

## Spustenie programu Zvráťme Diabetes typu 2 v rámci projektu Care4Diabetes

Druhý februárový víkend sa v Ľubochni uskutočnilo úvodné stretnutie účastníkov programu Zvráťme Diabetes typu 2 za účasti odborníkov z Národného endokrinologického a diabetologického ústavu, n.o.

Ministerstvo zdravotníctva SR sa v kooperácii s Národným endokrinologickým a diabetologickým ústavom, n.o. zapojilo do pilotného projektu Care4Diabetes spolufinancovaného Európskou úniou, do ktorého je zapojených spolu 30 partnerov z 12 krajín. Zámerom projektu je pomocou praktického uplatnenia inovatívnych postupov znížiť výskyt a dopady Diabetu typu 2.

S týmto cieľom sa v rámci projektu Care4Diabetes pilotne testuje vo všetkých zapojených krajinách program „Reverse Diabetes Now“, na Slovensku pod názvom „Zvráťme Diabetes typu 2!“, ktorý na základe vedeckých poznatkov vypracovala holandská organizácia Voeding Leeft. Program je založený na režimovej liečbe ochorenia Diabetes typu 2 a jeho cieľmi sú: zlepšenie kvality života pacientov, predĺženie očakávanej dĺžky života pacientov, zníženie nákladov na bežnú liečbu, zlepšenie manažmentu ochorenia Diabetes typu 2 vrátane farmakologickej liečby. Celý program prebieha pod lekárskej dohľadom.

V dňoch 10.02. - 11.02.2024 sa na pôde Národného endokrinologického a diabetologického ústavu, n.o. uskutočnilo úvodné stretnutie účastníkov programu Zvráťme Diabetes typu 2. Program prebiehal za účasti vyškoleného multidisciplinárneho tímu, na ktorého čele stojí primár diabetologického oddelenia NEDÚ doc. MUDr. Emil Martinka, PhD.



Víkendový program pozostával z lekárskej vyšetrení, prednášok a praktických cvičení z oblasti zdravého stravovania, telesnej aktivity, relaxácie a kvalitného spánku.

Počas celého víkendu panovala príjemná priateľská atmosféra, účastníci si užili prechádzky v prírode s výhľadom na pohoria Veľkej Fatry a medzi pacientmi sa vytvorila podporná komunita, ktorú spája boj s rovnakým ochorením.

Do programu bol zahrnutý workshop od miestneho šéfkuchára, v rámci ktorého predstavil jednoduché a zdravé recepty vhodné pre diabetikov. Víkendové stretnutie je len začiatok niekoľko mesačného programu, ktorý ďalej pokračuje pravidelnými stretnutiami online alebo osobnou formou.



V prípade, že Vám diagnostikovali Diabetes typu 2 a máte záujem zapojiť sa do 2. kola programu Zvráťme Diabetes typu 2 so začiatkom v polovici roka 2024, neváhajte nás kontaktovať na adrese: [chcem.upravit@nedu.sk](mailto:chcem.upravit@nedu.sk), prípadne vyplňte kontaktný formulár <https://zvatmediabetes.sk/#kontakt>. Ďalšie informácie o programe vrátane výberových kritérií nájdete na <https://zvatmediabetes.sk/>.