PRESS CLIPPING SHEET

PUBLICATION:	**Al Hayat**
DATE:	**14-November-2015**
COUNTRY:	**Egypt**
CIRCULATION:	**267,370**
TITLE :	**World Diabetes Day…37 million people affected in the Arab region**
PAGE:	**19**
ARTICLE TYPE:	**Competitors' News**
REPORTER:	**Dr. Abdel Hafiz Yehia Khoga**

VANTAGE COMMUNICATIONS
YOUR REPUTATION IS TOO PRECIOUS FOR SECOND BEST

BAYER

PRESS CLIPPING SHEET

إعلان نتائج دراسة موسعة عن المرض في السعودية

اليوم العالمي للسكري.. 37 مليون شخص مصاب به في المنطقة العربية

فرانكفورت (ألمانيا)
د. عبد الحفيظ يحيى خوجة

تحتفل دول العالم يوم غد السبت بمناسبة اليوم العالمي لداء السكري، الذي تم تحديده من قبل كل من الاتحاد الدولي للسكري ومنظمة الصحة العالمية لإحياء عيد ميلاد العالم فريديريك بانتين الذي اسهم مع زميله شارلز بيست في اكتشاف مادة الإنسولين في عام 1922، هذه المادة التي باتت ضرورية لبقاء مرضى السكري على قيد الحياة، بعد أن كان مصيرهم المحتوم الموت.

وتقام في هذا اليوم نشاطات مختلفة على مستوى العالم، تهدف جميعها إلى إذكاء الوعي العالمي بداء السكري، بمعدلات إصابته، وزيادة اعداد ضحاياه من البشر بمختلف فئاتهم العمرية والاجتماعية، وبكيفية توقي المرض في معظم الحالات، وبالتعريف على أهم العقاقير المستخدمة في علاجه.

وقد حضرت «صحتك» بجريدة «الشرق الأوسط» المؤتمر الطبي العالمي لإدارة وممارسة داء السكري في المجتمع الطبي International medical Congress Of International Diabetes Management and Practice Symposium (IDMPS الذي عقد في مدينة فرانكفورت بألمانيا والذي نظمته شركة «سانوفي». وقد تخلل المؤتمر نشر نتائج الدراسة الدولية التي بدأ العمل عليها منذ عام 2006 حول (إدارة السكري وممارسته). وجرى تطبيق هذه الدراسة على مراحل متتالية، وتعد هذه المرحلة السادسة منها. وقد شملت نتائج الدراسة ارقاما حصرية تخص منطقة الشرق الأوسط والسعودية.

إدارة السكري

قد تصبح إدارة مستويات السكر في الدم بشكل يومي عملية معقدة، إذ يؤثر السكري على كل جانب من حياة الشخص المصاب. وعليه أن يقوم بإجراء تغييرات في نمط حياته، وإلا فإنه سوف يتعرض للمضاعفات وعواقب صحية وخيمة على المدى الطويل. ومع مرور الوقت، يمكن لمستويات السكر في الدم غير المنضبط أن تؤدي إلى أعراض خطيرة ومهددة للحياة (العمى والقدم السكري والفشل الكلوي وأمراض القلب والسكتة الدماغية)، والتي تسهم إسهاما كبيرا في رفع تكاليف الرعاية الصحية. كما أن مرضى السكري معرضون بشكل أكبر للأمراض الخطيرة مثل السل، والإنفلونزا، والاكتئاب.

إن الهدف العام هو تحقيق انخفاض نسبة مستويات السكر في الدم لما له من تاثير متميز على تطور المضاعفات المرتبطة بمرض السكري. وقد أظهرت كثير من الدراسات التي أجريت على مرضى السكري من النوع الثاني أن كل واحد في المائة من انخفاض نسبة السكر في الدم، يمكن أن يقلل إلى حد كبير من خطر حدوث المضاعفات، بما في ذلك احتشاء عضلة القلب والوفاة الناجمة عن مرض السكري. إن السيطرة على مستويات السكر في الدم هي رحلة طويلة الأمد تبدأ بالتشخيص المبكر، والسيطرة على مستوى السكر التراكمي في الدم HbA1c وتنتهي بمنع المضاعفات أو الحد منها على أقل تقدير وتحسين نوعية الحياة. وهذه هي توصيات الجمعية الأميركية للسكري (ADA) والجمعية الأوروبية لدراسة مرض السكري (EASD).

إصابات السكري في العالم

يقدر عدد الذين يعيشون بداء السكري حاليا بنحو 387 مليون شخص في العالم، وتتزايد هذه الأرقام في جميع أنحاء العالم. وتقريبا كل 7 دقائق يكتشف أن شابا تحت سن 15 عاما مصاب بمرض السكري من النوع الأول. وخلال السنوات الـ20 المقبلة سيصاب واحد من كل 10 من سكان العالم البالغين بداء السكري من النوع الثاني، وسيصل العدد إلى أكثر من نصف مليار مصاب بالسكري بحلول عام 2035.

