

# Yenilikçi Tedavilerimizle Hasta ve Hekimlere Çözümler Sunuyoruz

MSD Türkiye İş Birim Direktörü Rüya Koşkun ile diyabet alanındaki güncel gelişmeler ve firma olarak hasta ve hekimlere yönelik projeleri üzerine konuştuk. Diyabet farkındalığını artırmanın önemine dikkat çeken Koşkun, diyabeti önleme konusunda egzersiz ve sağlıklı beslenmenin rolünü de vurguladı.

## Diyabet nedir, kısaca açıklayabilir misiniz?

Diyabeti kısaca, vücuttaki pankreas adlı salgı bezinin yeterli miktarda insülin hormonu üretmemesi ya da ürettiği insülin hormonunun etkili bir şekilde kullanılamaması durumunda gelişen ve ömür boyu süren bir hastalık olarak açıklayabiliriz. Sonuç olarak kişi, yediği besinlerden kana geçen şekeri yani glikozu kullanamaz ve kan şekeri yükselir.

## Türkiye ve dünyada diyabet ile ilgili verileri paylaşabilir misiniz?

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

Avrupa genelinde Türkiye, diyabetin en hızlı yayıldığı ilk 5 ülke arasında bulunuyor.<sup>3</sup> Prevalansın günden güne arttığı da düşünülünce çok daha ciddi bir tablo ile karşı karşıya olduğumuzu belirtebiliriz.



**Rüya Koşkun**  
MSD TÜRKİYE  
İş Birim Direktörü

## Diyabet konusunda neler yapılabilir? MSD bu konuda neler yapıyor?

Diyabeti önleme konusunda atılacak en büyük adımlardan biri, farkındalığı artırmak ve topluma sağlıklı yaşam konusunda bilinç kazandırabilmek. Bütünlüklü diyabet stratejisi ve yenilikçi tedavi yöntemleri ile diyabetli bireylerin yaşam konforunu artırmamız da mümkün. Diyabet sadece bir hastalık değil

aynı zamanda bir yaşam tarzı. Bu nedenle diyabet ile mücadeleyi toplumsal bir mesele olarak görüp her paydaşı süreçte dâhil edebilmeliyiz. Üstelik diyabetle mücadelede küçük adımlar dahi çok büyük başarılar zemin hazırlayabiliyor.

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.<sup>4</sup> Örnek verecek olursak asansör kullanmaktan sa merdivenleri kullanmak, her gün yarım saat yürümek, yemek porsiyonlarının küçültmek gibi faaliyetlerle günün sonunda büyük değişimler yaratmak mümkün oluyor. Ülke olarak diyabet konusunda yaşam tarzına ilişkin böyle bilgileri toplumsal hayatta daha görünür kılmamız gerekiyor.

MSD Türkiye olarak yenilikçi ürün portföyümüzle hem hekimlerimize hem de diyabetli bireylere çözümler sunuyoruz. Diyabet alanındaki klinik çalışmalarımız sayesinde gelecek dönemde hekimlerimize yenilikçi çözümler de sunmaya devam edeceğiz.

Tüm dünyada diyabetli bireylerin yenilikçi tedavi yöntemlerine daha fazla ve daha kolay erişebilmesini sağlamak en büyük amacımız.

## Diyabet alanında ne gibi projeleriniz var?

Her yıl kasım ayındaki diyabet haftasında diyabetin ve doğru yönetiminin önemine dikkat çekmek için organizasyonumuz içinde ve halka yönelik farkındalık aktiviteleri gerçekleştiriyoruz. Bunun yanı sıra ulusal hekim dernekleri ile birlikte tip 2 diyabet tedavisinin önlenmesi adına ülke genelinde projelere imza atıyoruz.

Yenilikçi diyabet tedavileri hem hastanın konforunu hem de diyabet yönetim sürecini olumlu etkiliyor. Bu nedenle hastaların diyabet alanındaki yenilikçi tedavi yöntemlerine ulaşabilmeleri noktasında oldukça büyük çaba sarf ediyoruz. MSD Türkiye olarak teknolojiyi ve dijital mecraları olabildiğince aktif bir şekilde kullanmaya gayret ediyoruz. Dijital kanallarla hekimlerimize daha aktif bir şekilde ulaşabilmek öncelikli hedeflerimiz arasında.

