

**Всемирный день борьбы с диабетом** (также называемый Всемирным днём диабета) был учреждён в 1991 году Международной Федерацией диабета (International Diabetes Federation) и Всемирной организацией здравоохранения в ответ на растущую обеспокоенность по поводу возрастающей угрозы здоровью, создаваемой диабетом.

Всемирный день борьбы с диабетом стал официальным Днём Организации Объединенных Наций с 2006 года после принятия резолюции 61/225 Организации Объединенных Наций.

Сегодня в условиях пандемии новой коронавирусной инфекции особое внимание уделяется людям с диабетом. Они в группе риска тяжёлого и даже критического течения COVID-19. Людям, живущим с диабетом, важно соблюдать меры предосторожности, чтобы по возможности избежать заражения вирусом. Рекомендации по профилактике COVID-19 и других ОРВИ, вдвойне важны для людей, живущих с диабетом, и для всех, кто находится в тесном контакте с людьми, живущими с диабетом.

Чтобы снизить риск развития диабета важно соблюдать принципы **правильного, здорового питания**, следить за массой тела, стараться поддерживать вес в пределах возрастной нормы, регулярно выполнять физические упражнения, двигаться.