**Cukrzyca – epidemia w pandemii. Co 6 sekund umiera jedna osoba**

* **Cukrzyca uznawana jest dziś za pierwszą, niezakaźną epidemię w historii – co 6 sekund umiera na świecie jedna osoba na skutek cukrzycy lub jej konsekwencji, wynika z danych Narodowego Centrum Edukacji Żywieniowej.**
* **Co 11. Polak jest diabetykiem, a ponad milion nie wie o swojej chorobie – podaje Narodowy Fundusz Zdrowia i Koalicji-Cukrzyca.**
* **Grupowe ubezpieczenia zdrowotne umożliwiają skuteczną profilaktykę cukrzycy i szybkie podjęcie leczenia.**

Co 6 sekund na świecie umiera jedna osoba na skutek cukrzycy lub jej konsekwencji – podaje Narodowe Centrum Edukacji Żywieniowej. Według prognoz Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), do 2030 r. cukrzyca będzie 7. z najczęstszych przyczyn zgonów. Według jej danych, w 1980 roku na cukrzycę chorowało na świecie „tylko” 108 milionów osób. Z kolei w 2014 roku ta liczba wzrosła do 422 milionów. W Polsce mieszka ok. 3,5 mln osób chorych na cukrzycę, z czego 1/3 (ponad milion) nie wie o swojej chorobie. Co oznacza, że co 11. mieszkaniec naszego kraju jest diabetykiem[[1]](#footnote-1).

*– Skala problemu jest poważna, a najbardziej niepokoi liczba niezdiagnozowanych przypadków.* *Wiele osób nie robi regularnie badań, więc nie wie o swojej chorobie. A to poważne zagrożenie dla zdrowia i życia. Wystarczy spojrzeć na statystyki umieralności. Dodam, że cukrzycę uznaje się za chorobę cywilizacyjną, a na jej rozwój wpływa też tryb życia. Przypomnę, że nie leczona może wywoływać m.in. miażdżycę, niewydolność nerek i prowadzić do śmierci. Dlatego tym bardziej trzeba pamiętać o profilaktyce, która jest podstawą skutecznego leczenia –* mówi Xenia Kruszewska, Dyrektor Działu Ubezpieczeń Zdrowotnych w SALTUS Ubezpieczenia

Wśród powikłań cukrzycy znajdują się m.in. zmiany miażdżycowe, retinopatia, nefropatia. Ponadto choroba ta źle wpływa na prawidłowe działanie układu krążenia, zwiększa ryzyko zawałów serca i udarów mózgu. Diabetycy mają też kłopoty ze wzrokiem, a uszkodzenia nerwów obwodowych dolnych kończyn, wywołują tzw. stopę cukrzycową, która może być przyczyną amputacji.

**Zdrowy tryb życia i ruch pozwalają uniknąć cukrzycy**

Nie bez znaczenia dla rozwoju cukrzycy jest tryb życia. Siedząca praca i brak aktywności fizycznej w wolnym czasie, prowadzi do otyłości, a to prosta droga do cukrzycy. Wzrost masy ciała to pierwszy sygnał, aby udać się do diabetologa. Warto podkreślić, że zmiana trybu życia nawet w stanie przedcukrzycowym – odpowiednia dieta, ruch, rezygnacja z używek – może go skutecznie cofnąć i efekcie zatrzymać lub spowolnić rozwój cukrzycy typu 2. Zdrowy styl życia to również skuteczny sposób na zapobieganie powikłań cukrzycy, gdy ta została już zdiagnozowana. Da się z nią żyć, choć wiadomo, że utrudnia codzienne funkcjonowanie, w tym także pracę.

**Profilaktyka w ramach ubezpieczenia**

Problem zauważają nie tylko lekarze i środowisko medyczne, ale również pracodawcy. Chcąc zadbać od dobrostan pracowników zapewniają im zatem szybki dostęp do świadczeń medycznych, m.in. dzięki grupowym ubezpieczeniom zdrowotnym i różnym programom profilaktycznym.

– *Rynek ubezpieczeń, widząc potrzeby pracodawców, oferuje specjalne pakiety ubezpieczeń zdrowotnych zawierające m.in. zestawy badań i konsultacji specjalistycznych pomagających szybko wykryć i przeciwdziałać cukrzycy. Z naszych obserwacji wynika, że firmy coraz częściej poszukują takich polis grupowych. Dzięki temu profilaktyka staje się bardziej skuteczna, a jak wiemy z przysłowia: lepiej zapobiegać, niż leczyć*  – dodaje Xenia Kruszewska z SALTUS Ubezpieczenia

Dobrze skonstruowany pakiet powinien zawierać łatwy dostęp do konsultacji m.in. z: diabetologiem, internistą, kardiologiem i okulistą. Nie można jednak rozpocząć leczenia bez diagnostyki. Dlatego ubezpieczenie powinno uwzględniać odpowiednio dobraną listę badań, niezbędnych w profilaktyce i leczeniu cukrzycy, czyli m.in.: badanie poziomu glukozy, białka, kreatyniny we krwi, a także umożliwiać przeprowadzenie badań obrazowych EKG.

Źródło: SALTUS Ubezpieczenia

1. dane Narodowego Funduszu Zdrowia i Koalicji-Cukrzyca [↑](#footnote-ref-1)