

# Epidémia cukrovky a slovenskí všeobecní lekári.

*Všeobecní lekári na Slovensku vytvárajú sieť 2331 ambulancií, ktoré patria k najbližšie k pacientom umiestneným lekárske pracoviskám. Sú to takzvané ambulancie prvého kontaktu. Každý občan by mal dobre poznať svojho praktického lekára a minimálne 1x za dva roky by mal uňho absolvovať dôkladnú preventívnu prehliadku.*

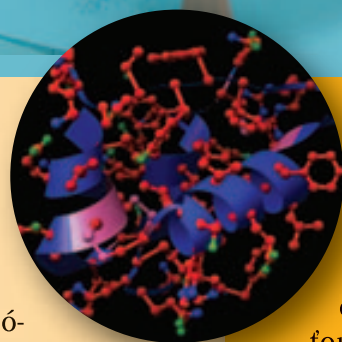
**MUDr. Peter Lipták**, prezident Slovenskej spoločnosti všeobecného praktického lekárstva  
lipp@pobox.sk

**P**raktický, všeobecný lekár je v systéme zdravotnej starostlivosti určený na to, aby bol medicínskym poradcom pacientov a ich rodín, poradcom, ktorý je vždy najbližšie poruke.

Jedno ťažisko našej práce je v prevencii vzniku chronických ochorení tu pracujeme so zdravými ľuďmi, ktorým na základe preventívnej prehliadky stanovujeme možné riziko rozvoja chronických ochorení a individuálne im radíme potrebné zmeny v životnom štýle.

Druhé ťažisko je v úsilí o čo

najvčasnejšiu a správnu diagnózu. Ide nám o poznanie rizikových nálezov už v začiatkových štádiách kedy ešte neurobili v organizme veľké škody a je ešte možná náprava stavu, alebo aspoň spomalenie rozvoja škodlivých následkov. Tu sa jedná o včasný záchyt onkologických ochorení v štádiách prekancerózy, ale aj chronických chorôb, ktorých nepoznanie a ponechanie bez liečby vedie k poškodeniu ciev a vzniku ochorení ako je srdcový infarkt, mozgová po-



rážka, amputácia končatiny, oslepnutie z poškodenia očných ciev či poškodenie a nakoniec zlyhanie obličiek s nevyhnutnosťou dialýzy.

Okrem hypertenzie – vysokého krvného tlaku, je takýmto nebezpečným ochorením predovšetkým cukrovka. Pre cukrovkárov je veľmi dôležité, čo najskoršie zachytenie diagnózy. Už v štádiách iba mierne zvýšeného krvného cukru nalačno. Práve preto, zdôrazňujem nevyhnutnosť preventívnych prehliadok v dvojročných intervaloch kde meranie cukru v krvi a v moči patrí k základným vyšetreniam. Vyhodnotenie týchto vyšetrení

spolu s jednoduchým meraním obvodu pása krajčírskym centimetrom (obezita zvyšuje riziko rozvinutia cukrovky až 54 krát) nám pomôže stanoviť už aj štádiá predchádzajúce cukrovke a vieme individuálne pacienta varovať pred nesprávnymi zvyklosťami podporujúcimi veľký skok zhoršenia k cukrovke a k jej cievny a orgánovým komplikáciám.

Stanovenie diagnózy a liečba cukrovky v počínajúcich štádiách je úlohou aj praktických, všeobecných lekárov. Je to tak preto, lebo výskyt tohto ochorenia je vysoký a je aj vysoký počet cukroviek, ktoré sú nepoznané a v tichosti poškodzujú svojich nositeľov.

V súčasnosti sa odhaduje na Slovensku počet diagnostikovaných diabetikov na 5% populácie. Celkovo sa ale t. č. predpokladá, že až 10% populácie má cukrovku. V absolútnom počte je v súčasnosti evidovaných 300 000 diabetikov ale ešte cca 300 000 ľudí už má cukrovku a títo pacienti o tom, že už im cukrovka poškodzuje ich cievy a orgány ešte nevedia. Je to alarmujúce. Až 50% ľudí vôbec nevie, že má cukrovku!

Cukrovka je typický tichý zabijak s dlhým bezpríznakovým priebehom ochorenia.

A výhľad do budúcnosti? Z trendu vývoja cukrovky vo svete aj na Slovensku sa predpokladá, že v priebehu nasledujúcich 20 rokov sa súčasné počty diabetikov zdvojnásobia. Takže v roku 2028 tu budeme mať 1,2 milióna diabetikov? A čo ďalej?

Pozícia všeobecného lekára s jeho jednoduchými pre-

ventívnymi prehliadkami je veľmi dôležitá pri predchádzaní a včasnej diagnostike rôznych zákerných ochorení. Na jednu ambulanciu všeobecného lekára dnes pripadá 130 poznaných diabetikov, o ktorých sa staráme spoločne s internistami a diabetológmi. Ale, na každú ambulanciu praktika (všeobecného praktického lekára) je tu ďalších cca 130 nepoznaných pacientov s cukrovkou.

Je našou úlohou a úlohou aj našich pacientov aby sme spoločne čo najskôr a čo najúplnejšie odstránili tento nedostatok.

Všeobecný praktik podľa súčasných medicínskych kritérií vie diagnostikovať cukrovku, vie určiť jej závažnosť a pri počínajúcich formách a pri nekomplikovaných stavoch vie pacienta primerane poučiť o životospráve a taktiež ovláda základné lieky potrebné na liečenie nekomplikovaných foriem cukrovky. V komplexnom pohľade na pacienta, diabetika v kontexte a v súvislostiach

s jeho ostatnými ochoreniami, rodinnými dispozíciami, a poznajúc aj jeho sociálne zázemie sú určené úlohy všeobecného lekára. Zvládnutie tak závažného problému ako je prebiehajúca epidémia cukrovky v slovenskej populácii si vyžaduje spoluprácu pacientov s ich všeobecnými lekármi. Je nevyhnutná dobrá spolupráca všeobecných lekárov s internistami a diabetológmi.

Cieľom predsa je, aby sme nediagnostikovali cukrovku až v nemocnici kedy je pacient hospitalizovaný pre srdcový infarkt alebo porážku, ale aby sme ju zistili dopredu a zabránili spoločne týmto zlým následkom.

Epidémia DM a obezity u detí aj dospelých stále narastá. Môžu za to nezdravé stravovacie návyky, skutočná epidémia nedostatku pohybu. Je načase aby občania a lekári vytvorili proti cukrovke a obezite alianciu. Alianciu zdravého života.

