



Ελληνικός
Ερυθρός Σταυρός

Δ/νση Τύπου, Επικοινωνίας, Δημοσίων Σχέσεων και Μέσων Κοινωνικής Δικτύωσης

Σπάρτη, 18 Νοεμβρίου 2022

ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

Δράση ευαισθητοποίησης και ενημέρωσης, στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας Σακχαρώδη Διαβήτη, από τον Τομέα Υγείας του Περιφερειακού Τμήματος Ε.Ε.Σ. Σπάρτης



Ο Τομέας Υγείας του Περιφερειακού Τμήματος Ε.Ε.Σ. Σπάρτης, αποδέχτηκε πρόσκληση της Περιφερειακής Ομοσπονδίας ΑμεΑ Πελοποννήσου, του Συλλόγου Ατόμων με Σακχαρώδη Διαβήτη Λακωνίας και του Σωματίου ΑμεΑ Λακωνίας, σε δράση ενημέρωσης, στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας Σακχαρώδη Διαβήτη με θέμα: «ΜΑΘΕ ΓΙΑ ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΗ - ΠΡΟΣΤΑΤΕΨΕ ΤΟ ΜΕΛΛΟΝ ΣΟΥ», κατόπιν εγκρίσεως του Προέδρου Κ.Δ.Σ./Ε.Ε.Σ., Dr. Αντωνίου Αυγερινού.

Με αφορμή την **Παγκόσμια Ημέρα Σακχαρώδη Διαβήτη** την 14^η Νοεμβρίου, πραγματοποιήθηκε ενημερωτική δράση των πολιτών σχετικά με το Σακχαρώδη Διαβήτη, στις 16 Νοεμβρίου 2022, στη κεντρική πλατεία Σπάρτης, από τις 10:00 έως 13:00.

Στόχος της δράσης η σωστή ενημέρωση του κοινού σχετικά με την πρόληψή του καθώς η παρακολούθηση του σακχάρου αποτελεί χρήσιμο όπλο για την αντιμετώπισή του.

Στο πλαίσιο της δράσης, οι εθελοντές του Τομέα Υγείας του Περιφερειακού Τμήματος Ε.Ε.Σ. Σπάρτης έκαναν πάνω από 150 μετρήσεις σακχάρου, μοίρασαν ενημερωτικά φυλλάδια και ενημέρωσαν τους πολίτες για τα συμπτώματα, την πρόληψη αλλά και τις επιπλοκές του Σακχαρώδη Διαβήτη.

Σήμερα, ο διαβήτης αποτελεί μια χρόνια πάθηση, ο οποίος εμφανίζεται όλο και πιο συχνά τα τελευταία χρόνια. **Ένας στους δέκα ενήλικες παγκοσμίως ζει με σακχαρώδη διαβήτη και σχεδόν οι μισοί δεν γνωρίζουν ότι έχουν διαβήτη.** Εξίσου σημαντική με τη διάγνωση και την αντιμετώπισή του είναι και η πρόληψή του με έγκαιρες παρεμβάσεις σε παράγοντες κινδύνου, όπως: η κακή διατροφή, η παχυσαρκία και η καθιστική ζωή.

Με σύνθημα τη φετινή χρονιά: «Αλλάζω στάση ζωής», ο Ε.Ε.Σ. και οι εθελοντές του, θέλουν να επισημάνουν ότι: η ισορροπημένη μεσογειακή διατροφή, η διατήρηση του σωματικού βάρους σε φυσιολογικά επίπεδα, η αποφυγή καπνίσματος και αλκοόλ, ο περιοδικός ιατρικός και εργαστηριακός έλεγχος καθώς και η σωματική άσκηση είναι παράγοντες που διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο στην ποιότητα ζωής και στην αύξηση του προσδόκιμου επιβίωσης από τη νόσο.
