

# MSD OLARAK 125 YILI AŞKIN

## SÜREDİR YAŞAM İÇİN KEŞFEDİYORUZ

Diyabet farkındalığını artırmak adına her yıl 14 Kasım'da düzenlenen Dünya Diyabet Günü kapsamında MSD Türkiye Diyabet ve Aşı İş Birim Direktörü Rüya Koşkun ile konuştuk. 2045'te diyabetli hasta sayısının yüzde 51 artarak 700 milyona yükseleceğini belirten Koşkun, "Tüm dünyada diyabetli bireylerin doğru tedavi yöntemlerine daha yaygın olarak erişimini mümkün kılmak, MSD Türkiye Diyabet Takımı'nın en büyük hedefleri arasında yer alıyor" ifadelerini kullandı.



### ■ Türkiye ve dünyada diyabetin son durumu nedir?

Diyabet, her geçen gün büyüyen riskleri ve artan prevalans oranları ile acil çözüm bekleyen küresel bir sorun haline dönüşüyor. Bugün, neredeyse her 10 yetişkinden 1'i diyabetli.<sup>1</sup> 2045 yılına geldiğimizde diyabetli hasta sayısının günümüze oranla yaklaşık olarak yüzde 51 artarak 700 milyona yükseleceğini tahmin ediyoruz.<sup>2</sup>

Avrupa ülkelerine baktığımızda Türkiye, diyabet konusunda en hızlı artış yaşanan ülkeler arasında yer alıyor. IDF Diyabet Atlası'na göre, Avrupa'da diyabetin en yüksek oranda görüldüğü ilk 5 ülke arasındayız.<sup>3</sup> Ülkemizde yapılan geniş kapsamlı TURDEP – II çalışması verilerine göre de diyabet sıklığının önemli derecede arttığı ve %14'e yaklaştığı görülmüştür.<sup>4</sup> Prevalansın gündün güne arttığı da düşünülünce, çok daha ciddi bir tablo ile karşı karşıya olduğumuzu belirtebiliriz.

### ■ MSD olarak diyabet alanında gerçekleştirdiğiniz faaliyetlerinizden bahsedebilir misiniz?

Diyabet konusunda artan farkındalık ve sağlıklı yaşam konusundaki toplum bilinci ile diyabeti önleme konusunda önemli adımlar atılacağına inanıyoruz. Diyabetin ve doğru yönetiminin önemine dikkat çekmek için her yıl 14 Kasım Dünya Diyabet Günü'nde organizasyonumuz içinde ve halka yönelik farkındalık aktiviteleri gerçekleştiriyoruz. Ulusal hekim demekleri ile birlikte tip-2 diyabet tedavi

sinin önlenmesi adına ülke genelinde hayata geçirdiğimiz projelerimiz de var.

Diyabet tedavileri hastaların yaşam kalitesini ve diyabet yönetim sürecini olumlu yönde etkilediği için hastaların diyabet alanındaki doğru tedavi yöntemlerine ulaşabilmeleri çok önemli. Bu konuda büyük çaba sarf ettiğimizi belirtebiliriz. Bu sebeple, tip-2 diyabet tedavisi sağlayan hekimlerimize yönelik yüz yüze etkinlikler ve dijital projelerle tip-2 diyabet hastalığının doğru tedavi yöntemleri konusunda farkındalığı artıracak çalışmalar hayata geçiriyoruz.

Teknolojiyi ve dijital mecraları olabildiğince aktif kullanıyor, dijital kanallarla hekimlerimize daha aktif bir şekilde ulaşıyoruz. Bu kapsamda, 2018 yılında msdsizinle.com isimli dijital hekim portalımızı oluşturduk.

Aynı zamanda hekimlerimize yönelik medikal projelerimiz çerçevesinde gerçek hasta olgularını dijital platformlarla hekimlerimize ulaştırıp onların sanal ortamda farklı vaka deneyimlerine sahip olmalarını sağlıyoruz.

### ■ Diyabetle mücadele konusunda MSD'nin konumu nedir? Bireyler bu hastalıkla mücadelede nasıl bir yol izlemeli?

Tip-2 diyabet hastalığının tedavi süreci yaşam tarzı değişikliği ile ilişkilidir.<sup>5</sup> Bu nedenle diyabet ile mücadeleyi toplumsal bir mesele olarak görüp her paydaşı sürece dahil etmeliyiz. Diyabetle mücadelede küçük adımların dahi çok büyük başarıları zemin hazırladığını unutmamak gerekiyor. Farkındalığı artırmak ve topluma sağlıklı yaşam konusunda bilinç kazandırmak, diyabeti önleme konusunda atılacak en büyük adımlar arasında yer alıyor. Bütünlüklü diyabet stratejisi ve

doğru tedavi yöntemleri ile diyabetli bireylerin yaşam kalitesini artırılabilir.

