

Цифры и факты о сахарном диабете от ХелпЭйдж

## Диабет у пожилых людей



### Ключевые сообщения

- Отмечается высокая распространенность сахарного диабета в пожилом возрасте и быстро продолжающийся его рост.
- Без должного лечения у пожилых людей с диабетом возникает высокий риск развития осложнений и заболевания другими неинфекционными заболеваниями, чем у молодых людей.
- Раннее выявление и лечение сахарного диабета 2 типа позволяет контролировать заболевание без лишних затрат.

### Воздействие на пожилых людей

Выделяют 2 основных типа сахарного диабета. 90% больных сахарным диабетом по всему миру страдают от 2 типа. Это результат нарушения обмена веществ, которое ведет к повышенному уровню глюкозы в крови вследствие абсолютного и относительного дефицита инсулина.

- Сахарный диабет является одним из 4 основных неинфекционных заболеваний и основной причиной хронических заболеваний.
- В настоящее время, 9% взрослого населения всего мира страдают сахарным диабетом.
- Предполагается, что в последующие 10 лет общее число случаев смерти от диабета увеличится более чем на 50%.
- Более 80% случаев смерти от диабета происходит в странах с низким и средним уровнем дохода.

Количество диагностированных и не диагностированных людей с сахарным диабетом 2 типа увеличивается с возрастом, приводя к значительной распространенности сахарного диабета среди пожилых людей. В Китае распространенность диабета среди людей старше 70 лет вдвое больше,

чем у людей в возрасте 50-59 лет. Однако, большинство пожилых людей с сахарным диабетом не получают должный уход.

На глобальном уровне не ведется регулярный учет данных по пожилым людям и не делается разбивка по возрасту. Исключение составляют данные Исследования по глобальному старению и здоровью взрослых (SAGE) ВОЗ в 6 странах (см. таблицу).

Отсутствие достаточных данных является причиной низкого уровня информированности политиков, поставщиков медицинских услуг и самих пожилых людей о сахарном диабете пожилых людей.

Это приводит к недостаточному предоставлению услуг, нацеленных на людей пожилого возраста, и к несвоевременному обращению самих пожилых за лечением, пока они находятся в удовлетворительном состоянии. Также увеличивается риск осложнений, таких как сердечные приступы, почечная недостаточность, слепота и ампутация. По результатам опроса, в прошлом году 15% людей с сахарным диабетом 2 типа в Южной Африке и 20% в Индии не получили медицинской помощи.

Пожилые люди с сахарным диабетом часто страдают от других недугов, таких как сердечно-сосудистые заболевания, инсульты и гипертония. Данные из Ганы показали, что 80% пожилых людей с сахарным диабетом также страдают от гипертонии.

### Обследование, диагностика, лечение и уход

Основными, поддающиеся изменению, факторами риска для сахарного диабета 2 типа являются избыточный вес и недостаток физической нагрузки. Факторами риска, не поддающиеся изменению, являются наследственная предрасположенность, этническая принадлежность и возраст.

Доступ к информации о факторах риска может помочь предотвратить или замедлить развитие сахарного

диабета. Необходимо раннее выявление, чтобы дать возможность людям контролировать диабет во избежание развития хронических заболеваний. Широко рекомендуется проведение скрининга на сахарный диабет пожилых людей. Это возможно сделать недорого через проведение анализа крови в первичных медицинских учреждениях.

Люди с сахарным диабетом 2 типа могут успешно лечиться приемом пероральных противодиабетических препаратов, которые возможно получить на первичном медицинском уровне по доступным ценам. Диабет 2 типа и сопутствующие осложнения могут контролироваться через постоянный мониторинг кровяного давления и уровня холестерина, ухода за ногами, проверкой зрения и почек.

Поддержание здорового питания, регулярные физические упражнения и отказ от курения являются важными факторами для контроля сахарного диабета.

### Поддержка Групп Самопомощи

В Кыргызстане Группы Самопомощи пожилых людей учатся вести здоровый образ жизни и контролировать диабет 2 типа с помощью партнеров ХелпЭйдж Интернэшнл- АДРА Кыргызстан, Ресурсный Центр для Пожилых, Диабетическая и Эндокринологическая Ассоциация Кыргызстана. Информация о симптомах диабета и риск факторах была распространена среди 1700 медицинских работников и людей с сахарным диабетом и риском развития диабета. Более 10000 людей были обследованы на наличие диабета. Были проведены эдвокаси и информационные кампании по освещению вопросов воздействия диабета 2 типа на пожилых людей.

