pISSN:2345-5020
eISSN:2423-5571

نامه به سردبیر

واقعیت های اماری دیابت در ۲۰۲۲ (چرا امار دیابت در حال افزایش است و به سریعترین بیماری مزمن تبدیل شده است؟)

مهربانو امیرشاهی[۱]، ساناز نهبندانی[۱]

۱. دانشگاه علوم پزشکی زابل، زابل، ایران

نویسنده مسئول: ساناز نهبندانی، دانشگاه علوم پزشکی زابل snehbandani2013@gmail.com

مقدمه

گلوکز بخشی ضروری از عملکردهای روزمره ما است. بدن ما از آن برای انرژی استفاده می کند، اما به هورمونی به نام انسولین نیاز دارد که توسط پانکراس تولید می شود. انسولین مانند یک تاکسی برای قند خون است - گلوکز را از خون گرفته و به سلول‌های ما هدایت می‌کند که با تبدیل انرژی به آن کار را به پایان می‌رسانند. هنگامی که فردی دیابت دارد، بدن او نمی تواند به طور موثر انسولین تولید یا استفاده کند، که گلوکز بیشتری در جریان خون او باقی می گذارد. انواع دیابت به دیابت نوع ۱ و ۲ و دیابت بارداری و پری دیابت تقسیم می شوند. متاسفانه با تغییر سبک زندگی، افزایش وزن، تحرک کم، تغییر رژیم غذایی و مصرف بیشتر غذاهای اماده و همچنین بروز پاندمی کووید ۱۹ از سال ۲۰۱۹ و تغییرات ایجاد شده در زندگی افراد امار دیابت روز به روز در حال افزایش می باشد. همچنین دیابت خیلی سریع شرایط مزمن شدن را دارد و عوارض ایجاد شده در افراد عمر بیماران را کوتاه می کند (۱).

دیابت یکی از سریع ترین بیماری های مزمن در جهان می باشد. که شیوع ان در دنیا در سال ۱۹۸۰، ابتلای ۱۰۸ میلیون نفر در سراسر جهان به دیابت بوده است. تا سال ۲۰۱۴، این تعداد به ۴۲۲ میلیون افزایش یافته است. تخمین زده می شود تا سال ۲۰۴۵ حدود ۷۰۰ میلیون بزرگسال در سراسر جهان به دیابت مبتلا شوند. شیوع جهانی دیابت در سنین ۲۰ تا ۷۹ سال در سال ۲۰۲۱ ۱۰/۵درصد (۵۳۶/۶ میلیون نفر) تخمین زده شده است. شیوع دیابت در مردان و زنان مشابه می باشد و بالاترین میزان در افراد ۷۵-۷۹ ساله می باشد. شیوع (در سال ۲۰۲۱) در مناطق شهری (۱۲/۱ درصد) بیشتر از مناطق روستایی (۸/۳ درصد) و در کشورهای پردرآمد (۱۱/۱ درصد) در مقایسه با کشورهای کم درآمد (۵/۵ درصد) بیشتر بود. انتظار می‌رود بیشترین افزایش نسبی در شیوع دیابت بین سال‌های ۲۰۲۱ تا ۲۰۴۵ در کشورهای با درآمد متوسط (۲۱/۱ درصد) در مقایسه با کشورهای با درآمد بالا (۱۲/۲ درصد) و کم درآمد (۱۱/۹ درصد) رخ دهد. هزینه های بهداشتی مرتبط با دیابت در سال ۲۰۲۱ بالغ بر ۹۶۶ میلیارد دلار برآورد شده بود و پیش بینی می شود تا سال ۲۰۴۵ به ۱۰۵۴ میلیارد دلار برسد (۲) .

چین با ۱۱۶ میلیون نفر مبتلا به دیابت، بیشترین تعداد بیماران دیابتی را در سراسر جهان دارد. پس از چین، هند (۷۷ میلیون نفر مبتلا به دیابت) و پس از آن ایالات متحده (۳۱ میلیون نفر مبتلا به دیابت) قرار دارند. بر اساس اعلام مرکز کنترل بیماری های امریکا، تنها در ایالات متحده، ۳۴/۲میلیون بزرگسال مبتلا به دیابت هستند که ۱۰/۵ درصد از جمعیت این کشور را تشکیل می دهند. دیابت باعث مرگ ۴/۲ میلیون نفر در سراسر جهان در سال ۲۰۱۹ گردید. تنها در ایالات متحده، ۸۳۵۶۴ نفر در سال ۲۰۱۷ بر اثر عوارض دیابت جان خود را از دست دادند. در ضمن هر ۱۷ ثانیه یک آمریکایی به دیابت مبتلا می شود. که نشان دهنده افزایش امار دیابت در دنیا می باشد. از ۳۴,۲ میلیون بزرگسال آمریکایی مبتلا به دیابت، تقریباً ۷/۳میلیون نفر از آنها تشخیص داده نشده اند. تخمین زده می شود که ۸۸ میلیون بزرگسال به پیش دیابت مبتلا باشند که ۳۴/۵ درصد از جمعیت بزرگسال ایالات متحده

[Downloaded from jdn.zbmu.ac.ir on 2026-09-08]

است را شامل می شود. حدود ۷ درصد از زنان باردار، به دیابت بارداری مبتلا می شوند. نیمی از زنانی که دیابت بارداری دارند، در مراحل بعدی زندگی به دیابت نوع ۲ مبتلا می شوند. دیابت نوجوانان که بیشتر به عنوان دیابت نوع ۱ شناخته می شود، معمولاً در کودکان تشخیص داده می شود و با تزریق روزانه انسولین کنترل می شود. حدود ۱/۶میلیون آمریکایی دیابت نوع ۱ دارند، از جمله ۲۰۰۰۰۰ جوان و تقریباً ۶۴۰۰۰ مورد جدید در سال به دیابت مبتلا می شوند. همچنین بین سال‌های ۲۰۰۱ تا ۲۰۰۹، ۲۱ درصد افزایش شیوع دیابت نوع ۱ در افراد کمتر از ۲۰ سال مشاهده شد. اکثریت (۹۰ تا ۹۵ درصد) افراد مبتلا به دیابت، دیابت نوع ۲ دارند (۳) .

