

# Bezpłatne badania cukru we krwi - Starostwo Powiatowe zaprasza mieszkańców

Cukrzyca to zhora współczesności - liczba chorych na cukrzycę rośnie lawinowo. Od 1980 r. do 2014 roku niemal czterokrotnie wzrosła na świecie zachorowalność na cukrzycę \*. Niestety, na tym nie koniec smutnych statystyk - prognozuje się, że w 2030 roku na kuli ziemskiej będzie 550 mln diabetyków\*\*! Winne są jakość odżywiania, stres, brak ruchu oraz geny. Bo o ile cukrzyca typu I to choroba autoimmunologiczna, to cukrzyca typu II możemy nabawić się na własne życzenie. U jej podłoża leżą bowiem nadwaga i nieprawidłowa dieta. Cukrzyca zbiera duże żniwo, ale możemy się przed nią bronić - wystarczy zmienić nawyki żywieniowe i zacząć się ruszać. Poza zdrowym i aktywnym trybem życia ważne są także badania - wychodząc na przeciw oczekiwaniom społeczności lokalnej, Starostwo Powiatowe w Hajnówce od kilkunastu lat cyklicznie organizuje akcję „Zdażyć przed cukrzycą”. W tym roku także - w ramach tego mieszkańcy regionu będą mogli bezpłatnie się przebadac oraz wziąć udział w konsultacjach z lekarzem w kierunku rozpoznania cukrzycy. Z myślą o mieszkańcach, zostaną przeprowadzone szczegółowe badania wskaźnika hemoglobiny glikowanej (HbA1c). W tym celu starostwo powiatowe zakupiło aparat do badania i paski testowe.

Na bezpłatne badania zapraszamy:

9 października br. - z możliwości badania będą mogli skorzystać mieszkańcy gminy Dubicze Cerkiewne. Dyżur lekarski odbędzie się w Gminnym Ośrodku Zdrowia w godzinach 8.00-14.00.

Z kolei w dniach 16 i 19 października br. na badania zapraszamy mieszkańców Hajnówki i okolic. Badanie odbędzie się w Starostwie Powiatowym w Hajnówce, sala nr 12, w godz. 8.00-14.00.

**Samo badanie potrwa 5 minut - tylko tyle wystarczy, by zadbać o swoją zdrową przyszłość!** Pomiar stężenia hemoglobiny glikowanej jest badaniem poziomu HbA1c we krwi, wykonywane w celu monitorowania leczenia cukrzycy. Poziom stężenia HbA1c we krwi informuje o średnim stężeniu cukru we krwi w ciągu **120 dni poprzedzających badanie**, czyli w okresie cyklu życia krwinki czerwonej. Badanie pomaga zapobiec powikłaniom wywoływanym przez przewlekłe podwyższone stężenie glukozy, takim jak: stopa cukrzycowa, postępujące uszkodzenie nerek, oczu, układów sercowo-naczyniowego i nerwowego. Badanie daje odpowiedź czy metody stosowane do wyrównywania cukrzycy są skuteczne, czy też wymagają ponownej konsultacji lekarskiej.

*Szanuj zdrowie należycie, bo jak umrzesz, stracisz życie* - pisał w słynnej komedii „Dożywocie” Aleksander Fredro. Aforyzm ten - choć wyrwany z żartobliwego kontekstu - niesie „na serio” ważne przesłanie. Bo zdrowie jest wartością najcenniejszą, umożliwiającą człowiekowi rozwój i godne życie. Stąd każda akcja, każda inwestycja w kierunku ochrony i promocji zdrowia jest „na wagę zdrowia”. Zapraszamy do udziału w badaniach!

Katarzyna Miszczuk

\*źródło: [wojezdrowie.rmfm24.pl](http://wojezdrowie.rmfm24.pl)

\*\* źródło: [www.poradnikzdrowie.pl](http://www.poradnikzdrowie.pl)