إن مرض السكري هو مرض طويل الأجل، يحدث عندما يعجز البنكرياس عن إنتاج ما يكفي من الإنسولين - وهو الهرمون الذي ينظم مستويات السكر في الدم. وتشمل أعراضه: الإفراط في إفراز البول (Polyuria)، والعطش (Polydipsia)، والجوع المستمر (Polyphagia)، وفقدان الوزن، وتغير حاسة البصر، والشعور بالتعب. وغالبا ما يتعرض مرضى السكري إلى تغيرات في مستوى السكر بالدم، إما انخفاض نسبة السكر في الدم (Hypoglycemia) وإما ارتفاع نسبة السكر في الدم (Hyperglycemia).

- إصابات السكري في الشرق الأوسط. وفقا لتقارير الاتحاد الدولي للسكري، فإن أكثر 5 دول إصابة بمرض السكري في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا (بعدد المصابين بالمليون) هي على التوالي: مصر (7,593)، باكستان (6,944)، إيران (4,582)، السعودية (4,582)، السودان (3,806).

- إصابات السكري في المنطقة العربية. تشير التقارير الإحصائية لمنطقة الشرق الأوسط وشمال افريقيا لعامي 2014 و2015 أن عدد المصابين بالسكري كان على التوالي (36,8، 67,9)، ومعدل الانتشار الإقليمي (9,7 في المائة، و11,6 في المائة)، وبلغ عدد الحالات غير المشخصة في عام 2014 فقط نحو 18 مليونا، كما بلغ مجموع الوفيات الناجمة من مرض السكري للعام نفسه 363 الفا تقريبا. هذا وبلغ مجموع النفقات الصحية المتعلقة بالسكري لعام 2014 ايضا حوالي 17 مليار دولار اميركي، ولعام 2015 نحو 25 مليار دولار أميركي.

أوضح البروفسور/ جان كلود مبانيا Professor Jean - Claude MBANYA استاذ الغدد الصماء بجامعة ياوندي Yaounde في الكاميرون ورئيس وحدة امراض الغدد الصماء والتمثيل الغذائي في المستشفى المركزي في ياوندي بالكاميرون، واحد المتحدثين في المؤتمر الطبي، ان هناك نحو 37 مليون شخص مصاب بمرض السكري في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا، ومن المتوقع ارتفاع هذا الرقم إلى 68 مليون حالة مصابة بحلول عام 2035، وأن واحدا من أصل 10 بالغين مصاب بمرض السكري، وأن 50 في المائة من المصابين لم يتم تشخيص حالتهم حتى الآن ما يزيد من خطر انتشار المرض في السنوات القادمة. وأضاف أنه من المحتمل أن يكون مرض السكري سببا في وفاة 53 في المائة من مجموع الوفيات تحت 60 عاما. إن 77 في المائة من المصابين بداء السكري يوجدون في البلدان ذات الدخل المنخفض والمتوسط.

إصابات السكري في السعودية

أوضح الدكتور فيليب لارسن Philip J. Larsen نائب الرئيس العالمي لأبحاث وتطوير مرض السكري في «سانوفي» والأستاذ بجامعة كوبنهاغن الخبير في الصناعة الدوائية والتقنية الحيوية في مجال السكري والسمنة، واحد المتحدثين في المؤتمر الطبي بفرانكفورت والمشرف على الجزء الخاص بالسعودية من الدراسة الدولية حول (إدارة السكري وممارسته) – بأن عدد السعوديين الذين يعانون من مرض السكري بشكل عام بلغ نحو 3,9 مليون حالة إصابة بين البالغين (20 - 79 عاما) في عام 2014، ما يضع السعودية في المركز السادس عالميا والرابع في منطقة الشرق الأوسط وشمال أفريقيا من حيث معدلات الإصابة العالية بالمرض. وأضاف أن 30 في المائة من السعوديين يعانون من البدانة المرتبطة بقلة النشاط البدني وفرط الكولسترول وارتفاع معدل ضغط الدم ومرض السكري. كما أن الفرغرينا المرتبطة بداء السكري تتسبب في عمليات البتر لأطراف الجسم بنسبة تصل إلى 41 في المائة من إجمالي العمليات الجراحية ما يجعلها تفوق النسب المقارنة بحوادث السيارات.

