

**Plzeňský deník, 17. 10.2005**

### **Pícháte si inzulin? Dnes už je to snazší!**

Slepoty, selhání ledvin nebo amputace dolních končetin – to mohou být důsledky neléčené a dlouhodobé cukrovky. Tuto nejčastější chronickou chorobu lékaři nedokáží vyléčit, mohou ji pouze potlačit. Šest set sedmdesát tisíc diabetiků v České republice, z toho několik desítek tisíc v Plzeňském kraji, tak musí přijmout poměrně přísný léčebný režim, aby nejhorší důsledky nemoci alespoň oddálili.

„Ročně se zvýší počet diabetiků o několik procent, a to máme statistické údaje pouze o diagnostikovaných cukrovkářích. Kolik se mezi námi pohybuje lidí, kteří nevědí, že jsou nemocní, si netroufnu odhadnout,“ říká předseda plzeňské územní organizace Svazu diabetiků České republiky Vojtěch Kaska. Podle něj je přes devadesát procent cukrovkářů léčeno dietou a medikamenty. Nemusí si píchat inzulin, a jejich život se tak příliš neliší od života zdravého člověka.

Přestože fakta o cukrovce zní opravdu hrozivě, život s ní už není tak těžký, jako býval dříve. Diabetička Milada Marková z Plzně si už čtrnáct let pětkrát denně píchá inzulin. Každý den sama sobě kontroluje hladinu cukru v krvi, čemuž se odborně říká selfmonitoring. „Až do července jsme na rok dostávali pouze dvě stě měřících proužků, nyní se jejich počet zvedl na tisíc. Mohu tak si tak hladinu cukru zkontrolovat několikrát denně,“ pochvaluje si. I přesto, že Miladě Markové nemoc ztížila život, nenadává na ni: „Důležité je se nebát. Jsem sama sobě lékařem a tróufnu si jezdit v zimě na hory a v létě k moři. Dříve byla situace složitější, musely se vyvařovat jehly, dnes si speciálním perem píchnu inzulin klidně na cestě v autobuse.“

Cukrovkářce pomáhá právě plzeňská pobočka Svazu diabetiků, která nabízí pohybové aktivity, rekondiční pobyty a zejména psychickou podporu ze strany stejně nemocných lidí. V sobotu svaz pořádal v Plzni čtvrtý ročník výstavy s názvem „Den zdraví nejen pro diabetiky“, kterého se zúčastnilo okolo pěti set lidí.

Slova plzeňské diabetičky potvrzuje i Božena Dvořáková z Města Touškova: „Dnes už je život cukrovkáře opravdu o něčem jiném. Stačí se naučit píchat si inzulin a v podstatě můžete dělat, co si zámnete.“ Problémem diabetiků na venkově je obtížnější přístup k lékaři. To se ale týká všech venkovanů, nejen těch nemocných diabetem.

Eva Kolářová Roman Kočí