

7 faktaa tyypin 2 diabeteksestä

Tässä infografiikassa esittelemme seitsemän tärkeää faktaa tyypin 2 diabeteksestä. Vastaa kysymyksiin ja keskustele asiasta rohkeasti terveydenhuollon ammattilaisen kanssa. Tunnetko jonkun, joka hyötyisi näistä tiedoista? Jaa PDF! #AtTheHeartOfDiabetes



1. 360 MILJOONAA

Vuonna 2015 arviolta 360 miljoonaa ihmistä maailmanlaajuisesti sairasti tyypin 2 diabetesta.¹ Vuonna 2010 määrä oli 285 miljoonaa, ja sen odotetaan nousevan tyrmistyttävään 438 miljoonaan vuoteen 2030 mennessä.²

Luuletko, että sinulla on riski sairastua tyypin 2 diabetekseen?

2. TIEDOSTA RISKIT

Tyypin 2 diabetes voi pysyä diagnosoimattomana vuosia. Diagnosoimattomien diabeetikkojen määrä vaihtelee 24–62 %:n välillä. Mitä varhaisemmassa vaiheessa T2D löydetään, sitä parempia hoitotuloksia saadaan. Myöhemmässä vaiheessa diagnoosin saaneilla esiintyy yleensä enemmän komplikaatioita, sillä he eivät ole sopeuttaneet elämäntyyliään sairauteen.³



Onko sinulla T2D ja haluatko kuulla lisää terveistä elämäntavoista?



LAPSET JA NUORET 3.

Viime aikoina tyypin 2 diabetesta on raportoitu lisääntyvässä määrin lapsilla ja nuorilla. Joissain maailman kolkissa tyypin 2 diabetes on jopa noussut lasten diabetesmuodoista yleisimmäksi. Lasten liikkumattomuuden ja ylipainon maailmanlaajuisen lisääntymisen nähdään olevan tässä keskeisessä roolissa.⁴

Onko sinulla kysyttävää itsesi tai lapsesi T2D-riskistä?

4. MONIETNINEN

Useiden maailmanlaajuisten moniethnisillä väestöryhmillä toteutettujen tutkimusten perusteella tiettyä etnistä alkuperää olevilla näyttää olevan suurempi alttius tyypin 2 diabeteksen kehittymiselle.⁵ Esimerkiksi itäisen Välimeren alueelta lähtöisin olevilla on kaksi kertaa suurempi todennäköisyys sairastua tyypin 2 diabetekseen (14 %) kuin Afrikan alueelta lähtöisin olevilla (7 %) (2014).³



Onko perheessäs joku, joka hyötyisi tästä tiedosta?

TUPAKOINTI 5.



Tupakoijilla on 30–40 % suurempi todennäköisyys sairastua tyypin 2 diabetekseen kuin niillä, jotka eivät tupakoi. Tupakointi lisää myös T2D-potilaiden riskiä saada komplikaatioita, kuten sydänkohtaus tai aivohalvaus.⁶

Tupakoitko ja huolestuttaako T2D:een sairastuminen sinua?

6. MASENNUS

Diabetes vaikuttaa mielenterveyteen ja voi aiheuttaa masennusta. Diabetesta (tyypin 1 tai 2) sairastavilla on muuta väestöä kaksi kertaa suurempi todennäköisyys sairastua masennukseen.⁷

Onko sinulla T2D ja tunnetko mielesi apeaksi?



KOMPLIKAATIOIT 7.

Tunnettujen komplikaatioiden, kuten näön hämärtyksen ja käsien ja jalkojen tunnottomuuden lisäksi T2D voi aiheuttaa myös hengenvaarallisia komplikaatioita, kuten sydän- ja verisuonisairauden. T2D-potilaan riski sairastua sydän- ja verisuonisairauteen on 2–3 kertaa suurempi kuin niillä aikuisilla, jotka eivät sairasta tyypin 2 diabetesta.³

Haluatko kuulla lisää T2D:n komplikaatioista?

Onko sinulla T2D:een liittyviä huolenaiheita?
Keskustele asiasta rohkeasti terveydenhuollon ammattilaisen kanssa.

#AtTheHeartOfDiabetes

Sources:

(1) Santos-Longhurst, A. (2017, February 27). Type 2 Diabetes Statistics and Facts. Retrieved February 7, 2019, from <https://www.healthline.com/health/type-2-diabetes/statistics>

(2) Diabetes UK. (2010, March). Diabetes in the UK 2010: Key statistics on diabetes. Retrieved February 7, 2019 https://www.diabetes.org.uk/resources-s3/2017-11/diabetes_in_the_uk_2010.pdf

(3) World Health Organization. (2016). GLOBAL REPORT ON DIABETES. Retrieved February 7, 2019, from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/204871/9789241565257_eng.pdf?sequence=1

(4) World Health Organization. (2016a, April 1). What are the risks of diabetes in children? Retrieved March 6, 2019, from <https://www.who.int/features/qa/65/en/>

(5) Centers for Disease Control and Prevention. (2018, April 23). Smoking and Diabetes. Retrieved February 7, 2019, from <https://www.cdc.gov/tobacco/campaign/tips/diseases/diabetes.html>

(6) Unnikrishnan, R., Pradeepa, R., Joshi, S., & Mohan, V. (2017b, June). Type 2 Diabetes: Demystifying the Global Epidemic. Retrieved February 7, 2019, from https://www.researchgate.net/publication/317166266_Type_2_Diabetes_Demystifying_the_Global_Epidemic

(7) Anderson, R., Freedland, K., Clouse, R., & Lustman, P. (2001b, June 24). The Prevalence of Comorbid Depression in Adults With Diabetes. Retrieved February 7, 2019, from <http://care.diabetesjournals.org/content/24/6/1069>