

## Modül I-5

# Toplumsal Farkındalık, Sağlığı Geliştirme ve Diyabetten Koruma

### Genel Açıklama

Diyabetli bireylerin özel ihtiyaçları için toplum anlayışını artırmak esastır. Diyabet alanında çalışan sağlık uzmanları; ayrıca Tip 2 diyabette birincil koruma konusunda stratejiler geliştirmelidirler. Bu amaçlara yönelik kullanılan stratejilerin çoğu, sadece bireylerin davranışlarında pozitif değişiklik yaratmak için değil; aynı zamanda toplum anlayışını geliştirmek ve diyabeti kuşatan mitleri dağıtmak için de tasarlanır. Bireylerin ortamları, evleri, işyerleri ve dinlenme alanları onlardaki bu değişimi pekiştirecek özellikteyse, değişim en kolay ve kalıcı şekilde gerçekleşir.

### Amaçlar

- Katılımcıların, toplumun diyabete yönelik bilgi ve tutumlarını anlamalarını sağlamak
- Katılımcıların, toplum stratejilerinin, tip 1 ve tip 2 diyabet arasındaki farkları yansıtması gerektiğini anlamalarını sağlamak
- Katılımcıların, tip 2 diyabette birincil koruma ve sağlıklı yaşamı teşvik etme stratejileri ile donanımını sağlamak

### Hedefler

Bu modül tamamlandıktan sonra katılımcı aşağıdaki konularda yeterliliğe ulaşacaktır:

- Toplumun genel olarak diyabet bilgisini ve tutumunu tanımlamak
- Ülkenin, sağlık önceliklerini ve diyabet için gerekli kaynaklarını belirlemek
- Tarama programları, eğitim programları, danışmanlık, canlı telefon bağlantıları, medya, okul ve işyeri programları gibi diyabetli sağlığının geliştirilmesine yönelik çeşitli faaliyetlerin uygulanabilirliğini ve kullanımını tartışmak
- Birincil, ikincil ve üçüncül koruma kavramlarını tanımlama
- Tarama programlarının ve okul, işyeri farkındalık programlarının değerini tartışmak
- Tip 2 diyabetin birincil korumasını araştırmalarla ilişkili olarak açıklamak
- Bireyler için, toplulukta ve örgütsel ortamlarda sağlığı geliştirme düzeylerini, genel sağlık politikası ve uygulamasını tanımlamak

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sağlığı geliştirme yaklaşımlarını tartışmak: Tıbbi ve davranışsal değişimi, eğitimsel, hasta merkezli ve toplumsal değişimi tartışmak</li> <li>• Etkili politika üretmede savunuculuk ve iletişim becerilerinin rolünü anlamak*</li> <li>• Koruyucu stratejileri savunmak için epidemiyolojik verileri kullanmak*</li> <li>• Diyabetin toplumdaki prevalansı ve risk faktörleri konusunda ülkeye özgü gözlem verilerini yorumlamak*</li> </ul>
<b>Öğretim Yöntemleri</b>	İnteraktif grup çalışması ve tartışma
<b>Önerilen Süre</b>	2 saat
<b>Bu Modülün Eğitimcisi</b>	Sağlık gelişimi uzmanı, diyabet eğitimcisi, ilgili dernek üyesi/temsilcisi
<b>Öğrenimin Değerlendirilmesi</b>	Önerilen bir sağlığı geliştirme aktivitesi ile ilgili 15 dakikalık sunum
<b>Kaynaklar</b>	<p>Chiasson JL, Josse RG, Gomis R, et al. Acarbose for prevention of type 2 diabetes mellitus: The STOP-NIDDM randomized trial. <i>Lancet</i> 2002; 346: 393-403.</p> <p>Cottrell RR, Girvan TJ, et al. <i>Principles and foundations of health promotion and education</i>. Allyn and Bacon. Boston, 1999.</p> <p>Katz J, Peberdy A. <i>Promoting health: knowledge and practice</i>. Macmillan Press Ltd. London, 1997.</p> <p>Kemm J, Close A. <i>Health promotion: theory and practice</i>. Macmillan Press Ltd. London, 1995.</p> <p>Nutbeam D, Harris E. <i>Theory in a nutshell: a guide to health promotion theory</i>. McGraw-Hill. Sydney, 1999.</p> <p>Pan X, Li G, Hu Y, et al. Effects of diet and exercise in preventing NIDDM in people with impaired glucose tolerance: The Da Qing IGT and Diabetes Study. <i>Diabetes Care</i> 1997; 20: 537-44.</p> <p>Raczynski JM, DiClemente RJ. <i>Handbook of health promotion and disease prevention</i>. Kluwer Academic/Plenum Publisher. New York, 1999.</p> <p>Scott D, Weston R. <i>Evaluating health promotion</i>. Stanley Thornes Ltd. Cheltenham, 1998.</p> <p>The Diabetes Prevention Program Research Group. The Diabetes Prevention Program. <i>Diabetes Care</i> 2002; 23: 2165-71.</p> <p>The DREAM Trial Investigators. Effect of rosiglitazone on the frequency of diabetes in patients with impaired glucose tolerance or impaired fasting glucose: a randomized controlled trial. <i>Lancet</i> 2006; 368: 1096-105.</p>

Tuomilehto J, Lindstrom J, Eriksson JG, et al. Prevention of type 2 diabetes mellitus by changes in lifestyle among subjects with impaired glucose tolerance. *N Engl J Med* 2001; 344: 1343-50.

Wass A. *Promoting health: the primary health care approach*. WB Saunders. London, 1994.

\* Bu hedefler ileri düzeyde yer alacaktır