



## Misli globalno, djeluj lokalno. Vrijedi li to i za dijabetes?

ma li smisla ignorirati činjenicu da oko 460 milijuna ljudi u svijetu boluje od dijabetesa, a procjene IDF-a (International Diabetes Federation) govore da će do 2045. godine taj broj narasti na oko 700 milijuna? Ista organizacija objavila je nedavno podatak da svakih osam sekundi u svijetu netko premine od posljedica šećerne bolesti. Kako to izgleda u Hrvatskoj? Prema podacima CroDiab registra, u 2016. godini u Hrvatskoj je bilo evidentirano oko 285 tisuća dijabetičara. Međutim, zbog velikog broja slučajeva koji nisu dijagnosticirani, procjenjuje se da je broj ukupno oboljelih oko 450 tisuća osoba, približno svaki deseti građanin RH. Zabrinjavaju li nas te činjenice ili ostajemo ravnodušni? Najčešće, niti jedno, niti drugo. Većina nas, prosječnih građana, nema dovoljno saznanja o razmjerima i posljedicama bolesti koju zovemo dijabetes. Već spomenuta svjetska federacija objavila je i procjenu da se nastanak oko polovice oboljenja od dijabetesa tipa 2 može spriječiti prevencijom. Nije za zanemariti niti podatak da polovica oboljelih od dijabetesa ne zna da su bolesni. Treba li bolji motiv udrugama dijabetičara da, uvažavajući sve kvalitete profesionalnog državnog zdravstvenog sustava, u svim prigodama pozovu građane na besplatne javne akcije kontrole razine šećera u krvi? Sudeći po broju građana koje susrećemo na nekom takvom događanju ili npr. prakticiranju makar minimalne rekreacije i tjelovježbe, nismo previše impresionirani odazivom. Mogli bismo slična pitanja postavljati unedogled i u pravilu bismo dobivali slične odgovore: nismo informirani, ne zanima nas, ne događa se to valjda nama... Kad počinje naša spremnost za veću suradnju s liječnicima i promjenu životnih navika u smjeru većeg kretanja, pažljivijeg odabira hrane, promjene uobičajenih (loših) životnih navika? U pravilu smo spremni na suradnju, podizanje razine discipline u svojim životnim navikama u trenutku kad počnemo osjećati prve značajnije posljedice dijabetesa. Počinju komplikacije s bubrezima, vidom, srcem ili nekim drugim vitalnim organima i funkcijama. Vratimo se na početno pitanje – može li se u lokalnoj zajednici na volonterskoj osnovi pomoći zdravstvenom sustavu da postigne više? Dijabetes je jedan od značajnih javnozdravstvenih izazova u Republici Hrvatskoj pa je logično nadati se da svojim aktivnostima u lokalnoj zajednici možemo pridonijeti njegovom uspješnijem prevladavanju. Može li bolje? Naravno, uvijek. Uz dobru volju i određeni materijalne i nematerijalne kapacitete. Potrebno je i graditi strategiju vlastitog djelovanja koja će se uklapati u neke šire postavljene ciljeve i



