



ΠΡΟΛΗΨΗ ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΩΝ ΝΟΣΗΜΑΤΩΝ ΣΕ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟΥΣ ΑΣΘΕΝΕΙΣ

Μπράτσου Δ. Ανδρονίκη¹

¹ Φοιτήτρια Τμήματος Νοσηλευτικής, του Διεθνούς Πανεπιστημίου Ελλάδος, Θεσσαλονίκη

ΕΙΣΑΓΩΓΗ :

Ο σακχαρώδης διαβήτης συνδέεται με :

- Υψηλή συχνότητα, φτωχή πρόγνωση καρδιακών παθήσεων.
- Υψηλή μακροπρόθεσμη θνησιμότητα.

Η έγκαιρη πρόληψη και η αντιμετώπιση των συνυπαρχόντων παραγόντων κινδύνου έχουν αποτέλεσμα σε διαβητικούς ασθενείς.

ΣΚΟΠΟΣ ΜΕΛΕΤΗΣ :

Η διερεύνηση της συσχέτισης των καρδιαγγειακών νοσημάτων και του σακχαρώδη διαβήτη και η πρόληψη τους στους διαβητικούς ασθενείς.

ΥΛΙΚΟ – ΜΕΘΟΔΟΣ :

Βιβλιογραφική Αναζήτηση στην ηλεκτρονική βάση δεδομένων “Medline” μέσω της Μηχανής Αναζήτησης “Google Scholar”.

Λέξεις κλειδιά: prevention, cardiovascular diseases, diabetes mellitus, diabetic patients.

Κριτήριο αποκλεισμού άρθρων: Γλώσσα εκτός της Ελληνικής και της Αγγλικής.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ :

Με βάση την αιτιολογία και τους παράγοντες κινδύνου των καρδιαγγειακών επιπλοκών του σακχαρώδη διαβήτη έχουν προταθεί παρεμβάσεις και φαρμακευτικές θεραπείες για την αποτελεσματική πρόληψη των καρδιαγγειακών επιπλοκών στους διαβητικούς.

Για την πρόληψη των καρδιαγγειακών νοσημάτων απαιτείται:

- I. Έγκαιρος έλεγχος για παχυσαρκία, ανθυγιεινή διατροφή, έλλειψη άσκησης, κάπνισμα, αλκοόλ, υπεργλυκαιμία, υπέρταση, δυσλιπιδαιμία.
- II. Παρεμβάσεις στον τρόπο ζωής (διαιτητική αγωγή, αερόβια άσκηση).
- III. Επανεκπαίδευση ασθενούς σχετικά με την επιλογή τροφίμων και τη σημασία της φυσικής δραστηριότητας.

Για μακροπρόθεσμα αποτελέσματα: τακτική επαναξιολόγηση, συμπεριφοριστικές επεμβάσεις.

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ :

Η ενημέρωση του ασθενούς για τον σακχαρώδη διαβήτη, τους παράγοντες κινδύνου, τις καρδιαγγειακές επιπλοκές, και τη σημασία των θεραπευτικών παρεμβάσεων που απαιτούνται, αποτελεί προϋπόθεση για την κατανόηση από τον ασθενή του οφέλους της θεραπευτικής αγωγής, και επομένως της προθυμίας του για συνεργασία.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ :

1. Κατσιλάμπρος Ν., Μακρυλάκης Κ. Σακχαρώδης διαβήτης και ποιότητα ζωής. Ελλάδα : Π.Χ. Πασχαλίδης. 2005
2. Adegate E., Schattner P., Dunn E. An update on the etiology and epidemiology of diabetes mellitus. Annals of the New York Academy of Sciences 2006. 1084:1-29.