## Процентное соотношение людей с диабетом старше 50 лет

Страна	Итого	Женщины	Мужчины	В селах	В городах
Китай	6.1	6.8	5.4	3.2	9.7
Гана	3.8	4.4	3.2	2.2	6.1
Индия	7.1	5.7	8.4	4.9	11.7
Мексика	17.6	18.4	16.7	11.4	19.3
Россия	7.1	8.2	5.4	6.1	7.5
Южная Африка	9.2	11.0	6.9	5.6	11.1

Источник: He W, Muenchrath M and Kowal P, US Census Bureau, *Shades of Gray: A Cross-Country Study of Health and Well-Being of the Older Populations in SAGE Countries, 2007–2010*, US Government Printing Office, Washington DC, 2012

### Влияние на национальную политику

В Мьянма (Бирма) быстро растет количество людей с диабетом 2 типа. У 10,5% людей отмечается повышенный уровень глюкозы в крови. ХелпЭйдж работает над усилением общественного здравоохранения и улучшением политики по борьбе с неинфекционными заболеваниями. Это включает проведение тренингов для медицинских работников из более 300 малых городов по обследованию и лечению людей с высоким риском развития неинфекционных заболеваний, включая сахарный диабет.



### Более подробную информацию можете получить по ссылкам:

Руководство для пожилых людей с диабетом 2 типа от Международной Федерации Диабета: [www.idf.org](http://www.idf.org)

Информация ВОЗ о диабете: [www.who.int/campaigns/world-health-day/2016/event/ru](http://www.who.int/campaigns/world-health-day/2016/event/ru)



### Присоединяйтесь

к Глобальной кампании «Пожилые Призывают к Действиям» [www.agedemandsaction.org](http://www.agedemandsaction.org)

### Рекомендации для разработчиков политики и руководителей органов здравоохранения

1. **Сделать доступным скрининг, обследование, лечение и обучение для людей всех возрастов** на уровне первичных медицинских учреждений для профилактики сахарного диабета и контроля над ним.
2. **Принять интегрированный, социально-ориентированный подход** для защиты прав пожилых людей на охрану их здоровья, включающее их доступ к медицинским услугам, связанным с сахарным диабетом.
3. **Собрать национальные и международные данные о диабете для людей всех возрастов**, и, как минимум, сделать разбивку по возрастным и половым категориям.
4. **Включить пожилых людей в мониторинг прогресса для представления данных в ООН** правительствами всех стран для борьбы с неинфекционными заболеваниями, включая сахарный диабет.
5. **Включить пожилых людей в процессы принятия решения** по вопросам здравоохранения, а также об услугах по лечению сахарного диабета.

### Ссылки

1. WHO, *Definition, diagnosis and classification of diabetes mellitus and its complications*, 1999
2. WHO, *Global status report on noncommunicable diseases*, 2014 (accessed 3 March 2016)
3. WHO, 2014
4. WHO, *10 facts about diabetes*, 2014 (accessed 3 March 2016)
5. WHO, *Global Health Estimates: Deaths by Cause, Age, Sex and Country, 2000-2012, 2014* (accessed 3 March 2016)
6. International Diabetes Federation (IDF), *Global Guideline for Managing Older People with Type 2 Diabetes*, 2013; Yang W et al, 'Prevalence of diabetes among men and women in China', *N. Engl. J. Med.*, 362:1090-1101, March 25, 2010 (accessed 3 March 2016)
7. WHO SAGE, 2016 Naidoo N.
8. IDF, 2013
9. WHO *Global Monitoring Framework on NCDs measures NCD mortality between 30 and 70; WHO STEPwise Approach to Surveillance (STEPS) data collection stops at 64; IDF Atlas collates data up to age 79 but does not disaggregate by age. However studies have shown that levels are increasing, consistent with demographics on ageing. Eg Werfalli M et al 'The prevalence of type 2 diabetes among older people in Africa: a systematic review', *Lancet*, 4(1): 72-84, Jan 2016 (accessed 3 March 2016)*
10. WHO, *Diabetes Factsheet 312*, updated January 2015 (accessed 3 March 2016)
11. South Africa Study on Global Ageing and Adult Health (SAGE), Wave 1, Phaswana-Mafuya N et al, WHO, 2012 (accessed 3 March 2016)
12. India: SAGE, Wave 1, Arokiasamy P et al, WHO, 2013 (accessed 3 March 2016)
13. Ghana: SAGE, Wave 1, Biritwum R et al, WHO, 2013 (accessed 3 March 2016)
14. IDF, 2013
15. WHO, *Package of Essential Noncommunicable (PEN) Disease Interventions for Primary Health Care in Low-Resource Settings*, 2010 (accessed 3 March 2016)
16. WHO, 2010
17. WHO STEPS, 2016 (unpublished)

# HelpAge

International

ХелпЭйдж Интернэшнл помогает пожилым людям отстаивать свои права, бороться с дискриминацией и преодолением бедности для того, чтобы они могли вести достойную, безопасную, активную и здоровую жизнь.

[www.helpage.org](http://www.helpage.org)

Registered charity no. 288180

We are grateful to the International Diabetes Federation for reviewing this factsheet.

Front image: Malik Alymkulov/HelpAge International Kyrgyzstan

Copyright © HelpAge International 2016

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License, <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>