



Европейска седмица на общественото здраве 2023 г.

Профилактика и контрол на хроничните заболявания

DigiCare4You е проект по програма "Horizon2020", който има за цел да подобри **ранната превенция и управление на захарен диабет тип 2 (Т2Д) и хипертония** чрез **базирано в общността, ориентирано към човека решение**, интегриращо социални и здравни системи, подкрепени от използването на **цифрови инструменти**.

Т2Д и хипертония представляват голяма тежест за индивидите и обществото и са първопричини за други хронични състояния. В момента **537 милиона души** по света живеят с диабет (**61 милиона** в Европа) и се очаква този брой да нарасне до **643 милиона** до 2030 г. (**67 милиона** в Европа). Освен това **1,23 милиарда души** живеят с хипертония. **Ранният скрининг и фокусът върху превантивните мерки са ключови за справяне с тези състояния.**

Здравословен начин на живот

Здравословното хранене и физическата активност могат да помогнат за управление на нивото на кръвната захар и кръвното налягането, да подобрят здравето.

Интервенции в общността

Базираните на общността интервенции, представляват рентабилно решение за активно ангажиране на общностите, насърчаване на здравната грамотност и благополучие и подкрепа на промените в начина на живот чрез създаване на подкрепяща среда.

Ранна профилактика

Училищата могат да бъдат входна точка за насърчаване на здравната грамотност сред младите хора и ранно започване на превенцията на хроничните заболявания.

Ранен скрининг

Ефективният и навременен скрининг за хронични състояния като Т2Д и хипертония, подкрепен от цифрови инструменти, е ключов за предотвратяване развитието на усложнения и облекчаване на тяхното бреме за хората, обществото и здравните системи.

