته به انسولین" ، بیماری مزمن است که در آن پانکراس( لوزالمعده) یا هیچ انسولینی تولید نمی کند و یا مقدار تولید آن بسیار کم است. شایع ترین  نوع ، دیابت نوع ۲ است که معمولاً در بزرگسالان رخ می دهد و بدن در برابر انسولین مقاوم می شود و نمی تواند از انسولین تولید شده استفاده کند و در نتیجه قند خون ، افزایش می یابد. در سه دهه گذشته شیوع دیابت نوع ۲ در کشورها به طرز چشمگیری افزایش یافته است. در دیابت بارداری ، در بدن زنان باردار، هورمونهای مهارکننده انسولین تولید می شود.**

 **برای افراد مبتلا به دیابت ، دسترسی به درمان های مقرون به صرفه ، از جمله انسولین ، برای بقای آنها حیاتی است.**

 **نزدیک به پانصد میلیون نفر در سراسر جهان مبتلا به دیابت هستند که اکثریت آنها در کشورهای کم درآمد و متوسط زندگی می کنند و سالانه ۱.۶ میلیون مرگ مستقیماً به دیابت نسبت داده می شود. طی چند دهه گذشته هم تعداد موارد و هم شیوع دیابت به طور فزاینده ای رو به گسترش می باشد.**

 **بر اساس نظرسنجی سازمان بهداشت جهانی، خدمات پیشگیری و درمان بیماری های غیرواگیر از زمان ابتلا به بیماری همه گیر COVID-۱۹ به شدت مختل شده است.  نظرسنجی تأیید کرده است که این تأثیر در سطح جهانی است ، اما قطعاً کشورهای کم درآمد بیشتر تحت تأثیر قرار می گیرند. این وضعیت نگرانی قابل توجهی را به دنبال دارد زیرا افراد مبتلا به  بیماری های غیر واگیر (NCD  )در معرض خطر بیشتری در مواجهه با بیماری OVID-۱۹ هستند.
در سال ۱۹۹۱ توسط سازمان بهداشت جهانی در پاسخ به افزایش نگرانی ها در خصوص افزایش تهدیدهای سلامتی ناشی از دیابت ۱۴ نوامبر ، روز جهانی دیابت  (WDD)Worlddiabtesday نامگذاری شد و در سال ۲۰۰۶ با تصویب قطعنامه ای این روز به نام روز رسمی و جهانی دیابت معرفی شد. روز جهانی دیابت، بزرگترین کمپین آگاهی بخشی از دیابت در جهان است  تا دیابت را کاملاً در کانون توجه افکار عمومی و سیاسی قرار دهد.  این کمپین توسط یک آرم دایره آبی نشان داده می شود که در سال ۲۰۰۷ پس از تصویب قطعنامه سازمان ملل در مورد دیابت تصویب شد. دایره آبی نماد جهانی آگاهی از دیابت است و نشان دهنده وحدت جامعه جهانی دیابت در پاسخ به اپیدمی دیابت است. در سال ۲۰۲۰  برنامه جهانی روز دیابت بر ارتقا نقش پرستاران در پیشگیری و مدیریت دیابت متمرکز است.
با افزایش تعداد مبتلایان به دیابت در سراسر جهان ، نقش پرستاران و سایر کارکنان پشتیبانی حرفه ای بهداشت در کنترل تأثیر این بیماری اهمیت بیشتری پیدا می کند.**

 **ارائه دهندگان خدمات درمانی و دولت ها باید اهمیت سرمایه گذاری در آموزش و پرورش را تشخیص دهند. با تخصص مناسب ، پرستاران می توانند تفاوت در افراد مبتلا به دیابت را ایجاد کنند. هر ساله ، مبارزات روز جهانی دیابت بر موضوعی اختصاصی متمرکز است که برای یک یا چند سال اجرا می شود. شعار و موضوع روز جهانی دیابت در سال ۲۰۲۰ ، پرستار و دیابت است و توقف دیابت و چاقی تا سال ۲۰۲۵ موضوعی است که توافق جهانی آن را مورد هدف قرار داده است.**

 **هدف این کمپین،  افزایش آگاهی جهانی در مورد نقش مهمی که پرستاران در حمایت از افراد دیابتی ایفا می کنند ، می باشد  زیرا نقش پرستاران در ایجاد تفاوت در دیابت نقشی مهم تلقی می شود.**

 **در حال حاضر بیش از نیمی از نیروی کار بهداشت جهانی را پرستاران تشکیل می دهند. آنها کارهای برجسته ای انجام می دهند تا از افرادی که با طیف گسترده ای از نگرانی های بهداشتی زندگی می کنند حمایت کنند. افرادی که یا مبتلا به دیابت هستند یا در معرض خطر ابتلا به این بیماری هستند نیز به حمایت پرستاران احتیاج دارند.**

