

# Krajský diabetologický den

16.11.2023 - Jitka Svatošová, Iveta Fryšová | Krajský úřad Kraje Vysočina

**„Jsem ráda, že se této již tradiční akce účastnilo tolik posluchačů. Je to právě diabetes, u kterého je včasná diagnostika klíčová, proto věřím, že účastníci využili příležitosti a nechali si svou hladinu cukru v krvi otestovat,“ uvedla Hana Hajnová, náměstkyně hejtmana pro regionální rozvoj, která společně s Vladimírem Novotným, náměstkem pro oblast zdravotnictví poskytla nad akcí záštitu.**

V rámci konference zazněly z úst odborníků zajímavé informace nejen z oblasti léčby diabetu, ale také z oblasti prevence zdraví formou očkování a preventivních prohlídek. Pan MUDR. Pavel Vlachý z Nemocnice Jihlavy seznámil účastníky s nemocí diabetes, nadnesl význam pohybu a následně uvedl praktická doporučení i pro osoby, které nemají velkou fyzickou kondici. Následovala přednáška paní Blanky Leidemanové z Nemocnice Jihlava, ve které byly představeny hlavní zásady diabetické diety, vhodné a nevhodné potraviny pro diabetiky a také vzorový jídelní lístek.

V druhé části konference se Jana Böhmová z Krajské hygienické stanice Kraje Vysočina zaměřila na představení negativních zdravotních dopadů nadměrného příjmu soli, dále představila momentální situaci s nadužíváním soli ve stravovacích zařízeních a doporučila postupy, kterými může strážník snížit množství přijímané soli. Závěrem vystoupil MUDr. Stanislav Wasserbauer ze Státního zdravotního ústavu, regionální pracoviště Jihlava. V první části se věnoval tématu očkování jako nejdůležitější prevenci infekčních nemocí. Ve druhé části se pan doktor věnoval tématu preventivních prohlídek. Seznámil účastníky s tím, na jaké preventivní prohlídky a jak často mají nárok a upozornil na význam nejen screeningových vyšetření, ale také samovyšetření - například prsu u žen nebo varlat u mužů.

Účastníci akce měli také možnost nechat si změřit hladinu cukru a cholesterolu v krvi, krevní tlak a množství tuku v těle. Na závěr přednášek také mohli vyzkoušet cvičení, které je vhodné především pro diabetiky pod vedením Lenky Vrzalové ze Státního zdravotního ústavu, regionální pracoviště Jihlava.

Akce se konala v rámci Světového dne diabetu. Ten každoročně připadá na 14. listopadu a jeho cílem je zvýšit povědomí o diabetu a jeho léčbě, podporovat prevenci, péči a výzkum této chronické choroby, která se objevuje v poslední době mnohem častěji. Akce pomáhá k naplňování strategického rozvojového cíle udržitelného rozvoje č. 3 ZDRAVÍ A KVALITNÍ ŽIVOT a zároveň k naplňování aktivit v rámci prioritní oblasti 5 - SNIŽOVÁNÍ VÝSKYTU NEINFEKČNÍCH NEMOCÍ v rámci strategického dokumentu Program Zdraví 2030 pro Kraj Vysočina.

[https://www.kr-vysocina.cz/vismo/dokumenty2.asp?id=4123331&id\\_org=450008](https://www.kr-vysocina.cz/vismo/dokumenty2.asp?id=4123331&id_org=450008)