

## 14 ноября – Всемирный день борьбы с диабетом



Всемирный день диабета (WDD) отмечается ежегодно 14 ноября, в день рождения сэра Фредерика Бантинга, который вместе с Чарльзом Бестом открыл инсулин. Почти 100 лет назад, в 1922 году Леонарду Томпсону была проведена инъекция инсулина, спасшая ему жизнь.

WDD – это проводимая в мире крупнейшая кампания по расширению осведомленности о диабете, ежегодно она охватывает более 1 миллиарда человек в более чем 160 странах мира. Кампания представлена логотипом в виде синего круга, который был принят в 2007 году после принятия резолюции ООН по диабету. Синий круг – это глобальный символ осведомленности о диабете, одновременно знаменует единство мирового диабетического сообщества в ответ на эпидемию диабета.

Согласно последним данным, в мире каждый одиннадцатый взрослый человек болеет диабетом, это составляет около 465 миллионов человек (подавляющее большинство из которых имеет 2 тип), и ожидается, что к 2030 году число людей, живущих с диабетом, вырастет до 578 миллионов.

На 01 января 2022 года в Республике Беларусь на диспансерном учете находилось 360532 пациентов с сахарным диабетом, в том числе с сахарным диабетом 1-го типа – 18542 человек, включая – 2848 детей, сахарным диабетом 2-го типа – 338086 человек (из них 15 детей), гестационным сахарным диабетом – 641 человек, другими специфическими типами диабета – 3263 человека.

В Витебской области с с сахарным диабетом на начало 2022 года находилось 47184 пациентов, в том числе с сахарным диабетом 1 типа – 1999 человек, включая 309 детей; с сахарным диабетом 2 типа – 44601 человек (в том числе 3 детей), из них на инсулинотерапии 6109 человек; с другими типами сахарного диабета – 552 человека, зарегистрировано с гестационным сахарным диабетом – 183 женщины.

В общей структуре распространенности данного заболевания сахарный диабет 2-го типа в Республике Беларусь занимает 94 %.

Динамика увеличения количества пациентов с сахарным диабетом в течение последних 5 лет составляет 5-8 % в год.

За последние 20 лет отмечается рост числа пациентов с сахарным диабетом в 3 раза.

В нашей стране права пациентов с сахарным диабетом на доступ к фундаментальным компонентам лечения диабета закреплены законодательно, регламентируются нормативными документами Минздрава.

В настоящее время наблюдение пациентов с сахарным диабетом 2 типа

до назначения им инсулинотерапии осуществляется врачами общей практики (врачами-терапевтами участковыми) в соответствии с постановлением Министерства здравоохранения Республике Беларусь от 12.08.2016 № 96 «Об утверждении Инструкции о порядке проведения диспансеризации».

Каждый год определяется тема кампании Всемирного дня диабета, которая длится от одного до несколько лет. Тема Всемирного дня борьбы с диабетом 2021-2023 гг. – **Доступность диабетической помощи – когда, если не сейчас?**

Обсуждаются следующие направления:

### **1. Доступность инсулина.**

Все пациенты, получающие лечение инсулином обеспечиваются препаратами инсулина бесплатно. В 2020 году приказом МЗ РБ от 10.04.2020 № 417 «Об обеспечении пациентов с сахарным диабетом лекарственными средствами инсулина» утверждена Концепция обеспечения препаратами инсулина на период 2020-2025 гг., реализация которой, уже начата. Концепция предусматривает поэтапный переход на использование инсулинов в картриджной форме для введения с помощью специальных устройств – шприц-ручек, что существенно упрощает процедуру инъекции. Предусмотрено также расширение показаний для бесплатного обеспечения препаратами нового поколения – аналогами инсулина, которые обладают рядом преимуществ по спектру и продолжительности действия. В Республике Беларусь активно внедряется метод помповой инсулинотерапии для детей с сахарным диабетом, пациентов с сахарным диабетом 1 типа трудоспособного возраста, а также беременных с сахарным диабетом 1 типа. Все это соответствует общемировым тенденциям развития инсулинотерапии. В Республике Беларусь генно-инженерные инсулины отечественного производства обеспечивают потребность пациентов на 88,6%.

### **2. Доступность глюкозоснижающих препаратов.**

Известный факт, что в ряде стран, особенно с низким и средним доходом населения таблетки от сахарного диабета людям приходится приобретать за собственные средства, что делает их малодоступными по причине высокой стоимости. В нашей стране пациенты с сахарным диабетом на пероральной глюкозоснижающей терапии обеспечиваются таблетками на бесплатной основе за счет средств местного бюджета. МЗ РБ регулярно устанавливает перечень таких препаратов с учетом клинических протоколов диагностики и лечения заболевания.

