



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

Zhruba milion Čechů trpí cukrovkou a nemocných neustále přibývá

Na neděli 14. listopadu připadá [Světový den diabetu](#). Diabetes mellitus, neboli lidově cukrovka, už nabral charakter celosvětové epidemie. Napříč zeměmi rostou jak počty nových případů onemocnění (tzv. incidence - údaj za určité časové období vztažený na populační jednotku), tak celkový podíl počtu lidí trpících cukrovkou ve sledované populaci (tzv. prevalence). Zvyšuje se také výskyt komplikací, které následně znamenají další snižování kvality života nemocných a častější úmrtí s diabetem. V České republice je nyní přibližně milion osob trpících cukrovkou a na celém světě jde o 537 miliónů diabetiků. Ve většině případů se přitom jedná o diabetes 2. typu, kterému lze předcházet zdravým životním stylem.

zdravým životním stylem.

"Prakticky každý desátý Čech (téměř 10 % populace) trpí diabetem. Výskyt stoupá nejen ve starší populaci, ale i ve středních věkových skupinách. Podle údajů Ústavu zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS) je v České republice více než 1 milión lidí s diabetem. Další více než 2 % lidí o své nemoci neví, nebyli ještě diagnostikováni," uvádí vedoucí Centra podpory veřejného zdraví SZÚ MUDr. Marie Nejedlá.

Počty nemocných rostou s věkem. Mezi populací nad 65 let je více než 20 % diabetiků a ročně v této věkové kategorii nově onemocní dalších 25 - 30 tisíc lidí.

Také celková incidence nových případů diabetu vykazuje v čase stoupající tendenci. V roce 2007 bylo zaznamenáno v ČR přes 69 tisíc nových případů a o 10 let později (tedy v roce 2017) to bylo už více než 113 tisíc nově nemocných. Meziročně se pak počet nových případů navyšuje zhruba o 4,5 tisíce. Každoročně také 20 - 30 tisíc lidí s diabetem zemře, ačkoli cukrovka nemusí být přímou příčinou těchto úmrtí, vždy komplikuje zdravotní stav jednotlivce.

"Diabetes mellitus neboli úplavice cukrová je onemocnění, při kterém se lidské tělo zjednodušeně řečeno pere s nedostatkem hormonu inzulinu. Ve většině případů onemocnění diabetem celosvětově i v České republice se jedná o takzvaný diabetes 2. typu a podle údajů Světové zdravotnické organizace (WHO) je možné více než polovině případů diabetu 2. typu předejít vhodným životním stylem. Alarmující je i fakt, že v populaci se vyskytuje 2 - 5 % lidí s diabetem, kteří o své nemoci nevědí," popisuje situaci ředitelka Státního zdravotního ústavu MUDr. Barbora Macková. *"Diabetes je jednou ze zásadních zdravotních komplikací, která ukazuje na mimořádnou důležitost primární prevence a dlouhodobého důrazu na zdravý životní styl každého z nás,"* dodává ředitelka SZÚ.



STÁTNÍ ZDRAVOTNÍ ÚSTAV

V roce 2030 by v České republice mohlo být až 1,3 miliónu diabetiků. Odhadované náklady na léčbu těchto lidí představují 69 miliard Kč ročně a další výdaje se předpokládají na sociální péči. V roce 2018 byly náklady na léčbu zhruba 53 miliard Kč, což představuje 15 % nákladů na zdravotnictví. V roce 2020 bylo na péči o pacienty v České republice k dispozici 320 miliard Kč, z toho na léčbu diabetu se spotřebovalo až 48 miliard Kč. Nejvyšší náklady nejsou na samotnou léčbu diabetu, ale na léčbu komplikací, které diabetes provází.

"Možnosti prevence diabetu 2. typu jsou značné. Vznik nemoci lze velmi účinně ovlivnit změnou nebo úpravou životního stylu, kterou zvládne každý z nás. Důležitá je vyvážená strava, která je bohatá na vitamíny, minerály a vlákninu a naopak neobsahuje nadbytečné množství sacharidů, tuků a smažených jídel. Velkou roli hraje také dostatek pohybu, který zároveň pomáhá při prevenci kardiovaskulárních onemocnění. 30minut pohybové aktivity denně snižuje riziko diabetu o 30%," vysvětluje MUDr. Marie Nejedlá.

Datum Světového dne diabetu bylo zvoleno na počest jednoho z objevitelů inzulínu, kanadského lékaře, sira Fredericka Bantina (1891 - 1941), který se právě 14. listopadu narodil. Za svůj objev získal v roce 1923 Nobelovu cenu za fyziologii a medicínu. Počátkem roku 1922 byl inzulín poprvé podán čtrnáctiletému chlapci Leonardu Thompsonovi, jež se tak stal prvním léčeným diabetikem na světě. *"Ani sto let po objevení inzulínu nemají milióny lidí s diabetem na celém světě přístup k péči, kterou potřebují, včetně inzulínu. Více než 3 diabetici ze 4 žijí v zemích se středními nebo nízkými příjmy. I na tento alarmující stav chce Světový den diabetu upozornit,"* doplňuje MUDr. Marie Nejedlá.

Odkazy na materiály SZÚ týkající se diabetu:

1. Leták "Několik slov o cukrovce"

http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/edice/plne_znani/cukrovka.pdf

2. Leták "Světový den diabetiků"

http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/edice/20.2.2014rakovina_diabets/poster_diabetes_web.pdf

3. Leták "Diabetes bez papírku"

http://www.szu.cz/uploads/documents/czzp/edice/20.2.2014rakovina_diabets/letak_diabetes_bez_papirku.pdf



4. Leták "Výživová doporučení pro osoby s glukózovou toleranci..."

http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/edice/doporuceni_glukozova_tolerance.pdf

5. Leták "Metabolický syndrom"

http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/edice/metabolicky_syndrom.pdf

6. leták "Glykemický index"

http://www.szu.cz/uploads/documents/czpz/edice/plne_znani/glykemie.pdf