**Județul Vrancea, în topul județelor cu mortalitate ridicată cauzată de diabetul zaharat**

Județul Vrancea se numără printre județele cu cele mai ridicate rate ale mortalității provocate de diabetul zaharat din România. Potrivit datelor furnizate de [Institutul Național de Statistică](https://insse.ro/cms/), media ultimilor 10 ani în acest județ este **de 27 de decese la 100.000 de locuitori**, semnificativ peste media națională, care se situează la **14 decese la 100.000 de locuitori**.

Această situație alarmantă reflectă impactul major al diabetului asupra sănătății comunității din Vrancea și scoate în evidență nevoia urgentă de măsuri concrete de prevenție, educație medicală și acces îmbunătățit la tratamente eficiente și personalizate.

**Poate fi diabetul zaharat vindecat?**

Diabetul zaharat **nu poate fi vindecat**, dar poate fi controlat eficient pe termen lung, cu ajutorul unui tratament adecvat și al unui stil de viață sănătos. În funcție de tipul de diabet, este posibil să fie nevoie de insulină sau medicamente orale, alături de monitorizarea regulată a glicemiei, o alimentație echilibrată, activitate fizică constantă și controlul altor factori de risc, cum ar fi tensiunea arterială sau colesterolul.

Un rol esențial îl are și **educația medicală**. Atunci când pacientul înțelege boala, este implicat activ în gestionarea acesteia și primește sprijin psihologic adecvat, șansele de a menține o stare metabolică stabilă și un stil de viață echilibrat cresc considerabil.

Trebuie subliniat că, odată cu trecerea timpului, eficiența tratamentului medicamentos poate scădea. Deși mulți pacienți obțin rezultate bune cu terapii orale în stadiile inițiale, unii vor avea nevoie, în cele din urmă, de insulină pentru a menține glicemia în limite normale.

**Terapiile complementare: un aliat valoros în lupta cu diabetul**

Pe fondul modernizării stilului de viață și al creșterii alarmante a cazurilor de diabet zaharat, tot mai mulți pacienți caută soluții complementare tratamentului convențional. Deși medicația, dieta și exercițiile fizice rămân pilonii principali în controlul bolii, acestea nu sunt întotdeauna suficiente, mai ales în cazul pacienților care nu răspund bine la tratamentele clasice sau care dezvoltă reacții adverse. În plus, mulți agenți hipoglicemici nu reușesc să controleze și alte probleme frecvent asociate diabetului, cum ar fi dislipidemia.

Studiile recente arată că terapiile alternative sunt tot mai utilizate în completarea tratamentului medical clasic pentru diabet, nu ca înlocuitor al acestuia. O analiză sistematică publicată pe [ResearchGate](https://www.researchgate.net/publication/51984267_Alternative_therapies_useful_in_the_management_of_diabetes_A_systemic_review) confirmă eficiența unor metode precum fitoterapia, acupunctura și suplimentele naturale în sprijinul controlului glicemic.

Așa cum subliniază și [NewMedicine.ro](https://newmedicine.ro/), singurul hub din România unde găsești și medici specializați în terapii alternative:

*„Adoptarea unor schimbări semnificative ale stilului de viață, alături de integrarea terapiilor alternative, poate oferi pacienților o șansă reală la o viață mai echilibrată, reducând dependența de medicație și sprijinind organismul în procesul de autoreglare.”*

**Concluzie**

Datele statistice din județul Vrancea semnalează o problemă gravă de sănătate publică, reflectând consecințele diabetului asupra calității și duratei vieții. Deși boala nu poate fi vindecată, **gestionarea ei eficientă este posibilă** cu ajutorul tratamentelor moderne, educației, suportului emoțional și, acolo unde este cazul, terapiilor complementare.

**Prevenția, monitorizarea continuă și colaborarea între pacienți, medici și autorități trebuie să devină o prioritate națională.**