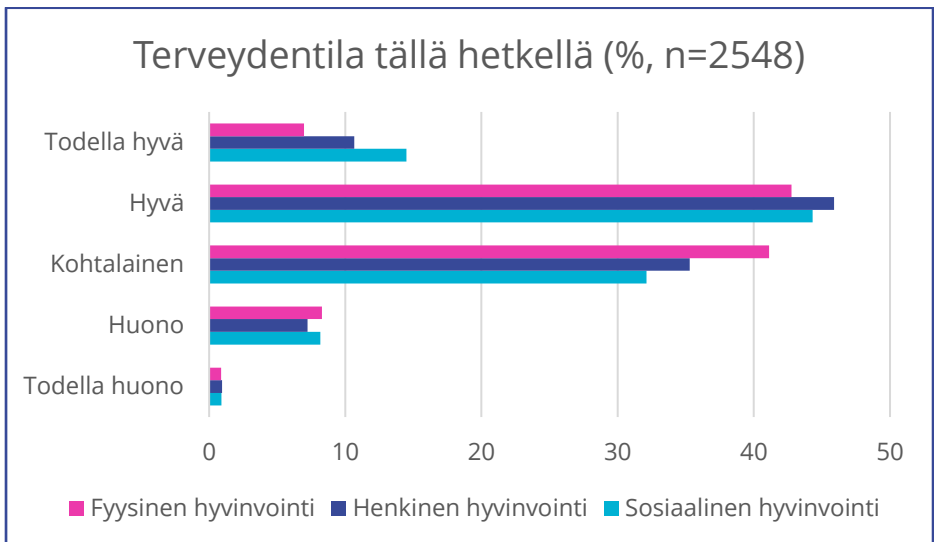


Diabeetikoiden arki koronaviruksen jälkeen 2022

Korona ei kohtele tasapuolisesti

Diabetesliitto toteutti alkuvuodesta 2022 verkkokyselyn diabetesta sairastavien arjesta koronapandemian jälkeen. Kyselyyn vastasi yhteensä 2 757 henkilöä.

Vastaajista naisia oli 62 % ja miehiä 37 %. Suurin osa, yli puolet, vastaajista oli 65–84-vuotiaita ja reilu kolmasosa 40–64-vuotiaita. Vastaajista 5 % oli 18–39-vuotiaita ja loput alle 18- tai yli 85-vuotiaita. Suurin osa vastaajista (68 %) oli tyypin 2 diabetesta sairastavia ja noin neljäsosa (27 %) tyypin 1 diabetesta sairastavia. Loput vastaajista oli muita diabetestyyppejä sairastavia, diabeetikon läheisiä, sekä henkilöitä, joilla vasta epäillään diabetesta.



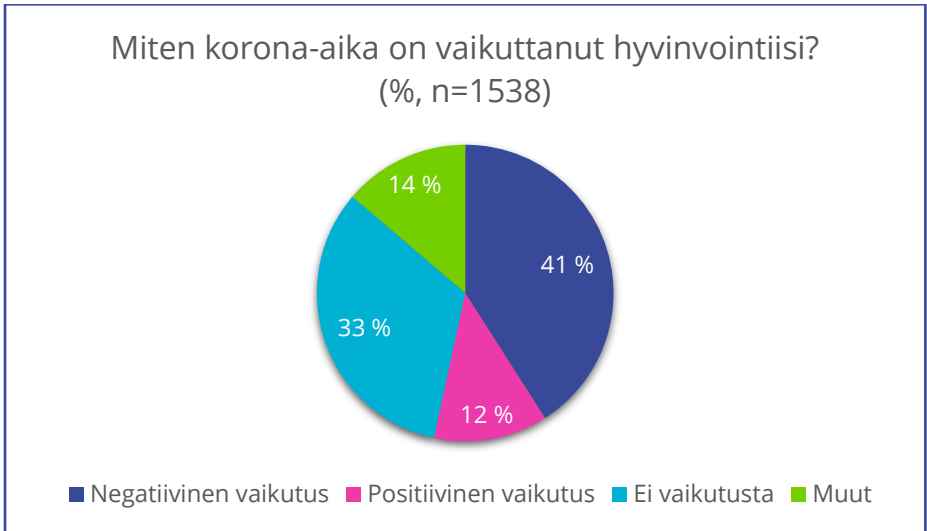
Valtaosa vastaajista koki terveystilansa olevan tällä hetkellä hyvä sekä fyysisen, henkisen että sosiaalisen hyvinvoinnin alueilla. Tosin fyysisen hyvinvoinnin osa-alueella kohtalaiseksi vointinsa kokevia oli lähes yhtä paljon (41 %) kuin vointinsa hyväksi kokevia (43 %).