Bu kapsamda 2018 yılında "msdsizinle.com" isimli dijital hekim portalımızı hayata geçirdik ve ülke genelinde portalımıza üye olan hekimlerimize, uzman hekimlerimizin dijital videolarıyla farklı uzmanlıklardaki tip 2 diyabet tedavi tecrübelerini ulaştırıyoruz. Bu platformda detaylı araştırmalar, güncel bilgiler ve literatürler yer alıyor.

Bunun yanı sıra hekimlerimize yönelik yaptığımız medikal projelerimizde gerçek olgularını dijital platformlarla hekimlerimize ulaştırıp

onların sanal ortamda farklı vaka deneyimlerine sahip olmalarını sağlıyoruz. Bu projemizi, Türkiye'nin dört bir yanında hekimlerimize ulaştırarak gerçekleştiriyoruz. Önümüzdeki dönemde de kılavuzlar eşliğinde doğru tedavi seçeneklerini hekimlerimizin hizmetine sunarak konu ile ilgili farkındalığı artırmaya devam edeceğiz.

“Yenilikçi diyabet tedavileri hem hastanın konforunu hem de diyabet yönetim sürecini olumlu etkiliyor. Bu nedenle hastaların diyabet alanındaki yenilikçi tedavi yöntemlerine ulaşabilmeleri noktasında oldukça büyük çaba sarf ediyoruz.”

## Sosyal yaşam diyabet tedavisinde hangi noktada yer alıyor?

Düzenli egzersiz, diyet, tıbbi kontrol ve tedavilerin yanı sıra sosyal yaşam da diyabet hastalarının hayatlarını sağlıklı ve kaliteli bir şekilde sürmelerine katkı sağlıyor.

Sosyal aktiviteler tip 2 diyabetli hastaların yaşam kalitesini önemli derecede etkiler.<sup>5</sup> Ne yazık ki hastaların bir kısmı ilaç ve insülin tedavisi alırken sosyal yaşamdan kopuyor. Hastalığının bilincinde olan bireyler ise hayatlarını normal bir şekilde sürdürebiliyor.

## Diyabet hastalarının yaşam kalitelerini yükseltmelerinin ilk koşulu nedir?

Yüksek yaşam kalitesi için diyabette düzenli egzersizin şart olduğunu söyleyebiliriz.<sup>5</sup> Gelişen teknoloji ile birlikte yaşam tarzımız da önemli ölçüde etkilendi. Televizyon ve bilgisayar başında geçirilen sürelerin artması, beraberinde hareketsizlik ve yeme bozuklukları gibi sorunları da getirdi. Diyabet riskini artıran bu alışkanlıkları ortadan kaldırmanın yolu düzenli egzersizden geçiyor. Beden ve ruh sağlığı için hareketsiz bir yaşamdan uzak durmak, düzenli egzersiz yapmak ve günlük yaşamda da aktif olmak büyük önem taşıyor. Diyabet hastalarının düzenli egzersiz ve spor yapması, vücudun kan şekeri verimli kullanımına da olanak tanıyor.<sup>6</sup>

## Gelecekte tedaviye dair bizi ne tür gelişmeler bekliyor?

Diyabet tedavisi konusunda geleceğe umutla bakıyoruz. Pek çok bilim insanı yeni yöntemler, mekanizmalar ve ilaçlar üzerinde aralıksız çalışıyor. Elde edilecek bulgularla gelecekte bizi heyecanlandıracak gelişmeler yaşanacağına ve diyabet tedavisinde yeni bir dönemin başlayacağına inanıyoruz.

### KAYNAKLAR:

1 IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Önsöz", sayfa 2. Alıntı tarihi 21.10.2020.

2 IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Özet", sayfa 4. Alıntı tarihi 21.10.2020.

3 IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 4", sayfa 67. Alıntı tarihi 21.10.2020.

4 IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 6, Tablo 6.1", sayfa 111. Alıntı tarihi 21.10.2020.

5 IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 6, Tablo 6.3", sayfa 115. Alıntı tarihi 21.10.2020.

6 IDF Diyabet Atlası 9. Edisyon, 2019, "Bölüm 6 - Uygulama ve Değerlendirme", sayfa 115. Alıntı tarihi 21.10.2020.