

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ



### «Καταρρολεμώ το Διαβήτη!»: Ένα πρωτοποριακό application για τα άτομα με Διαβήτη από την Ελληνική Διαβητολογική Εταιρεία

*Η ψηφιακή εφαρμογή αναπτύχθηκε στο πλαίσιο της εκπαίδευσης των ασθενών για τη σημασία αυτοδιαχείρισης της νόσου, προσαρμογής στον κατάλληλο τρόπο ζωής και συμμόρφωσης στη θεραπεία*

*Διαστάσεις επιδημίας λαμβάνει ο Σακχαρώδης Διαβήτης τύπου 2 καθώς τα ποσοστά των νεοδιαγνωσθέντων παρουσιάζουν αλματώδη αύξηση τα τελευταία χρόνια τόσο σε παγκόσμιο επίπεδο όσο και στην Ελλάδα*

Δευτέρα 16 Ιανουαρίου, 2017. Το πρωτοποριακό application «Καταρρολεμώ το Διαβήτη!» που δημιουργήθηκε από την **Ελληνική Διαβητολογική Εταιρεία (Ε.Δ.Ε.)** με την υποστήριξη της ELPEN, είναι πλέον διαθέσιμο να το αποκτήσουν στο «έξυπνο» κινητό ή tablet τους τα άτομα με Διαβήτη. Στόχος αυτής της εφαρμογής είναι να λειτουργήσει ως ο καθημερινός σύμβουλος των ατόμων με Διαβήτη τύπου 2 σε σημαντικά θέματα που αφορούν στη διαχείριση του Διαβήτη.

Οι κατηγορίες θεμάτων που μπορούν να εξερευνηθούν οι χρήστες στην ψηφιακή εφαρμογή είναι οκτώ και σχετίζονται με τις πολύπλευρες και πιο σημαντικές συνιστώσες του Σακχαρώδους Διαβήτη.

Κάθε κατηγορία είναι εμπνευσμένη από το κάθε γράμμα της λέξης «**Διαβήτης**» περιλαμβάνοντας: **Δ**ιατροφή, **Ι**ατρική παρέμβαση, **Α**ποφυγή επιπλοκών, **Β**οήθεια/Υποστήριξη άσχοντος, **Η**μερήσιο αυτοέλεγχος & φροντίδα, **Τ**ροποποίηση των παραγόντων κινδύνου, **Η**μερήσια άσκηση και **Σ**τόχους ρύθμισης.

Το επιστημονικό σκέλος της εφαρμογής επιμελήθηκε ο Παθολόγος – Διαβητολόγος, **Δρ Ιωάννης Ντούπης** με τα επιμέρους θέματα να αναπτύσσονται από έγκριτους επαγγελματίες υγείας και να περιλαμβάνουν τόσο νεότερα δεδομένα σχετικά με τη θεραπεία του διαβήτη όσο και συμβουλές για τη βελτίωση του τρόπου ζωής των ατόμων με Διαβήτη. Η εφαρμογή «Καταρρολεμώ το Διαβήτη» εγκαθίσταται εύκολα, γρήγορα και δωρεάν σε περιβάλλον android και iOS.

Το application «Καταρρολεμώ το Διαβήτη!» παρουσιάστηκε σε συνέντευξη Τύπου, με ομιλητές τον Πρόεδρο της Ε.Δ.Ε. κ. **Νικόλαο Παπάνα**, Αναπληρωτή Καθηγητή Παθολογίας-Σακχαρώδους Διαβήτη, Υπεύθυνο Διαβητολογικού Κέντρου Β' Παθολογικής Κλινικής, Δημοκρίτειο Πανεπιστήμιο Θράκης, Αλεξανδρούπολη, τον κ. **Ιωάννη Ντούπη**, Παθολόγο-Διαβητολόγο, Διδάκτορα Πανεπιστημίου Αθηνών, Επ. Καθηγητή Διαβητολογίας Cardiff University Medical School UK, Δ/ντη Διαβητολογικού Τμήματος Ιατρικού Παλαιού Φαλήρου, Δ/ντη Παθολογικού Τμήματος και Διαβητολογικού Ιατρείου Ναυτικού Νοσοκομείου ΝΣ και τον κ. **Αλέξανδρο Γκίνη**, Ιατρό – Ενδοκρινολόγο και Ιατρικό Διευθυντή της ELPEN.