### **3. Доступность самоконтроля.**

Условием эффективности лечения сахарного диабета является не только качественная медикаментозная терапия, но и качественный контроль глюкозы крови. Недостаточный уровень контроля сахарного диабета приводит к заметному снижению качества жизни пациентов и помимо ухудшения состояния здоровья является причиной психологической и

эмоциональной дезадаптации. 50 лет назад появилась первая система домашнего контроля глюкозы – первый глюкометр. В настоящее время ассортимент глюкометров отличается большим многообразием, в том числе и в ценовом диапазоне. Глюкометры различных производителей имеются постоянно в аптечной сети, магазинах медицинской техники. Согласно действующим нормативным документам, дети и инвалиды всех групп с сахарным диабетом, в нашей стране имеют право на льготное обеспечение средствами самоконтроля, что открывает дополнительные возможности для повышения их реабилитационного потенциала.

#### **4. Доступность обучения и психологической помощи.**

Добиться наилучшего результата в контроле сахарного диабета возможно лишь при условии хорошей осведомленности пациента обо всех аспектах заболевания. Один из основоположников современной диабетологии, американский врач Эллиот П. Джослин сказал, что «обучение – это не просто компонент лечения сахарного диабета, это и есть само лечение». В странах с высоким уровнем диабетологической помощи обучение является базисным компонентом в лечении сахарного диабета. Белорусская «Школа диабета» считается одной из лучших систем обучения пациентов с хроническими заболеваниями. Система обучения в республике, сформировавшаяся с начала 90-х годов прошлого столетия, получила высокую оценку ВОЗ и Международной диабетической федерации и рекомендована в качестве примера для государств европейского региона. В нашей стране учреждены «Положение о школе для обучения пациентов с сахарным диабетом», образовательная программа по 7 направлениям, которая предусматривает как групповые так и индивидуальные занятия с пациентами, а так же дистанционную форму обучения, что особенно актуально в условиях пандемии Covid – 19.

В Витебской области работают 37 «Школ диабета», в том числе 2 – на базе стационаров для детей и взрослых.

Дистанционная школа диабета имеется на сайте УЗ «ВОЭД», а также на сайтах эндокринологических диспансеров всех областей и г. Минска.

#### **5. Доступность здорового питания и физической активности:**

Организация правильного питания и регулярная физическая активность – еще две неотъемлемые составляющие диабетологической помощи. Здоровая еда – не значит еда дорогая. Людям с диабетом важно научиться подбирать продукты таким образом, чтобы еда не стала самой большой статьей расходов. Среди привычных продуктов следует отдавать предпочтение продуктам, богатым клетчаткой, с низким количеством животного жира, бобовым. Так вполне бюджетная скумбрия по содержанию Омега-3 ничем не уступает дорогой семге, а набор базовых жирных кислот в сырых тыквенных семечках ничем не хуже, чем в авокадо. Доступная черная смородина содержит гораздо больше витаминов, минералов и

клетчатки, чем дорогостоящая голубика. Несмотря на устоявшийся миф о том, что оливковое масло – самое полезное, какое только можно себе вообразить, подсолнечное по многим параметрам ничем ему не уступает, а по ряду – превосходит. Сезонные местные продукты в разы дешевле круглогодичных привозных. Такой же «дешевой» может быть и физическая активность. Самый доступный ее вид – пешие прогулки. Ходить пешком можно как в одиночку, так и группами, вовлекая в это членов семьи, знакомых и друзей. Нет возможности или проблемы с ногами не позволяют ходить пешком? Можно заниматься дома: лечебная гимнастика, китайская гимнастика цигун способствуют оздоровлению, похуданию и последующему поддержанию веса, нормализации психического состояния, что в конечном итоге позволяет успешно контролировать диабет.

В Республике Беларусь доступность оказания медицинской помощи пациентам с сахарным диабетом является одним из важных приоритетов политики демографической безопасности государства.

Среди приоритетных направлений в развитии диабетологической помощи Республики Беларусь – улучшение преемственности в работе со смежными специалистами (терапевтами, педиатрами, врачами общей практики), информирование широких слоев населения о факторах риска, возможностях профилактики и раннего выявления заболевания, диагностики и профилактики осложнений, повышение мотивации пациентов к самоконтролю, использование современных медицинских технологий в диагностике, лечении и наблюдении пациентов.

Решение вышеперечисленных задач поможет поднять на качественно новый уровень диабетологическую службу страны и достичь основной цели – преодолеть надвигающуюся угрозу эпидемии сахарного диабета, сохранить жизнь миллионам больных людей, предотвратить заболевания у миллионов детей и взрослых, увеличить продолжительность и качество жизни населения, увеличить рождаемость здоровых членов общества.

Главный врач УЗ «ВОЭД»,  
главный внештатный  
специалист по эндокринологии  
главного управления по здравоохранению  
Витебского облисполкома

Л.М.Педченец