Svetový deň diabetu
14. november 2026

Svetový deň diabetu iniciovali v roku 1991 Medzinárodná diabetologická federácia (IDF) a Svetová zdravotnícka organizácia (WHO). Každoročne si ho pripomíname 14. novembra pri príležitosti narodenia Sira Fredericka Bantinga, ktorý v roku 1922 spolu s Charlesom Bestom objavil inzulín.

Celosvetové štatistiky:

- Každý deviaty dospelý človek žije s cukrovkou.
- 65 miliónov dospelých má vysoké riziko vzniku cukrovky 2. typu.
- Až u 50 % ľudí s cukrovkou 2. typu sa už v čase stanovenia diagnózy vyskytuje určitá forma komplikácií.

Cieľom tohtoročného Svetového dňa diabetu je upozorniť na dôležitosť včasnej diagnostiky a znižovania rizikových faktorov. Včasné odhalenie ochorenia a následný zásah urýchľujú prístup k zdravotnej starostlivosti, znižujú riziko vzniku ochorenia a prispievajú k lepšiemu zdravotnému stavu celej populácie.

Svetový deň diabetu predstavuje celosvetovú príležitosť na spoluprácu ľudí žijúcich s cukrovkou, zdravotníckych pracovníkov, predstaviteľov verejnej správy a širokej verejnosti s cieľom zvýšiť informovanosť a podporiť konkrétne kroky.

Pripojte sa aj vy 14. novembra a prispejte k včasnému odhaleniu cukrovky a znižovaniu jej rizík!

Nezabúdajte na pravidelnú kontrolu hladiny cukru v krvi!

Rizikové faktory cukrovky 2. typu

Príznaky cukrovky 2. typu sú často mierne alebo úplne chýbajú, preto môže ochorenie zostať nerozpoznané aj niekoľko rokov. O to dôležitejšie je poznať rizikové faktory.

- Vek: S pribúdajúcim vekom sa zvyšuje riziko vzniku cukrovky 2. typu.
- Prediabetes (znížená glukózová tolerancia): Vyššia hladina cukru v krvi, než je normálne, zvyšuje pravdepodobnosť vzniku ochorenia.
- Rodinná anamnéza: U ľudí, ktorých rodič, súrodenec alebo dieťa má cukrovku, je pravdepodobnosť vzniku ochorenia 2- až 6-krát vyššia.
- Nadváha a nedostatok pohybu: Zvýšený obvod pása a sedavý spôsob života výrazne zvyšujú riziko vzniku ochorenia.
- Nezdravé stravovanie: Vyvážená strava pomáha udržiavať primeranú telesnú hmotnosť a znižuje riziko vzniku cukrovky.
- Vysoký krvný tlak: Môže poškodzovať cievy a zároveň zvyšovať riziko vzniku cukrovky.

- Tehotenská anamnéza: Prekonaná tehotenská cukrovka alebo nedostatočná výživa počas tehotenstva zvyšujú riziko vzniku ochorenia u matky aj dieťaťa v neskoršom veku.