

Изследване на хора с наднормено тегло в УМБАЛ Бургас установи: 83% са с риск от диабет

Сряда, 10 Юни 2026

Близо 83% от участниците в скрининговата кампания „Не чакай диабета“, проведена в Отделението по ендокринология на УМБАЛ Бургас, са с риск от развитие на захарен диабет. Това показа анализът на резултатите от прегледите и изследванията, които обхванаха 150 души с наднормено тегло и

затлъстяване. 73% от изследваните имат липидни нарушения (проблеми с холестерола и триглицеридите, които повишават риска от сърдечносъдови заболявания), а над 40% вече са застрашени от развитие на бъбречни увреждания.

Статистиката от прегледите разкрива мащаба на метаболитните проблеми сред записалите се участници: при 80% от тях е констатирано затлъстяване, а при 20% – наднормено телесно тегло. В рамките на инициативата специалистите извършиха оценка на телесната маса, лабораторни изследвания на кръв и урина за идентификация на риска от диабет, сърдечносъдов и бъбречен риск, анализ на индивидуалните рискови фактори и консултации за промяна в начина на живот. Всички получиха съвети за намаляване на теглото - ограничаване на сладки, тестени и мазни храни, повишаване приема на зеленчуци, белтъчини и фибри, прием на минимум 1.5–2 л вода дневно, включване на ежедневна физическа активност – ходене, гимнастика или щадящи аеробни упражнения и ако това не помага - консултация при ендокринолог и диетолог.

„Данните потвърждават това, което наблюдаваме ежедневно в практиката си – все повече хора живеят с рискови фактори за диабет, без да подозират за тях. Най-важното послание на кампанията е, че заболяването може да бъде предотвратено или отложено чрез навременна профилактика, контрол на теглото и активен начин на живот и аз поздравявам всички хора, които признаха проблема си, намериха време, сила и воля да участват в нашата кампания“, коментира д-р Стефка Стефанова, началник на Отделението по ендокринология към УМБАЛ Бургас. Тя подчерта, че ранният скрининг позволява предприемането на мерки преди появата на необратими усложнения и препоръча на хората с наднормено тегло да проследяват показателите си на всеки 3-6 месеца.

Според ендокринолозите големият интерес към инициативата и обезпокоителните крайни резултати доказват крещящата нужда от продължаване на подобни безплатни профилактични кампании, както и от по-широка обществена информираност за опасностите, които крие затлъстяването.

На снимките: моменти от кампанията