 **COVID-۱۹ یک ویروس کرونا ویروس جدید و بالقوه جدی است. سازمان بهداشت جهانی (WHO) شیوع COVID-۱۹ را یک وضعیت اضطراری بهداشت عمومی اعلام کرده و موجب نگرانی بین المللی می شود. بیش از ۲۳ میلیون نفر در سراسر جهان آلوده شناخته شده اند.**

 **ویروس های کرونا وجود دارد ، از سرماخوردگی گرفته تا ویروس های بسیار جدی تر مانند سندرم تنفسی حاد شدید (SARS) و سندرم تنفسی خاورمیانه (MERS). آنها ویروس هایی هستند که از حیوانات به افراد منتقل شده اند. در موارد شدید ، ویروس های کرونا می تواند باعث عفونت در ریه ها (ذات الریه) ، نارسایی کلیه و حتی مرگ شود.در حالیکه در حال حاضر هیچ واکسنی علیه COVID-۱۹ وجود ندارد.**

 **دکتر مهری محمدی کارشناس مسئول بررسی تجویز و مصرف منطقی دارو در ادامه افزود : با توجه به بحران کرونا در سال جاری،باید اذعان داشت افراد مسن و افرادی که از قبل تحت شرایط پزشکی قرار دارند (مانند دیابت ، بیماری قلبی و آسم) در معرض بیماری شدید با ویروس COVID-۱۹ آسیب پذیرتر هستند. هنگامی که افراد دیابتی به عفونت ویروسی مبتلا می شوند ، به دلیل نوسانات در سطح گلوکز خون و احتمالاً وجود عوارض دیابت ، درمان دشوارتر می شود و به نظر می رسد این امر دو دلیل داشته باشد. اولاً ، سیستم ایمنی بدن به خطر می افتد  و مبارزه با ویروس را دشوارتر می کند و احتمالاً منجر به دوره نقاهت طولانی تر می شود. ثانیاً ، ویروس ممکن است در محیطی با افزایش گلوکز خون رشد کند.**

 **لذا بیماران مبتلا به دیابت ، باید بطور مداوم بیماری خود را کنترل کرده تا دچار شرایط عفونت ویروسی نشوند. وی اظهار داشت: اگر دیابت کنترل نشود و نوسان قند خون  را داشته باشد ، فرد در معرض مشکلات ناشی از دیابت قرار می‌گیرد و  بیماری قلبی و سایر بیماری‌ها نیز در کنار دیابت، احتمال شدت بیماری در اثر ابتلا به کرونا را مانند سایر بیماری‌های مسری، بالا می برد زیرا توانایی بدن در مبارزه با عفونت کاهش یافته است.**

 **بیماری‌های واگیردار در افراد مبتلا به دیابت باعث افزایش التهاب یا ورم داخلی نیز می‌شود، علت این عارضه با بالا بودن قند خون بوده و هر دو منجر به بروز عوارض شدیدتر می‌شود و لازم است به کنترل قند خون بیشتر توجه شود و  اگر در فردی علائمی شبیه به آنفلوآنزا مثل تب، سرفه یا تنگی نفس مشاهده شد، حتما با پزشک مشورت شود.**

 **توصیه می شود این بیماران به اندازه کافی آب و مایعات مصرف کرده و تهیه تجهیزات دیابت (مانند نوار تست قند خون و در صورت امکان نوار کتون ادرار) و داروهای مصرفی را مدیریت و نیاز دارویی خود را از قبل پیش بینی کنند.
با توجه به همزمانی کرونا و آنفلوآنزا  با توجه به اینکه در بیماران مبتلا به دیابت  آنفلوآنزای فصلی بیماری جدی¬‌تری است، رعایت تمام نکات ایمنی برای مبارزه با بیماری‌های عفونی مهم و در پیشگیری از بروز این ویروس اهمیت دوچندان دارد.

علاوه بر اینکه رعایت کامل دستورالعمل های بهداشتی شستشوی مرتب دست¬‌ها و پوشاندن دهان هنگام عطسه و سرفه با آرنج یا دستمال و استفاده از ماسک  و رعایت فاصله اجتماعی برای بیماران مبتلا به دیابت جداً  مورد تأکید است ، لازم است به کاهش وزن و رعایت الگوی صحیح غذایی  ، عدم استعمال دخانیات، اجتناب از اضطراب و استرس ، شیوه درست زندگی  وداشتن اطلاعات و آگاهی به روز از قوانین بیماری دیابت ، توجه ویژه ای داشته باشند. همچنین افرادی که از انسولین استفاده می کنند  لازم است از صحت عملکرد دستگاههای سنجش قند خون اطمینان حاصل کنند  ..
تهیه کننده: دکتر مهری محمدی کارشناس مسئول بررسی تجویز و مصرف منطقی دارو –  دفتر تحقیق و توسعه معاونت غذا و دارو دانشگاه علوم پزشکی ایران**