Diabeetikoiden arki koronaviruksen jälkeen 2022

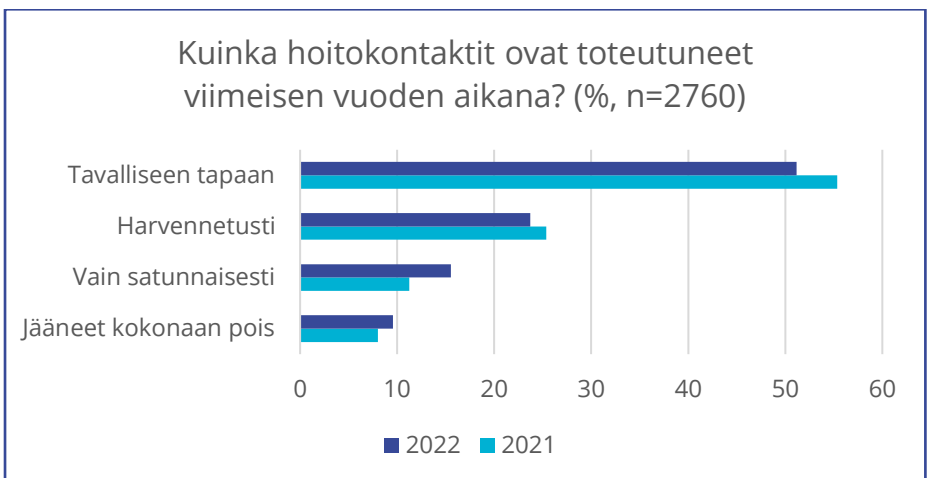


Korona ei kohtele tasapuolisesti

41 % koki korona-ajan vaikuttaneen hyvinvointiin negatiivisesti



Vain 51 %:lla hoitokontaktit ovat toteutuneet normaalisti 2022



Diabeetikoiden arki koronaviruksen jälkeen 2022



Korona ei kohtele tasapuolisesti

Negatiivinen vaikutus

"Sosiaalisena ihmisenä on ollut kärsimystä, ettei ole voinut tavata läheisiään ja tuttaviaan"
"Lisännyt yksinäisyyden tunnetta"
"Eristyksissä kaksi vuotta. Olen leski. Ja täysin yksi."
"Ihmiskuntaa tullut lisää, kotoa on hankala lähteä"

"Henkinen jaksaminen on ollut koetuksella"
"Stressiä ja ahdistusta enemmän"
"On tullut apeammaksi, saamattommaksi, väsyneemmäksi"
"Huoli omasta ja läheisten voinnista sekä huoli siitä miten selviää, jos sairastuu koronaan"

"Olen lihonut, liikkunut liian vähän. Ryhmät ja kuntosali, uimahallireissut olivat poissa"
"Harrastukset ja kulttuurinautinnot olleet tauolla"
"Liian vähän virikkeitä"
"Matkustaminen ja maiseman vaihtelut vähentyneet, elinpiiri pienentynyt"

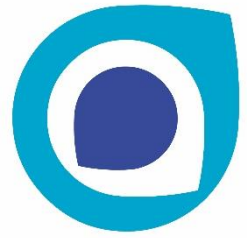
Positiivinen vaikutus

"Ei ole tarvinnut nähdä ihmisiä ja saanut olla etänä töistä! Ehkä elämän parasta aikaa!"
"Suhteet ystäviin lujittuneet, ystävydestä pidetty huolta"
"Enemmän aikaa perheen kesken. Kiire vapaa-ajalla vähentynyt"

"Kiireet ovat vähentyneet ja elämästä tullut yksinkertaisempaa"
"On ollut pakko rauhoittua"
"Hidas elämä on tehnyt hyvää"
"Olen oppinut olemaan yksin"
"Ollut paremmin aikaa, mahdollisuuksia ja mielenkiintoa huolehtia hyvinvoinnistani"

"Yksinäisyys aktivoi lenkkeilyyn"
"Kiireettömyys sopii itselleni hyvin. Kaikki turha hössöttäminen ja paikasta toiseen kiirehtiminen on jäänyt pois ja se on todella hyvä"
"Rahaa on säästynyt kun ei ole matkusteltu, syöty ulkona, käyty tapahtumissa yms."

Diabeetikoiden arki koronaviruksen jälkeen 2022



Korona ei kohtele tasapuolisesti

Negatiivinen vaikutus

"Työn kuormittavuus ja stressi lisääntynyt paljon"

"Paljon ylimääräisiä tehtäviä runsaiden poissaolojen vuoksi"

"Jatkuva epävarmuus siitä, että jatkuuko työt vai ei"

"Hoitoihin pääsy on pahasti takkuillut"

"Perussairauksieni hoito on hankaloitunut"

"Koronan takia jouduttu perumaan monia tarpeellisia lääkäri ja hoitajakäyntejä"

"En ole uskaltanut mennä terveyskeskukseen, koska siellä on paljon 'pöpöjä' "

"Maskin pitäminen töissä ja vapaa-ajalla teki hengittämistä rankkaa ja vaikutti jaksamiseen"

Positiivinen vaikutus

"Etätöiden myötä päivittäinen vapaa-aika lisääntynyt työmatkoihin käytettävän ajan verran (1,5-2h)"

"Nukkumiselle enemmän aikaa"

"Etätö auttaa sokereiden hallinnassa"

"Olen tehnyt rauhasa elämäntaparemonttia ja laihtunut 35 kg"

"Verensokeritasapaino on parantunut"

"Menee yllättävästi paremmin siinä mielessä, että nyt kaikki muutkin pesevät käsiään ja pitävät etäisyyttä"

Ei vaikutusta

"Ei ole vaikuttanut. Olen elänyt koko ajan niin normaalia elämää/arkea kun on vaan voinut. Ei voi elää pelossa/peläten. Maalaisjärki on kaiken a&o"

"Ei oikeastaan mitenkään, olen kokenut talvisodankin"