Egzersiz ve sağlıklı beslenme gibi aslında her bireyin dikkat etmesi ve hayatında uygulaması gereken olgular, diyabetle mücadelenin ilk ve en önemli basamağı olarak karşımıza çıkıyor. Örnek verecek olursak; asansör kullanmaktansa merdivenleri kullanmak, her gün yarım saat yürümek, yemek porsiyonlarını küçültmek gibi faaliyetlerle günün sonunda büyük değişimler yaratmak mümkün oluyor. Ülke olarak, diyabet konusunda yaşam tarzına ilişkin bu tarz bilgileri toplumsal hayatta daha görünür kılmamız gerekiyor.

### ■ Diyabetin oldukça tehlikeli ve birçok hastalığa neden olabilecek bir rahatsızlık olduğu göz önüne alınırsa geleceğimiz olan gençlerin beslenme alışkanlıklarıyla ilgili neler söylemek istersiniz?

Yüksek yaşam kalitesi için dengeli beslenmenin olmazsa olmazları arasında olduğunu unutmamalıyız. Yıllar içerisinde toplumun beslenme alışkanlıkları önemli ölçüde değişti. Televizyon ve bilgisayar başında geçirilen sürelerin artması, hareketsizlik ve yeme bozuklukları gibi sorunlara yol açtı. Diyabet riskini artıran bu alışkanlıkları ortadan kaldırmak için dengeli beslenme ve düzenli egzersiz şart. 5 Beden ve ruh sağlığı için hareketsiz bir yaşamdan uzak durmak, düzenli egzersiz yapmak, günlük yaşamda da aktif olmak ve sağlıklı beslenmeye özen göstermek büyük önem taşıyor. Saydığımız özellikler, tıbbi kontrol ve tedavilerin yanı sıra sosyal yaşamda da diyabet hastalarının hayatlarını sağlıklı ve kaliteli bir şekilde sürmelerine katkı sağlıyor.<sup>6</sup>



MSD Türkiye Diyabet ve Aşı İş Birim Direktörü Rüya Koşkun

### ■ Diyabetle mücadele kapsamında sunduğunuz çözümlerden bahsedebilir misiniz?

MSD olarak 125 yılı aşkın süredir güçlü portföyümüzle en zorlu hastalıklara karşı mücadele ederek yaşam için keşfediyoruz. İnsanların hayatını koruma ve yaşam kalitelerini artırma amacıyla, en zorlu hastalıklara çözüm sunan aşilar ve ilaçlar geliştiriyoruz. Araştırma-geliştirme odaklı yatırımlarımızla öncü bir şirket olmaya, bugün ve gelecek için yenilikler ve çözümler sunmaya kararlıyız.

Diyabet tanısı alan hasta sayısı birçok ülkede artış gösteriyor, diyabet bugün karşılaştığımız en ciddi kronik sağlık sorunlarından biri olmaya devam ediyor. Diyabet alanındaki faaliyetlerimiz, gelecek dönemde de hekimlerimize ve hastalara katkıda bulunmaya devam etmemizi sağla-

yacak. Tüm dünyada diyabetli bireylerin doğru tedavi yöntemlerine daha yaygın olarak erişimini mümkün kılmak, MSD Türkiye Diyabet Takımı'nın en büyük hedefleri arasında yer alıyor.

### ■ Diyabet farkındalığının artırılması açısından Dünya Diyabet Günü'nün önemine ilişkin neler söylemek istersiniz?

Dünya Diyabet Günü hem diyabet hastaları hem de sağlıklı bireylerde farkındalık yaratma açısından çok kıymetli. Şeker hastalığının yanında birçok önemli rahatsızlığın da ana sebeplerinden biri olan diyabet, insan ve halk sağlığı açısından en geçilmemesi gereken bir konu. Sağlıklı ve dengeli beslenmenin gittikçe zorlaştığı, obezitenin arttığı günümüzde, herkesi sağlıklı beslenmeye ve düzenli egzersiz yaparak diyabet riskinden korunmaya davet ediyoruz.

1) IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Önsöz", sayfa 2. Alıntı tarihi 04.11.2020

2) IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Özet", sayfa 4. Alıntı tarihi 04.11.2020

3) IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 4", sayfa 67. Alıntı tarihi 04.11.2020

4) Türkiye Diyabet, Hipertansiyon, Obezite ve Endokrinolojik Hastalıklar Prevalans Çalışması-II (TURDEP-II Çalışması) Özeti, 2010, sayfa 1. Alıntı tarihi 04.11.2020

5) IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 1", sayfa 14. Alıntı tarihi 04.11.2020

6) IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 6, Tablo 6.1", sayfa 111. Alıntı tarihi 04.11.2020