*„Ten, kto chce pozostać w dobrym zdrowiu, powinien unikać smutnych nastrojów i zachowywać radosny umysł"*

*Leonardo da Vinci*

**KARTKA Z POWIATOWEGO KALENDARZA ZDROWIA**



**14 listopada**

**46 tydzień roku 2020 -**

**ŚWIATOWY DZIEŃ ZWALCZANIA CUKRZYCY**

Cukrzyca jest chorobą społeczną, na którą zapada coraz większa liczba osób. Na świecie co 5 sekund diagnozuje się cukrzycę u kolejnej osoby. Co 10 sekund ktoś umiera z powodu powikłań tej choroby. Na całym świecie zmaga się z cukrzycą już 285 milionów pacjentów. Szacowana liczba chorych w Polsce wynosi ponad 2,17 miliona, czyli ponad 5 proc. polskiego społeczeństwa, ponad 450 tys. osób nie jest świadomych swojej choroby (świadomość wzrasta wraz wiekiem). W ostatnich  latach  cukrzyca zyskała wysoką rangę w hierarchii najważniejszych problemów zdrowotnych świata. W 2006 roku Organizacja Narodów Zjednoczonych uchwaliła rezolucję uznając plagę cukrzycy za pierwszą, niezakaźną epidemię współczesnej cywilizacji.



14 listopada nie jest datą wyznaczoną przypadkowo, jest to bowiem dzień urodzin odkrywcy insuliny, laureata Nagrody Nobla, Kanadyjczyka, doktora Fryderyka Bantinga (1891-1941). Każdego roku tego jednego dnia, uwaga całego świata skupiona jest wokół problemu cukrzycy. Dzięki organizowanym na całym świecie licznym wydarzeniom, konferencjom, czy happeningom z roku na rok ten dzień staje się coraz bardziej widocznym wydarzeniem.

 Symbolem walki z cukrzycą stało się błękitne kółko, które obecne jest we wszystkich kulturach świata, symbolizuje życie i śmierć, ale przede wszystkim jest znakiem jedności. Wspólny wysiłek wielu ludzi, organizacji i instytucji  stanowi  najgłębszy sens kampanii  przeciwko   cukrzycy.   Kolor   niebieski przywołuje barwę nieba, a także jest oficjalnym kolorem ONZ, co nadaje działaniom wszystkich środowisk podejmujących trud zapobiegania i leczenia cukrzycy.

Światowy Dzień Cukrzycy (World Diabetes Day – WDD) to największa, światowa kampania poświęcona szerzeniu świadomości o cukrzycy. Dociera do ponad miliarda ludzi w 160 krajach, informując opinię publiczną i polityków o najważniejszych sprawach związanych z tą chorobą. WDD został ustanowiony w 1991 r. przez IDF i WHO (Światowa Organizacja Zdrowia – World Health Organization). Rezolucja Narodów Zjednoczonych (ONZ) nadała mu rangę dnia obchodów o światowym zasięgu w 2006 r. WDD służy stałemu promowaniu działań IDF i upowszechnianiu na całym świecie przekazu, że aby skutecznie przeciwstawić się ogólnoświatowemu zagrożeniu zdrowotnemu, jakim jest cukrzyca, potrzebne są szeroko zakrojone, precyzyjnie zaplanowane i skoordynowane akcje informacyjno-edukacyjne.

**O cukrzycy**

**Cukrzyca to przewlekła choroba metabolizmu wywołana podwyższonym poziomem glukozy we krwi, który spowodowany jest niedoborem lub nieprawidłowym działaniem insuliny.** Insulina, hormon wytwarzany przez trzustkę, reguluje niemal wszystkie procesy przemiany materii. Aby glukoza mogła być źródłem energii, niezbędna jest odpowiednia ilość prawidłowo spełniającej swoje funkcje insuliny. W najbardziej rozpowszechnionej cukrzycy typu 2 organizm produkuje zbyt duże jej ilości, nie są one w stanie zamienić cukru na energię. Najczęstszymi objawami cukrzycy, szczególnie w zaawansowanym stadium, są: senność, osłabienie organizmu, znaczna utrata wagi w krótkim czasie, nudności i ciągłe odczuwanie pragnienia.



Źródło:

1. <http://www.czd.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=3182:wiatowy-dzie-cukrzycy&catid=28:zwyke&Itemid=420>
2. <https://dziecisawazne.pl/14-listopada-swiatowy-dzien-walki-cukrzyca/>