Λόγω της αλματώδους αύξησης του Σακχαρώδους Διαβήτη, που λαμβάνει διαστάσεις επιδημίας στις μέρες μας, η εφαρμογή **θα μπορούσε να αποτελέσει ένα πολύτιμο όπλο στη διάθεση των ατόμων με Διαβήτη** καθώς οι πληροφορίες που λαμβάνουν θα μπορούσαν να τους βοηθήσουν ακόμα και να αποτρέψουν σημαντικές επιπλοκές για την υγεία τους. Οι επιπλοκές που παρουσιάζονται είναι κυρίως στα αγγεία όπως: αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, έμφραγμα, διαταραχή της κυκλοφορίας στα πόδια, βλάβη των νεφρών και των περιφερικών νεύρων και βλάβες από τα μάτια. Την υγεία των ματιών απειλεί κυρίως η αμφιβληστροειδοπάθεια, η οποία περιλαμβάνει διαταραχές των μικρών αγγείων στο οπίσθιο μέρος του ματιού, που μπορεί να οδηγήσουν σε αιμορραγίες, αποκόλληση του αμφιβληστροειδούς με σοβαρή μείωση της όρασης, ή ακόμα και τύφλωση. Ο τακτικός έλεγχος συνιστάται για την έγκαιρη ανίχνευση των επιπλοκών, π.χ. εξέταση των ποδιών και των ματιών κάθε χρόνο.

Η **πρόληψη των επιπλοκών επιτυγχάνεται με σχολαστική ρύθμιση** της γλυκόζης, αντιμετώπιση της αρτηριακής υπέρτασης και της υπερλιπιδαιμίας αλλά και αλλαγή στον τρόπο ζωής με αύξηση της σωματικής δραστηριότητας, έλεγχο του σωματικού βάρους και διακοπή του καπνίσματος.

Ο κ. **Παπάνας** αναφέρθηκε στους λόγους της συνεχούς αύξησης του Σακχαρώδους Διαβήτη τύπου 2, παγκοσμίως και στην Ελλάδα σημειώνοντας ότι **«οφείλεται κυρίως στην καθιστική ζωή, την έλλειψη άσκησης και την παχυσαρκία. Αυτός ο τρόπος ζωής τα τελευταία χρόνια έχει υιοθετηθεί και από παιδιά και εφήβους, γεγονός που αυξάνει τον κίνδυνο ανάπτυξης Διαβήτη σε ολοένα μεγαλύτερο αριθμό ατόμων. Η διάγνωση πρέπει να γίνεται έγκαιρα, γιατί με την εφαρμογή της δίαιτας και της κατάλληλης θεραπείας μπορούν τα άτομα με Διαβήτη μακροπρόθεσμα να αποφύγουν ή να ελαχιστοποιήσουν τις προοδευτικές βλάβες στα όργανα του σώματος (π.χ. μάτια, πόδια, καρδιά, νεφρά κλπ)»** ενώ συμπλήρωσε ότι με την **κατάλληλη ρύθμιση «μπορούμε να αποφύγουμε ή να μειώσουμε τις χρόνιες επιπλοκές, να μειώσουμε τις μέρες νοσηλείας και να αποτρέψουμε την πρόωρη απώλεια ζωής».**

Αναφερόμενος στα συμπτώματα που πρέπει να προσέχουμε, ο κ. **Παπάνας** επισήμανε ότι ο Διαβήτης τύπου 2 συχνότερα, και ιδίως στα αρχικά στάδια, **δεν έχει συμπτώματα.** Συμπτώματα εκδηλώνονται μόνο σε πολύ μεγάλη αύξηση της γλυκόζης του αίματος, όπως πείνα, δίψα, απώλεια βάρους, υπερβολική διούρηση κλπ.