هذا وتصل نسبة شيوع المرض بين البالغين في السعودية إلى 20,5 في المائة الأمر الذي يجعلها تتجاوز النسبة العالمية والبالغة 8,3 في المائة. وجدير بالذكر، هناك 1,5 مليون حالة إصابة لم تخضع للتشخيص حتى تاريخ الدراسة. أما عن الوفيات بسبب السكري فقد سجلت السعودية 25,000 حالة وفاة من البالغين في عام 2014. ومن المتوقع أن ترتفع نسب الإصابة بحلول عام 2035 إلى 24,5 في المائة من إجمالي عدد السكان في السعودية.

دراسة السكري في السعودية

شهد المؤتمر الطبي الذي عقد بمدينة فرانكفورت الإعلان عن نتائج الجزء الخاص بالسعودية من الدراسة الدولية حول (إدارة السكري وممارسته) المسماةIDMPS (International Diabetes Management (Practices Study

ومن أهم تلك النتائج ما يلي:

- 57 في المائة من الحالات المصابة بمرض السكري هي من النوع الثاني الذي يستخدم فيه المصابون الإنسولين، ويعدلون جرعة الإنسولين بأنفسهم.
- 73 في المائة من المصابين بمرض السكري من النوع الأول يستخدمون الإنسولين ويعدلون جرعته بأنفسهم.
- 31,1 في المائة من مرضى السكري من النوع الثاني تمكنوا من السيطرة على نسبة السكر في الدم والمعروف بمعدل السكر التراكمي HbA1c، بينما تمكن 27,2 في المائة فقط من المصابين بمرض السكري من النوع الأول من السيطرة على نسبة السكر في الدم.
- 11,3 في المائة من الأشخاص الذي يعانون من مرضى السكري من النوع الأول و14,3 في المائة من مرضى السكري من النوع الثاني لم يخضعوا لفحوصات القدم خلال العام الماضي.
- 51 في المائة من الأشخاص الذين يعانون من مرضى السكري من النوع الثاني يواجهون مضاعفات في الأوعية الدموية الكبرى والصغرى.

داء السكري

- أحد الأمراض غير المعدية، يحدث عندما لا ينتج الجسم ما يكفي من الإنسولين أو لا يمكنه استخدام الإنسولين بفعالية. ومع مرور الوقت، تؤدي مستويات السكر في الدم غير المنضبط الأنسجة مما يؤدي إلى مضاعفات لها صلة بمرض السكري.

ويعتبر استهداف كل من الغلوكوز ما بعد الأكل (PPG)، وبلازما الغلوكوز أثناء الصوم (FPG) هو المفتاح لتحقيق السيطرة المثلى على السكر (هيموغلوبين غليكوزيلات HbA1c) بنسبة اقل من 6 في المائة وهي النسبة المعتادة. وفي الولايات المتحدة واوروبا أكثر من نصف الأشخاص المصابين بمرض السكري لديهم نسبة HbA1c أعلى من المعتاد.

وهناك حاجة كبيرة لزيادة وسائل التشخيص لنحو نصف المصابين بالسكري في عدد من بلدان العالم (البرازيل وروسيا والهند والصين)، حيث تشير تقديراتها إلى انه لم يتم تشخيصهم بعد.

وتشير التقديرات إلى أنه تم إنفاق ما يوازي 11 في المائة من إجمالي الإنفاق العالمي على الصحة على الرعاية الصحية لمرضى السكري في عام 2014.

وقد وضعت منظمة الصحة العالمية WHO أجندة الصحة العامة لتحسين إدارة مرض السكري في خطة شاملة من أجل وقاية ومكافحة الأمراض غير المعدية. ووضعت خريطة طريق وقائمة من الخيارات السياسية لجميع دول العالم لاتخاذ إجراءات منسقة ومتسقة، على جميع المستويات، المحلية منها والعالمية، لتحقيق مجموعة من الأهداف، بما في ذلك 25 في المائة نسبة انخفاض نسبي في معدل الوفيات المبكرة بسبب أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان والسكري والأمراض التنفسية المزمنة بحلول عام 2025.

وتشمل متطلبات علاج السكري اتباع تعليمات الطبيب، وأهمها:

- اتباع الحمية الغذائية المناسبة التي يحددها الطبيب المعالج وإخصائي التغذية.
- ممارسة الرياضة بانتظام.
- إجراء تحليل لسكر الدم في المنزل حسب تعليمات الطبيب والمثقف الصحي.
- تناول العلاج في أوقاته المحددة.
- الانتقال إلى الإنسولين إذا ما ارتأى ذلك الطبيب المعالج ولا خوف منه ولا مضاعفات له.
- حمل بطاقة تعريفية بأنك مريض بالسكري.
- حمل بعض الحلوى أو السكر معك لاستخدامه عند الشعور بانخفاض السكر.