

ΠΙΛΟΤΙΚΟ ΕΡΓΟ VAC-PACT
ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΣΤΟΝ ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟ

–
ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ, ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΚΑΙ
ΕΜΠΙΣΤΟΣΥΝΗ ΑΣΘΕΝΩΝ ΚΑΙ
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΩΝ

Εμβολιασμός και διαβήτης



Με τη χρηματοδότηση της
Ευρωπαϊκής Ένωσης



Η παρούσα κατάσταση

- Χιλιάδες ενήλικες σε ολόκληρο τον κόσμο αρρωσταίνουν από ασθένειες που θα μπορούσαν να αποφευχθούν μέσω του εμβολιασμού κάθε χρόνο.
- Τα άτομα με **διαβήτη**, συγκεκριμένα, αντιμετωπίζουν συχνά μεγαλύτερο κίνδυνο επιπλοκών από **ασθένειες που προλαμβάνονται με εμβολιασμό**.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) εκτιμά ότι:

422 εκατ. άτομα

παγκοσμίως πάσχουν από διαβήτη

1,6 εκατ. θάνατοι

συνδέονται άμεσα με τον διαβήτη κάθε χρόνο

Ο εμβολιασμός είναι ένα σημαντικό βήμα για τη διατήρηση της υγείας.

Απευθυνθείτε σε έναν επαγγελματία του τομέα της υγείας, συζητήστε την ατομική σας κατάσταση και τις ανάγκες υγείας σας και βεβαιωθείτε ότι έχετε κάνει τα εμβόλια που χρειάζονται.

Μια ανασκόπηση του διαβήτη



Ο διαβήτης είναι μία **χρόνια πάθηση** που χαρακτηρίζεται από **αυξημένα επίπεδα σακχάρου αίματος** (γλυκόζη). Αυτό συμβαίνει όταν το πάγκρεας δεν είναι πλέον σε θέση να παράγει ινσουλίνη ή όταν το σώμα δεν μπορεί να κάνει χρήση της ινσουλίνης που παράγει. Ο διαβήτης εκδηλώνεται με διαφορετικές μορφές, ανάλογα με το αίτιο.

Ο διαβήτης τύπου 1

μπορεί να εμφανιστεί σε οποιαδήποτε ηλικία. Ωστόσο, εκδηλώνεται συχνότερα σε παιδιά και εφήβους.



Τα β-κύτταρα παγκρέατος παράγουν λίγη ή καθόλου ινσουλίνη (λόγω αυτοάνοσου νοσήματος)



η γλυκόζη συσσωρεύεται στην κυκλοφορία αίματος



τα κύτταρα δεν είναι σε θέση να χρησιμοποιήσουν τη γλυκόζη λόγω χαμηλής ή ανύπαρκτης ινσουλίνης

Ο διαβήτης τύπου 2

είναι ο συνηθέστερος, αντιπροσωπεύοντας το ~90 % των περιπτώσεων, κυρίως σε ενήλικες.



αντίσταση στην ινσουλίνη (τα κύτταρα δεν είναι σε θέση να ανταποκριθούν πλήρως στην ινσουλίνη)



Το πάγκρεας παράγει περισσότερη ινσουλίνη για να καλύψει την επιπλέον ζήτηση. Με το πέρασμα του χρόνου, το πάγκρεας δεν μπορεί να παράγει αρκετή ινσουλίνη



η γλυκόζη συσσωρεύεται στην κυκλοφορία αίματος

Μια ανασκόπηση του διαβήτη ...συνέχεια



Άλλοι τύποι διαβήτη μπορεί επίσης να περιλαμβάνουν τον **διαβήτη κύησης**, που μπορεί να εκδηλωθεί κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και συνδέεται με επιπλοκές τόσο για τη μητέρα όσο και για το παιδί.



Ο διαβήτης, ιδιαίτερα εάν δεν αντισταθμιστεί επαρκώς, μπορεί να δυσχεράνει την **καταπολέμηση των ασθενειών** από το ανοσοποιητικό σας σύστημα σε σύγκριση με τα άτομα που δεν πάσχουν από διαβήτη.



Δεν υπάρχει, επί του παρόντος, καμία θεραπεία για τον διαβήτη αλλά **μέσω της αγωγής, της προληπτικής φροντίδας και των αλλαγών στον τρόπο ζωής, μπορείτε να απολαύσετε μια πολύχρονη και υγιή ζωή!**

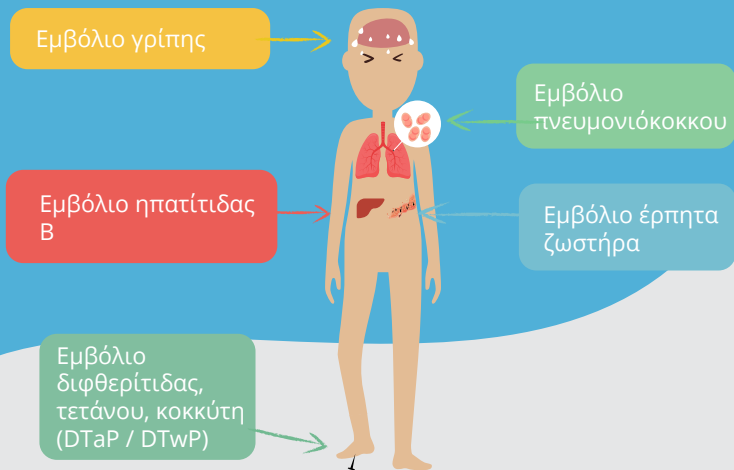




Βασικά εμβόλια

Γνωρίζουμε ότι τα **άτομα με διαβήτη** είναι περισσότερο εκτεθειμένα σε κινδύνους υγείας που συνδέονται με ασθένειες που προλαμβάνονται με εμβολιασμό.

