



Java Evropiane e Shëndetit Publik 2023

Parandalimi dhe Kontrolli i Sëmundjeve Kronike

DigiCare4You është një projekt Horizon2020 i cili synon të përmirësojë **parandalimin dhe trajtimin e hershëm të diabetit të tipit 2 (DT2) dhe hipertensionit (HTA)** nëpërmjet një ndërhyrje të bazuar në **komunitet, me në qendër individin**, duke integruar sistemet sociale dhe shëndetësore, të mbështetur nga përdorimi i **mjeteve dixhitale**.

DT2 dhe HTA përfaqësojnë një barrë të madhe për individët dhe shoqërinë dhe janë shkaqet kryesore të problemeve të tjera kronike. Aktualisht 537 milion njerëz në mbarë botën janë me diabet (61 milion në Evropë) dhe ky numër parashikohet të rritet në 643 milion deri në vitin 2030 (67 milion në Evropë). Për më tepër, 1.23 miliardë njerëz janë me hipertension. **Ekzaminimi i hershëm dhe fokusimi në masat parandaluese është çelësi për trajtimin e këtyre gjendjeve.**

Jetesë e shëndetshme

Ushqimi i shëndetshëm dhe aktiviteti fizik mund të ndihmojnë në kontrollin e nivelit të glukozës dhe presionit të gjakut dhe në përmirësimin e shëndetit.

Ndërhyrjet e bazuara në komunitet

Ndërhyrjet në komunitet përfaqësojnë një zgjidhje me kosto efektive për të angazhuar në mënyrë aktive komunitetet në promovimin e edukimit dhe mirëqenies shëndetësore dhe për të mbështetur ndryshimet e stilit të jetesës duke krijuar një mjedis mbështetës.

Parandalimi i hershëm

Shkollat mund të jenë një pikë hyrëse për të promovuar edukimin shëndetësor tek të rinjtë dhe për të filluar më herët parandalimin e sëmundjeve kronike.

Ekzaminimi i hershëm

Ekzaminimi efektiv dhe në kohë i gjendjeve kronike si DT2 dhe HTA, mbështetur te mjete dixhitale, është çelësi për parandalimin e zhvillimit të ndërlikimeve dhe lehtësimin e barrës së tyre mbi njerëzit, shoqërinë dhe sistemet shëndetësore.

