

Nadváhu má viac ako polovica obyvateľov Slovenska

Bratislava, 3.3.2021

Viac ako polovica dospelých obyvateľov Slovenska má nadváhu (54,5 %) a každý siedmy je obézny (14,4 %). Vyplyva to z údajov Eurostatu. Ešte vážnejšia situácia je u diabetikov, nadváhu má až 91 % z nich a obéznych je 57 %. Ukazujú to dáta programu DôveraPomáha diabetikom. Za päť rokov sa doňho zapojilo 7-tisíc pacientov s cukrovkou 2. typu.

Nadváha a obezita majú vplyv na rozvoj až 80 % prípadov cukrovky 2. typu. Tento úzky vzťah obezity a diabetu sa označuje ako diabezita.

Aj pacienti s diabezitou sa však dokážu vrátiť k zdravým hodnotám, ak majú možnosť využívať systematickú starostlivosť a majú pomoc vždy nablízku. Počas piatich rokov, odkedy Dôvera pomáha diabetikom, pomohol jej bezplatný vzdelávací program cítiť sa lepšie takmer štyrom tisíckam pacientov s cukrovkou 2. typu. **Spolu schudli až šesť ton**, čím znížili u seba riziko covidu-19 s ťažkým priebehom.

„Zlepšili sa im aj klinické parametre ako LDL cholesterol či glykovaný hemoglobín, zriedkavejšie potrebujú hospitalizáciu a keď sa do nemocnice dostanú, pobudnú v nej podstatne kratšie. Rovnako menej často využívajú výjazdy rýchlej záchrannej služby, návštevy lekárskej služby prvej pomoci či urgentného príjmu v porovnaní s diabetikmi, ktorí program Dôvery nevyužívajú,“ potvrdil Roman Mužik, manažér odboru stratégií zdravotnej poisťovne Dôvera.

Diabetici zapojení v programe využívajú pravidelné dvojhodinové poradenstvo v malých skupinkách, kde sa im podrobne venuje skúsená edukátorka diabetu. Môžu sa s ňou poradiť o svojom probléme po telefóne vždy, keď to potrebujú a najnovšie im Dôvera pomáha aj diétnym plánom NFI protokol. Je to nová cesta pri liečbe diabetu, ktorá spočíva vo vzájomných chemických reakciách medzi skonzumovanými potravinami.

Zadarmo ho môžu využiť vybraní diabetici z nitrianskeho, trnavského, košického a prešovského regiónu. Viac informácií je k dispozícii [na tejto stránke](#).

S úpravou životosprávy pomáha diabetikom z Trnavského, Košického a Prešovského kraja aj osobný poradca - [digitálny program Vitadio](#) a na dostatok pohybu diabetikov dohliada aplikácia BodyFix.io. Ide o videocviky na každý deň, ktoré zostavili skúsení fyzioterapeuti. Cviky zlepšujú hybnosť, prekrvenie dolných končatín a predchádzajú aj vzniku diabetickej nohy.

„Náš program jednoznačne potvrdil, že je veľkou pomocou pre ľudí s diabetom 2. typu, preto sme sa rozhodli, že od marca tohto roku ho budú môcť využívať aj dospelí diabetici s cukrovkou 1. typu,“ dodal Roman Mužik.

Viac sa o programe DôveraPomáha diabetikom dozviete [na tejto stránke](#).

MATEJ ŠTEPIANSKÝ
PR špecialista

DÔVERA zdravotná poisťovňa, a.s.
Generálne riaditeľstvo, Digital Park II
Einsteinova 25, 851 01 Bratislava
Tel.: +421 911 170 818
E-mail: stepiansky.matej@dovera.sk

Infolinka: 0850 850 850, www.dovera.sk