بزرگسالان مبتلا به دیابت، دو تا سه برابر بیشتر در معرض خطر حملات قلبی و سکته هستند. در میان بزرگسالان ۱۸ ساله ایالات متحده با تشخیص دیابت، حدود ۳۷ درصد نیز به بیماری مزمن کلیوی مبتلا می باشند. رتینوپاتی دیابتی (آسیب طولانی مدت به عروق خونی شبکیه) باعث ۲/۶ درصد کاهش بینایی در سراسر جهان شده است. ۸۵ درصد از قطع پاها در جهان به دلیل زخم پای دیابتی می باشد. هر روز ۲۳۰ آمریکایی مبتلا به دیابت نیاز به قطع عضو دارند (۴).

دیابت می تواند خطر سقوط را در بیماران افزایش دهد. بزرگسالان مبتلا به دیابت که بالای ۶۵ سال سن دارند، ۱۷ برابر بیشتر از بزرگسالان جوان بدون دیابت در معرض خطر افتادن هستند. ورزش گروهی ممکن است سقوط را ۲۸ تا ۲۹ درصد کاهش دهد. افرادی که ۵ تا ۷ درصد وزن بدن خود را کاهش دادند و ۱۵۰ دقیقه ورزش در هفته به برنامه زندگی خود اضافه کرده اند، خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را تا ۵۸ درصد و برای افراد بالای ۶۰ سال تا ۷۱ درصد کاهش دادند. تمرینات مقاومتی (با استفاده از وزنه، دستگاه های وزنه برداری، نوارهای مقاومتی و غیره) قدرت را در بزرگسالان مبتلا به دیابت نوع ۲ تا ۵۰ درصد افزایش داد و A1C را تا ۰/۵۷ درصد بهبود بخشید. زنان دیابتی که حداقل چهار ساعت در هفته ورزش می کردند، ۴۰ درصد کمتر از آنهایی که ورزش نمی کردند، در معرض ابتلا به بیماری قلبی بودند (۵).

امارها نشان می دهد از هر ۱۰ بزرگسال ۱ نفر در سراسر جهان به دیابت مبتلا هستند و تعداد افراد مبتلا به دیابت در آینده به سرعت در حال افزایش است. همچنین پیش‌بینی می‌شود که شیوع دیابت بیشتر در میان کشورهای با درآمد متوسط افزایش یابد، جایی که جمعیت به طور قابل توجهی افزایش می‌یابد و پیر می‌شوند و شرایط شهرنشینی بطور عمده ادامه خواهد داشت. هر چند توانایی برای تولید داده‌های بهداشتی که می‌توان از آنها برای پایش بیماری دیابت استفاده کرد افزایش یافته است، هنوز هم شکاف‌های اماری قابل‌توجهی از بسیاری از کشورها در سرتاسر جهان به دلیل نبود داده‌ها یا داده‌های با کیفیت پایین وجود دارد. با این وجود، تخمین‌های نگران‌کننده خبر از یک اپیدمی دیابت در حال گسترش می‌دهد که به طور فزاینده‌ای بر سلامت همه جمعیت‌ها در سراسر جهان تأثیر خواهد گذاشت. با توجه به اینکه افزایش سن و شهرنشینی محرک‌های اجتناب‌ناپذیر اپیدمی هستند و درمان بهتر دیابت به‌طور متناقض با افزایش شیوع از طریق کاهش مرگ‌ومیر، نیاز شدیدی به اجرای استراتژی‌ها و سیاست‌های مداخله‌ای مؤثر وجود دارد که هدف آن متوقف کردن افزایش تعداد افراد مبتلا به دیابت و عوارض آن است (۶).

تعارض منافع

بین نویسندگان هیچگونه تعارضی وجود ندارد.

[Downloaded from jdn.zbmu.ac.ir on 2026-09-08]

References

1. Minuto N, Bassi M, Montobbio C, Vinci F, Mercuri C, Perri FN, et al. The effect of lockdown and physical activity on glycemic control in Italian children and young patients with type 1 diabetes. Frontiers in Endocrinology. 2021; 12:690222.

2. Galan N. Diabetes statistics 2022. Available at: https://www.singlecare.com/blog/news/diabetes-statistics/. [cited 2022 Feb 15].

3. Centers for Disease Control and Prevention. National Diabetes Statistics Report website. Available at: https://www.cdc.gov/diabetes/data/statistics-report/index.html. [cited 2022 Jan 18].

4. Sun H, Saeedi P, Karuranga S, Pinkepank M, Ogurtsova K, Duncan BB, Stein C, et al. IDF Diabetes Atlas: Global, regional and country-level diabetes prevalence estimates for 2021 and projections for 2045. Diabetes research and clinical practice. 2022;183:109119.

5. Lee SW, Han K, Kwon HS. Weight change and the risk of hip fractures in patients with type 2 diabetes: a nationwide cohort study. Osteoporosis International. 2022:1-3.

6. Seneviratne SN, Rajindrajith S. Fetal programming of obesity and type 2 diabetes. World Journal of Diabetes. 2022 Jul 15;13(7):482-97.

.

[Downloaded from jdn.zbmu.ac.ir on 2026-09-08]