

ك2P

Media Bite

كيف نحدّ من أعباء مرض
السكري من النوع الثاني؟



Faculty of Health Sciences
Knowledge to Policy | K2PI Center

يعاني حوالي نصف مليون لبناني أو ما يعادل 12.2% من مرض السكري من النوع الثاني، الأمر الذي يزيد الأعباء الصحية على المرضى من جهة وعلى النظام الصحي من جهة أخرى. فما مدى فعالية الخدمات الطبية للحدّ من اعباء هذا الداء، خاصةً أنه يعتبر السبب الرابع للوفاة في لبنان ؟

يعتبر مرض السكري من النوع الثاني Type 2 Diabetes Mellitus من الأمراض التي باتت تشكل خطراً عالمياً بحيث أن نسب انتشاره في ازدياد حاد ومقلق. وتثبت المعطيات العلمية التي جمعها مركز ترشيد السياسات الصحية في كلية العلوم الصحية (Knowledge to Policy, K2P Center) أن هذا الداء مسؤول عن وفاة 1.5 مليون شخص عالمياً عام 2012 وهو مرتبط بشكل وثيق بأمراض القلب والأوعية الدموية، الفشل الكلوي، فقدان البصر وبتتر الأطراف السفلية.

أجمعت البراهين العلمية الموثقة في المنتج العلمي (K2P Evidence Summary) بشكل قاطع على أن اقتران الرياضة بتغييرات في النظام الغذائي له نتائج ملموسة من حيث الوقاية والسيطرة على مرض السكري على مستوى المريض. كما أنّ بعض الأعشاب الطبية الصينية، إن تمّ تناولها مع الأدوية الموصوفة، تساهم بشكل إيجابي في الوقاية والسيطرة على السكري، وفي ضبط معدلات السكر في الدم، وفي الحد من الإعتلال العصبي أي الضرر الذي يصيب الجهاز العصبي.

أما على مستوى ترتيبات النظام الصحي، برهنت الدراسات على فعالية اعتماد وتطبيق نموذج إدارة الحالات (Case Management model) المبني على دعم المريض والذي يشجع على استخدام التكنولوجيا: متابعة المريض عبر استخدام الإنترنت أو وحته على مراقبة معدلات السكر والضغط في الدم عبر استخدام تطبيقات الهواتف الذكية وغيرها.

على المستوى المالي، هناك دراسات عدّة اظهرت أهمية الحوافز المالية العطاة للمرضى ولمقدمي الخدمات الصحية على حد سواء. فهي ساهمت في تحسين معدلات السكري HbA1c والكوليسترول LDL وضغط الدم، وتلقي الدواء. كما ساهمت في تثبيت الإلتزام بالفحوصات الدورية. أما على مستوى تقديم الخدمات الصحية فقد ساهم دمج ممرضين متخصصين في مجال مرض السكري بشكل إيجابي في التحكم بهذا المرض. وأدى استخدام تقنية التلفزة المنزلية للأغراض الطبية الصحية Home telehealth إلى الحد من حالات استشفاء المرضى وإلى تقليص فترة البقاء في المستشفى.

من هنا، وبناءً على البراهين العلمية، يقدم ملخص الأدلة اقتراحات للحد من اعباء داء السكري من النوع الثاني:

- ❖ إعتقاد تغييرات في نمط الحياة تهدف الى تخفيض الوزن ورفع معدلات ممارسة الرياضة والحركة الجسدية، ضبط النظام الغذائي، وتحسين الصحة النفسية
- ❖ الإلتزام بأخذ أدوية السكري مع إمكانية استخدام الأعشاب الصينية
- ❖ اعتماد ممارسات دقيقة في مراقبة ضغط الدم ومستويات السكر في الدم
- ❖ تطبيق برامج وممارسات جديدة في الرعاية الصحية بما يشمل اتباع نماذج إدارة الحالات، الدعم بالتقنيات التكنولوجية، وتحويل المهام بين مقدمي الرعاية الصحية
- ❖ تمكين المرضى من خلال التثقيف والتوعية وتعزيز ممارسات الرقابة الذاتية
- ❖ تقديم حوافز مالية للمرضى ولمقدمي خدمات الرعاية الصحية

References

Hilal N, El-Jardali F, K2P Evidence Summary: Addressing Non-Communicable Diseases: Effectiveness of Interventions Aiming at Reducing the Burden of Type 2 Diabetes Mellitus, Knowledge to Policy (K2P) Center. Beirut, Lebanon; April 2016

K2P Media Bite

الجامعة

الأمريكية

في بيروت

رياض الصلح

بيروت 1107 2020

بيروت، لبنان

+961-01-350000

X 2942/2943