Ακολουθούν πέντε βασικά εμβόλια που συμβάλλουν στη μείωση αυτών των κινδύνων βάσει των συστάσεων των Centers for Disease Control and Prevention (CDC, κέντρα πρόληψης και ελέγχου νόσων, ΗΠΑ):



- Ορισμένα εμβόλια δεν συνιστώνται για άτομα με μειωμένη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος. **Συμβουλευθείτε τον επαγγελματία του τομέα υγείας που σας παρακολουθεί για κάθε περίπτωση ξεχωριστά.**
- Να έχετε υπόψη ότι: οι ιατρικές επισκέψεις ρουτίνας είναι μια πρόσφορη στιγμή για την παροχή φροντίδας για τον διαβήτη, παρακολούθηση και διαρκή επιμόρφωση των ασθενών.



COVID-19

Στις 11 Μαρτίου 2020, ο ΠΟΥ χαρακτήρισε την COVID-19, **μεταδοτική νόσο του αναπνευστικού** που προκαλείται από έναν νεοανακαλυφθέντα κορωνοϊό, ως παγκόσμια πανδημία που πλήττει άτομα κάθε ηλικίας.

- Τα συμπτώματα αρχίζουν συνήθως να εκδηλώνονται εντός 3-7 ημερών από την έκθεση στον ιό, αλλά σε μερικές περιπτώσεις παρέρχονται έως και 14 ημέρες μέχρι την εκδήλωση των συμπτωμάτων.

Συνήθη συμπτώματα



Πυρετός



Βήχας



Δυσχέρεια στην αναπνοή



Κόπωση



Μυϊκοί πόνοι

- Οι σπάνιες και βαριές επιπλοκές μπορεί να περιλαμβάνουν λοίμωξη των πνευμόνων, νεφροπάθεια, ακόμα και θάνατο.
- Τα άτομα με διαβήτη θεωρούνται ως **ομάδες υψηλού κινδύνου για την COVID-19** και είναι πιθανότερο να εκδηλώσουν βαριά συμπτώματα.
- Η βαρύτητα της COVID-19 **συσχετίζεται με τη μεγαλύτερη ηλικία (>60 ετών)**, και την παρουσία **πολλαπλών υποκείμενων παθήσεων**. Επίσης, σύμφωνα με πρόσφατα δεδομένα, οι άνδρες εμφανίζουν ελαφρώς υψηλότερα ποσοστά κινδύνου.

COVID-19

...συνέχεια

Ενόψει του αυξημένου κινδύνου κακής έκβασης υγείας ως αποτέλεσμα της COVID-19, είναι σημαντικό οι διαβητικοί να συμπεριληφθούν στις ομάδες προτεραιότητας των προγραμμάτων εμβολιασμού.

Έως τον Σεπτέμβριο του 2021, ο Ευρωπαϊκός Οργανισμός Φαρμάκων (EMA) έχει εγκρίνει τα ακόλουθα εμβόλια έναντι της COVID-19 στην Ευρωπαϊκή Ένωση: **Comirnaty** (Pfizer-BioNTech), **Spikevax** (Moderna), **Vaxzevria** (AstraZeneca) και **Janssen**.



Απόφαση μετά λόγου γνώσεως

Είναι καθοριστικής σημασίας ο μη εμβολιασμός και η διστακτικότητα να αντιμετωπιστούν μέσω **ανοικτού διαλόγου που θα στηρίζεται σε επιστημονικά στοιχεία**. Πρέπει να υιοθετηθεί μια **προσέγγιση ζωής για τον εμβολιασμό** μέσω της κοινής λήψης αποφάσεων κατόπιν ενημέρωσης!

Η χάρτα των Ασθενών για Ενδυνάμωση των Ασθενών του Ευρωπαϊκού Φόρουμ Ασθενών υποστηρίζει την εφαρμογή μιας ασθενών-κεντρικής υγειονομικής περίθαλψης βάσει των ακόλουθων αρχών:

Δεν είστε μόνο η κατάσταση της υγείας σας!

Είστε ενδυναμωμένος στον βαθμό που θέλετε να είστε.

Είστε ισότιμος εταίρος σε όλες τις αποφάσεις που σχετίζονται με την υγεία σας.

Μπορείτε να ζητήσετε να έχετε όλες τις πληροφορίες τις οποίες χρειάζεστε σε εύκολα κατανοητή διατύπωση, συμπεριλαμβανομένων και των ιατρικών σας αρχείων.

Οι επαγγελματίες της υγείας και το σύστημα υγείας μας προωθούν ενεργά τον αλφαριθμητισμό της υγείας για όλους.

Έχετε τη συνεχή στήριξη που χρειάζεστε για να χειρίζεστε τη δική σας φροντίδα. Απλώς ρωτήστε!

Η εμπειρία σας είναι ένα ζωτικό μέτρο ποιοτικής ιατρικής φροντίδας.

Μπορείτε επίσης να συμμετάσχετε στην αξιολόγηση και στον σχεδιασμό των ιατρικών υπηρεσιών ούτως ώστε να λειτουργούν καλύτερα για όλους.