sustave vrijednosti. Na primjer, u Kutini već dvadeset godina aktivno djeluje Kutinsko dijabetičko društvo koje u prosjeku ima oko četrdesetak članova. Taj broj nije velik, ali nije niti cilj povećavati broj članova, nego osmisliti kvalitetne programe kojima će ta udruga služiti građanima. Dakle, u lokalnoj zajednici ova udruga dijabetičara djeluje dva desetljeća s ciljem da svim građanima pruži potporu u prevenciji i prilagođavanju životnih navika dijabetesu. Logično je postaviti pitanje što bi to bilo drugačije da u ovoj lokalnoj sredini nije bilo dijabetičke udruge? Svoje aktivnosti udruga temelji i ostvaruje kroz projekte koje podržavaju Grad Kutina i Sisačko-moslavačka županija, a koji su vezani uz redovno održavanje akcija mjerenja šećera i krvnog tlaka, organiziranje tjelovježbe na javnim prostorima (parkovima, trgovima) pa sve do stručnih edukacijskih tribina eminentnih hrvatskih stručnjaka. Tijekom dvadeset godina povezali su u svom radu i programe udruga slijepih i slabovidnih osoba, liječenih alkoholičara, invalida rada, umirovljenika, udovica branitelja i drugih. Tijekom vremena, proveli su stotine (za korisnike besplatnih) javnih akcija mjerenja šećera, masnoća u krvi i krvnog tlaka i tisuće sati zajedničkih druženja i razmjene iskustava. Pri tome, mnogi su građani samo htjeli prekontrolirati već poznato stanje, ali bilo je i iznenađenja, neočekivano visokih vrijednosti šećera kod ljudi koji nisu godinama kontrolirali razinu tlaka, šećera, kolesterola ili triglicerida u krvi. Strateški cilj bio je osvijestiti javnost za temu dijabetesa jer iz dana u dan se otkrivaju novooboljeli od ove tihe i podmukle bolesti, a što je vrlo važno istaknuti, sve je više mladih kod kojih se otkriva dijabetes. Uz nasljedne faktore, važan je čimbenik prehrana i tjelesna aktivnost, tako da suvremeno doba ide u prilog rizičnim čimbenicima, a članovi udruge nesebično otvaraju svoja vrata svim građanima podsjećajući ih na važnost redovnih zdravstvenih kontrola. Jedna je od poluga za uspješnije djelovanje i bolja komunikacija. Iskustva udruge upućuju na ocjenu da se ključne poluge komunikacije najlakše i najbrže ostvaruju na internetu pri čemu su



neizostavne web stranice udruga Grada Kutine, Hrvatskog saveza dijabetičkih udruga, a potom posredstvom tradicionalnih kanala komunikacije: lokalne televizije, radio postaje, tiskanih medija, vlastitih oglasnih prostora u središtu grada, plakata, prezentacija, tiskanih promotivnih i edukativnih materijala farmaceutskih kuća itd. U konkretnom primjeru cilj izgradnje strateške komunikacije bio je podizanje svijesti o utjecaju šećerne bolesti na društvo, obitelj i oboljele osobe, promicanje edukacije oboljelih te ukazivanje na značaj prevencije i liječenja. Pri tome nije dovoljno imati samo dobru volju, već se mora graditi dugoročna strategija. Rijetki su, rekao bih iznimni, slučajevi da intuitivnim, sporadičnim akcijama ostvarujemo željene strateške učinke. Upravo suprotno. Izgradnja sustava, osmišljeno i uporno djelovanje odabranim instrumentima na određenu pojavu, dat će rezultate u prostoru i vremenu samo ako ustrojimo organizaciju i osiguramo materijalne i ljudske resurse te njima djelujemo na osmišljenom programu. U teoriji je sve jasno. Zašto je praksa toliko nedorečena? Pokazatelj da rezultata ipak ima, može biti istinita priča o našem članu udruge koji u početku samome sebi nije želio priznati da je dijabetičar, a danas, nakon nekoliko godina, nosi značajan dio aktivnosti udruge, vrlo rado i često obuča mlađu sa znakom Kutinskog dijabetičkog društva i prošetala Kutinom, prikuplja dobrovoljne priloge za Udrugu, komunicira i poziva nove članove da nam se pridruže. Taj, pomalo anegdotalni primjer, pokazuje da se isplatilo potruditi organizirati jednu takvu volontersku udrugu. Za nabiranje ostalih primjera nema u ovom tekstu dovoljno prostora, ali bit će još prilika s obzirom da je virtualni komunikacijski prostor prilično beskrajan.

**Branko Grubić, univ. spec. Oec.**  
[info@kdd.hr](mailto:info@kdd.hr)  
Kutinsko dijabetičko društvo  
<http://www.kdd.hr/>