

تلخ ترین قند جهان

گزارش های رسمی در ایران حاکی از آن است که بیش از ۳ میلیون نفر بیمار دیابتی وجود دارد و بر اساس آمار غیر رسمی این میزان تا ۵ میلیون نفر نیز تخمین زده می شود و پیش بینی می شود تا سال ۲۰۲۵ این میزان حتی به ۱۱ میلیون نفر هم افزایش یابد.

این بیماری در جهان تعداد زیادی را درگیر کرده و هم اکنون حدود ۲۰۰ میلیون نفر در جهان به این بیماری مبتلا هستند. متأسفانه به همین تعداد نیز افراد مبتلا به دیابت وجود دارند که از بیماری خود مطلع نیستند. بنابراین به طور متوسط از هر ۶-۷ ایرانی یک نفر به این بیماری مبتلا است. بعضی دست اندرکاران معتقدند با آنکه در دنیا تقریباً نیمی از افراد مبتلا به دیابت از ابتلای خود آگاهی ندارند، در ایران این رقم بین ۷۰ تا ۸۰ درصد است و متأسفانه پس از پیشرفت بیماری و بروز عوارض پی به بیماری خود می برند. بر این اساس می توان پیش بینی کرد که آمار مبتلایان به این بیماری در ایران حتی بیش از این تعداد نیز باشد. دیابت اختلالات قلبی عروقی را دو تا چهار برابر افزایش می دهد و یکی از علل ایجاد اختلالات بینایی و کلیوی است. تا آنجا که ۲۵ درصد بیماران دیالیزی به دیابت مبتلا هستند. دیابت پنجمین علت افزایش بار مالی و انسانی بیماری ها در کشور است و بر اساس مطالعات انجام شده، این بیماری حدود ۳۰۰ هزار سال عمر مفید انسان ها را تحت تاثیر قرار می دهد. چنانچه این بیماری خوب کنترل نشود می تواند تمام ارگان های بدن را درگیر کند. البته اگر بخواهیم بار عاطفی و روحی را که این بیماری بر دوش فرد و جامعه می گذارد در نظر بگیریم، بزرگی فاجعه بار این بیماری را بیشتر احساس می کنیم.

نکته: آیا می دانید با انجام ورزش صبحگاهی ، بطور چشمگیری از ابتلا به این بیماری در امان خواهید بود.