**شعار:**

**پرستاران در دنیای دیابت تغییر را ایجاد می کنند - DIABETES: Nurses Make the Difference**

پرستاران به عنوان یک عضو بسیار ارزشمند جامعه، کارهای برجسته‌ای را برای حمایت از افرادی انجام می‌دهند که با طیف وسیعی از مشکلات سلامتی زندگی می‌کنند. افرادی که با دیابت زندگی می‌کنند یا در معرض خطر ابتلا به آن قرار دارند، به حمایت آن‌ها نیز نیاز دارند.

**پرستاران نقش کلیدی در:**

* تشخیص دیابت برای اطمینان از درمان سریع.
* ارائه آموزش و پشتیبانی روان‌شناختی برای افراد مبتلا به دیابت برای جلوگیری از بروز عوارض.
* مقابله با عوامل خطر برای دیابت نوع ۲ برای جلوگیری از بیماری;

نیاز به آموزش و سرمایه‌گذاری بیشتر برای توانمندسازی پرستاران در سراسر دنیا با مهارت‌هایی برای حمایت از افراد مبتلا به دیابت و افراد در معرض خطر ابتلا به دیابت نوع 2 وجود دارد.

**آمار و اطلاعات**

* در سال ۲۰۱۹ میلادی 483 میلیون بزرگسال )۱ نفر در هر ۱۱ نفر) مبتلا به دیابت بودند.
* انتظار می‌رود تا سال ۲۰۳۰ تعداد افراد مبتلا به دیابت به ۵۷۸ میلیون نفر افزایش یابد و ممکن است تا سال 2045 تعداد بیماران از مرز 700 میلیون نفر بگذرد.
* نیمی از مبتلایان به دیابت در جهان از بیماری خود اطلاع ندارند. طبق آخرین مطالعه انجام شده در کشور ما یک چهارم بیماران از بیماری خود بی اطلاع هستند.
* 3 نفر از هر 4 دیابتی در کشورهای با درآمد پایین و متوسط زندگی می‌کنند.
* از هر 6 تولد 1 مورد درگیر قند خون بالا (هیپرگلیسمی) در بارداری هستند. (۲۰ میلیون)
* دو سوم افراد مبتلا به دیابت در مناطق شهری زندگی می‌کنند و سه چهارم آن‌ها در سن کار هستند.
* از هر 5 نفر مبتلا به دیابت (136 میلیون) یک نفر بالای ۶۵ سال سن دارد (در سال 2019، 20 درصد بیماران سالمند بوده اند).
* 4.2 میلیون نفر در سال ۲۰۱۹ در اثر دیابت فوت کردند.
* هزینه های دیابت در سال 2019 میلادی به میزان ۷۶۰ میلیارد دلار آمریکا بوده است، دیابت مسئول ۱۰ درصد از کل هزینه های صرف‌شده در سلامت است.
* در برخی کشورهای جهان، تا ۵۰ % افرادی که مبتلا به کووید ۱۹ شدند، مبتلا به دیابت بودند.
* پرستاران ۵۹% از کارکنان سلامت را به عنوان بزرگ‌ترین گروه شغلی شامل می شوند.
* نیروی کار پرستاری در جهان بالغ بر 27.9 میلیون نفر است که بیش از 19.3 میلیون پرستار حرفه‌ای هستند.
* تقریباً ۹۰ % از نیروی کار پرستاری خانم ها هستند.

**پیام های کلیدی**

* دیابت یک بیماری جدی و طولانی‌مدت است و زمانی رخ می‌دهد که بدن نمی‌تواند انسولین تولید کند و یا نمی‌تواند به طور موثر از آن استفاده کند. به طور کلی دیابت در سه گروه طبقه بندی می شود: دیابت نوع ۱، نوع ۲ و دیابت بارداری.
* دیابت نوع ۱ بیماری دوران کودکی و نوجوانی است ولی می‌تواند در هر سنی رخ دهد. حداقل در حال حاضر نمی‌توان از آن پیشگیری کرد. افراد با دیابت نوع ۱ می‌توانند سلامت زندگی کنند. در صورت تامین دائمی انسولین، آموزش، خودمراقبتی و اندازه گیری قند خون، مبتلایان به دیابت نوع یک می توانند در سلامت زندگی کنند.
* حدود ۹۰% دیابت در سراسر جهان دیابت نوع ۲ گزارش شده است. آموزش، خودمراقبتی و پیروی از شیوه زندگی سالم و استفاده از دارو در کنترل بیماری موثر است. دیابت نوع 2 قابل پیشگیری است و در برخی موارد در اوایل بیماری قابل بهبود است.
* عدم دسترسی به انسولین، عدم تشخیص و یا تاخیر در تشخیص دیابت نوع ۱ منجر به کتواسیدوز دیابتی، علت شایع مرگ در کودکان و جوانان مبتلا به دیابت ‌است.
* پیشگیری از دیابت یا ابتلا به عوارض آن با خود مراقبتی امکان پذیر است. (دیابت نوع 2)
* هیچ مداخله موثر و ایمن در حال حاضر برای پیشگیری از دیابت نوع ۱ وجود ندارد.
* شواهد محکمی وجود دارد مبنی بر اینکه پیشگیری از دیابت نوع ۲ امکان پذیر است.
* پایش منظم عوامل خطر برای مشکلات دیابت و مداخله زودهنگام منجر به کاهش بستری و بهبود نتایج بالینی می‌شود.
* میزان دسترسی به داروهای دیابت در نقاط مختلف جهان متفاوت است. در کشورهای با درآمد بالا دسترسی به انسولین بیشتر است و در کشورهای با درآمد پایین میزان دسترسی کمتر است.
* با وجود اینکه تقریباً ۱۰۰ سال است انسولین در دسترس قرار گرفته است، کماکان برای بسیاری از افراد مبتلا به دیابت که به آن نیاز دارند، غیرقابل تهیه است.
* با توجه به پاندمی کووید 19 پیشگیری از دیابت بیش از پیش اهمیت دارد مبتلایان به دیابت در صورت ابتلا به بیماری کووید 19 بیشتر در معرض خطر عوارض شدید بیماری هستند.

**اقدامات احتیاطی در مقابل کووید 19**

* شستن دست‌ها به طور کامل و منظم
* از لمس صورت خود با دست‌های کثیف خودداری کنید
* ضد عفونی کردن اشیا و سطوحی که اغلب لمس می‌شوند
* غذا، عینک، حوله و غیره را به صورت اشتراکی استفاده نکنید
* هنگام سرفه یا عطسه، دهان و بینی خود را با قسمتی از بازو بپوشانید
* اجتناب از تماس با افراد دارای علائم بیماری تنفسی
* اگر مبتلا به بیماری آنفولانزا باشید، در خانه بمانید