

Бремя диабета увеличивается во всем мире, особенно в развивающихся странах. Это явление имеет комплекс причин, но в значительной мере это объясняется быстрым увеличением распространенности избыточного веса, ожирения и отсутствия физической активности.



ВОЗ/А. Waak

Несмотря на наличие подтвержденных фактических данных о том, что значительную долю случаев диабета и его осложнений можно предотвратить с помощью здорового питания, регулярной физической активности, поддержки нормальной массы тела и избежания употребления табака, эти меры широко не применяются.

Необходимо осуществлять координацию международной и национальной политики в этой области, чтобы уменьшить воздействие известных факторов риска диабета и улучшить качество медицинской помощи и доступ к ней.

[10 фактов о диабете](#)

1. Около 347 миллионов человек в мире больны диабетом

В мире происходит глобальная эпидемия диабета, которая объясняется быстрым увеличением распространенности избыточного веса, ожирения и отсутствия физической активности.

2. Согласно прогнозам, к 2030 году диабет станет седьмой ведущей причиной смерти в мире.

Предполагается, что в последующие 10 лет общее число случаев смерти от диабета увеличится более чем на 50%.

3. Существуют два основных типа диабета

Диабет 1-го типа характеризуется отсутствием выработки организмом инсулина, а диабет 2-го типа возникает в результате неэффективного использования инсулина организмом.

4. Третьим типом диабета является гестационный диабет

Этот вид диабета характеризуется гипергликемией, или повышенным содержанием сахара в крови на уровне выше нормального, но ниже диагностически значимого для диабета, во время беременности. Гестационный диабет повышает риск осложнений во время беременности и родов, а также риск развития диабета второго типа в будущем.

5. Диабет 2-го типа гораздо больше распространен, чем диабет 1-го типа

На диабет 2-го типа приходится 90% всех случаев диабета в мире. Ранее редкие случаи заболевания детей диабетом 2-го типа увеличились во всем мире. В некоторых странах на него приходится почти половина новых диагностируемых случаев среди детей и подростков.

6. Сердечно-сосудистая болезнь — причина от 50% до 80% случаев смерти больных диабетом

В большинстве стран диабет стал одной из главных причин преждевременной заболеваемости и смертности, главным образом в связи с повышенным риском сердечно-сосудистых заболеваний.

7. 1,5 миллиона смертей связаны с диабетом

По оценкам, в 2012 году диабет стал прямой причиной смерти 1,5 миллиона человек.

8. 80% случаев смерти от диабета происходят в странах с низким и средним уровнем дохода

В развитых странах большинство людей с диабетом — это люди пенсионного возраста, тогда как в развивающихся странах диабет чаще всего поражает людей в возрасте от 35 до 64 лет.

9. Диабет является ведущей причиной слепоты, ампутации и почечной недостаточности

Отсутствие информированности о диабете в сочетании с недостаточным доступом к медицинским службам и основным лекарственным средствам может привести к таким осложнениям, как слепота, ампутация и почечная недостаточность.

10. Диабет 2-го типа можно предотвратить

30 минут регулярной активности умеренной интенсивности в течение большинства дней и здоровое питание могут значительно снизить риск заболевания диабетом 2-го типа. Диабет 1-го типа предотвратить невозможно.