

12. listopadu 2024

Tisková zpráva Nemocnice Šumperk

## **Odborníci z Nemocnice Šumperk poradí, jak předcházet cukrovce**

Také letos se Nemocnice Šumperk připojí k Světovému dni diabetu, aby upozornila na nebezpečný trend rostoucího počtu lidí s onemocněním cukrovky. Ve čtvrtek 14. listopadu od 14.00 hodin do 17.00 hodin tak ve své diabetologické ambulanci nabídne veřejnosti bezplatná vyšetření i konzultace.



Počet lidí, kterým byla diagnostikována cukrovka, neustále roste. V České republice přesáhl počet nemocných už jeden milion. A čísla, alespoň podle varování řady odborníků, nadále porostou. Cukrovku druhého typu, kterou trpí přes 90 procent nemocných, si přitom člověk z velké části „vypěstuje sám“. Životosprávou a stresem. Na nebezpečný trend rostoucího počtu nemocných každoročně upozorňuje Světový den diabetu. Letos se k němu opět připojí i Nemocnice Šumperk.

*„Během osvětové akce nabídneme bezplatné vyšetření hladiny krevního cukru i odborná poradenství, týkající se onemocnění cukrovkou. Lidé se například dozvědí, jak nemoci předcházet, jak se v případě vzniku onemocnění naučit s cukrovkou „žít“ a jak o sebe správně pečovat,“* **vysvětluje náměstkyně pro nelékařské zdravotnické profese Nemocnice Šumperk Monika Žaitliková.**

K dispozici bude i nutriční terapeut, který nabídne vyšetření na inBody přístroji a poradí, jak se správně stravovat a co vše udělat proto, aby se nám nemoc obloukem vyhnula.

Dnešní životní styl příliš nenahrává tomu, aby počet diabetiků klesal. To nejlepší, co pro své zdraví můžeme udělat, je nemoci úplně předejít. Právě na to chtějí odborníci upozornit u příležitosti blížícího se Světového dne diabetu. Recept na prevenci je přitom velmi jednoduchý: pravidelný pohyb, zdravá výživa s důrazem na konzumaci zeleniny, vlákniny a omezení cukrů v potravě a nápojích. *„Důležité je chodit pravidelně na preventivní prohlídky. Pokud už máme vrozené dispozice pro vznik diabetu, právě při preventivních prohlídkách je možné nemoc co nejdříve zjistit a začít ji léčit,“* **zdůrazňuje Monika Žaitliková** s tím, že právě Světový den diabetu je akce, v rámci které mohou lidé možnost bezplatného preventivního vyšetření využít.