

يوافق هذا اليوم، 14 تشرين الثاني/نوفمبر، اليوم العالمي للسكري. ويدور موضوع حملة هذا العام حول «المرأة والسكري - حقنا في مستقبل صحي». وتهدف هذه الحملة إلى التأكيد على أهمية أن تحصل جميع النساء الممرضات لخطر الإصابة بالسكري أو من يتعايشن مع هذا المرض، بالتساوي وبتكلفة ميسورة، على الأدوية والتكنولوجيات الأساسية لعلاج السكري، وأن يتوازر لهن التثقيف والمعلومات التي يحتجن إليها لعلاج أنفسهن لتحقيق أفضل النتائج والوقاية من السكري من النمط 2.

فالسكري جائحة تحمل في طياتها الخطر، إذ لا يزال هذا المرض خفياً في أكثر أنحاء العالم - مع عدم تشخيص ما يصل إلى نصف جميع الأشخاص المصابين به في العالم. ويحصده السكري أرواح أكثر من 1.5 ملايين شخص كل عام في جميع أرجاء العالم، ومن المتوقع أن يكون المسبب السابع بين الأسباب الرئيسية المفضية إلى الوفاة بحلول عام 2030. ويقع أكثر من 80% من الوفيات في البلدان ذات الدخل المنخفضة والمتوسطة. بيد أنه من الممكن الوقاية مما يصل إلى 70% من حالات الإصابة بالنمط 2 من السكري من خلال اتباع نمط حياة صحي.

ويوجد بالعالم اليوم أكثر من 205 مليون امرأة تتعايش مع السكري. وهناك سيدتان من بين كل خمس سيدات مصابات بالسكري في سن الإنجاب، إذ يصل عددهن إلى ما يربو على 60 مليون امرأة حول العالم.

ويسجل إقليم شرق المتوسط أعلى معدل لانتشار السكري في العالم - فهناك 43 مليون شخص في الإقليم مصابون بهذا المرض الذي يؤثر أيضاً على 12% من النساء في الإقليم؛ وهي النسبة الأعلى بين أقاليم منظمة الصحة العالمية قاطبة.

ومما يدعو للقلق أن النساء المصابات بالنمط 2 من السكري يزيد خطر إصابتهن بأمراض القلب التاجية بعشر مرات عن أولئك غير المصابات، وأن النساء المصابات بالنمط 1 من السكري يزيد خطر تعرضهن للإجهاض المبكر أو أن يلدن أطفالاً يعانون من التشوهات.

وفي اليوم العالمي للسكري هذا العام، تسلط منظمة الصحة العالمية والشركاء الضوء على حقيقة أن جميع النساء المصابات بالسكري يحتجن إلى الحصول المنصف وبتكلفة ميسورة على الرعاية والتثقيف لتحسين تدبيرهن للمرض وتحسين نتائجهن الصحية.

وتدعو المنظمة والشركاء الحكومات وقطاع الصحة إلى إيلاء الاهتمام الكافي بالاحتياجات والأولويات الخاصة بالنساء، وإتاحة الأدوية والتكنولوجيات الأساسية لجميع النساء المصابات بالسكري، وتثقيفهن وتزويدهن بالمعلومات اللازمة لعلاج أنفسهن حتى يتسنى لهن تحقيق أفضل النتائج، مع توفير خدمات التخطيط السابق على الحمل لهن بما يحد من تعرضهن للخطر خلال فترة الحمل.

والنساء والفتيات عوامل رئيسية في تبني أنماط حياة صحية لتحسين صحتهم ومن ثم صحة أجيال المستقبل وهاضيتهم. إذ يضطلعن بأدوار مهمة لتجنب الإصابة بالسكري أو التخفيف من آثاره بوسائل منها ممارسة النشاط البدني واتباع نظام غذائي صحي وصولاً إلى تحسين نتائجهن الصحية.

حقائق داعمة

- تعزى 70% من الوفيات المبكرة بين البالغين إلى حد كبير إلى السلوكيات التي يشجعون في اتباعها في مرحلة المراهقة.
- للنساء، الأمهات، تأثير كبير على الحالة الصحية لأطفالهن على المدى الطويل.
- أظهرت الأبحاث أن المرأة متى منحت تحكماً أكبر في الموارد فإنها تخصص المزيد منها للغذاء وصحة الأطفال وتغذيتهم والتعليم.
- فالمرأة هي الحارس المسؤول عن تغذية الأسرة والعادات الحياتية، ومن ثم تتمتع بالقدرة على الدفع بجهود الوقاية من البيت وخارجه.

ما الذي ينبغي عمله

- ينبغي تمكين النساء والفتيات بحصولهن على التساوي وبتكلفة ميسورة على المعارف والموارد لتقوية قدرتهن على الوقاية من النمط 2 من السكري داخل أسرهن وحماية صحتهن على نحو أفضل.
- يجب أن يكون تعزيز فرص ممارسة النشاط البدني في أوساط المراهقات، لاسيما في البلدان النامية، أحد أولويات الوقاية من السكري.

Saturday 17th of May 2025 09:26:50 PM