Ο κ. **Παπάνας** αναφέρθηκε και στις **επιπτώσεις της οικονομικής κρίσης,** της ανεργίας και της συρρίκνωσης των εισοδημάτων που έχουν ως συνέπεια τα άτομα με Διαβήτη να δυσκολεύονται να αντεπεξέλθουν στη συμμετοχή του κόστους της θεραπείας, παρά τη μείωση, σε ορισμένες περιπτώσεις, του ποσοστού συμμετοχής στο κόστος ορισμένων φαρμάκων. Όπως τόνισε, **«η ευρύτερη απαισιοδοξία και ανασφάλεια δεν ευνοεί τη συμμόρφωση με τις απαιτήσεις μιας χρόνιας θεραπείας και έτσι γίνεται πιο δύσκολο το έργο της ιατρικής όσο και η δυνατότητα των ατόμων με Διαβήτη τύπου 2 να πετύχουν τους θεραπευτικούς στόχους».**

Αναφερόμενος στα νέα φάρμακα που έχουν στη διάθεσή τους σήμερα οι ασθενείς ο κ. Παπάνας σημείωσε ότι **«μεταξύ αυτών, τα χάπια χαρακτηρίζονται από απουσία υπογλυκαιμιών και αύξησης σωματικού βάρους, ενώ σε μερικές περιπτώσεις βοηθούν στη μείωση του βάρους και της αρτηριακής πίεσης και στην αποτροπή καρδιαγγειακών επεισοδίων. Μεταξύ των ινσουλινών, οι νεότερες είναι ακόμη φιλικότερες προς το χρήστη και χαρακτηρίζονται από ακόμη λιγότερες υπογλυκαιμίες».**

Ο κ. **Ντούπης** υπογράμμισε τα **καλά νέα** για τα άτομα με Διαβήτη και τις **αρκετές νέες θεραπευτικές επιλογές** στον αγώνα **κατά της υπεργλυκαιμίας,** και τόνισε ότι **«υπάρχουν και σημαντικά τεχνολογικά επιτεύγματα στον τομέα παρακολούθησης της γλυκόζης. Βασικός πυλώνας, όμως, της επιτυχίας στη ρύθμιση του Διαβήτη παραμένει η σωστή, καθημερινή, αυτοδιαχείριση της νόσου με σωστές προσαρμογές του ασθενούς στον τρόπο ζωής αλλά και συμμόρφωσή του στη θεραπευτική αγωγή».**

Ο κ. **Ντούπης** αναφερόμενος στην ψηφιακή εφαρμογή **«Καταρρολεμώ το Διαβήτη»,** τόνισε ότι **«ήρθε για να καλύψει μια ανεκπλήρωτη ανάγκη της εποχής μας, που αφορά την εκπαίδευση των ασθενών σε θέματα που αφορούν την καθημερινότητα με το Διαβήτη όπως τη διατροφή και την άσκηση, τις θεραπείες, τις επιπλοκές,**

τον τρόπο φροντίδας των ποδιών και των δοντιών, τη σημασία της επίτευξης των στόχων θεραπείας, την αξία του αυτοελέγχου και της αποφυγής του καπνίσματος» και **εξέφρασε την πεποίθηση** ότι «θα αποτελέσει ένα **εύχρηστο εργαλείο** στα χέρια όλων των ατόμων με Διαβήτη τύπου 2. Με την επιμόρφωση και τις κατευθύνσεις που δύναται να παρέχει προς τους ασθενείς, σε συνδυασμό με τη στενή Ιατρική παρακολούθηση, θα συμβάλει στην **επίτευξη των εξατομικευμένων στόχων** κάθε ασθενούς, με απώτερο σκοπό την αποφυγή των επιπλοκών του Διαβήτη και τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής».

Ο κ. Γκίνης αναφερόμενος στη **δέσμευση της ELPEN για ολιστική παροχή υγείας και βέλτιστη φροντίδα** των διαβητικών ασθενών τόνισε ότι «**στηρίζουμε την πρωτοβουλία της Ελληνικής Διαβητολογικής Εταιρείας για την ανάπτυξη καινοτόμων ιατρικών εφαρμογών για συσκευές κινητών τηλεφώνων και tablets. Μια εφαρμογή που συμβάλλει στη δυνατότητα εύκολης και ταχύτατης πρόσβασης σε ορθή και αξιόπιστη πληροφόρηση των διαβητικών, με αποτέλεσμα την καλύτερη ρύθμισή τους και ταυτόχρονα τη βελτίωση της ποιότητας ζωής μέσω της βέλτιστης αυτοδιαχείρισης της νόσου**».

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με τη Reputation Unique : 215 5605211  
Αλεξάνδρα Σκοπετέα : 6937307771