

## Embassy of Switzerland in Egypt

سفارة سويسرا بمصر

6 April 2016

### NEWS RELEASE

#### **To mark World Health Day in Cairo, The Embassy of Switzerland supports Awareness-Raising Event on Maintaining Healthy Lifestyles and Addressing Diabetes**

CAIRO, Egypt – Diabetes is a growing health issue in Egypt. At the same time, healthy lifestyles, fitness and a balanced diet can prevent or delay the outbreak of this illness. Diabetes is this year's main topic of the World Health Day, celebrated on 7 April, and the Embassy of Switzerland is supporting an all-day event in Cairo comprising diverse workshops, training sessions and panel discussions to raise awareness on maintaining healthy lifestyles and addressing the illness.

The event, which will take place at the Children's Cancer Hospital, will commence with a workshop on fitness headed by Egypt's Olympic boxing champion Mohamed Reda followed by a workshop on healthy cooking and eating by Swiss Chef Markus Iten. A panel discussion, titled "Enabling People to Lead Healthy Lives," will take place afterwards and will be attended by H.E. Swiss Ambassador to Egypt, Markus Leitner, medical experts, youth ministry representatives, and a diabetic patient.

The event is open to the public and health care providers in Egypt and seeks to inform them about improved eating and fitness habits that are beneficial to everyone but that can also specifically help diabetic patients to prevent further health complications from taking place.

Diabetes is a chronic disease that occurs either when the pancreas does not produce enough insulin, the hormone that regulates blood sugar, or when the body cannot effectively use the insulin it produces. Uncontrolled diabetes can cause damage to the heart, blood vessels, eyes, kidneys, and nerves.

According to 2014 statistics of the World Health Organisation, 9 percent of adults 18 years and older had diabetes. The vast majority of diabetes cases worldwide are type 2 diabetes, one of two forms of the disease. This type is largely the result of excess body weight, physical inactivity and unhealthy diets. In Egypt, almost 1 out of 5 adults suffer from diabetes.

"Promoting health awareness is crucial to improving the quality of people's lives. With the growing number of people affected by diabetes, the World Health Day provides an ideal opportunity to promote healthy food, fitness and weight control," said Markus Leitner, the Ambassador of Switzerland to Egypt.

The Children's Cancer Hospital was selected for the event because cancer is a chronic disease, and patients suffering from any chronic illness (such as cancer, diabetes, or obesity) share common difficulties. Selecting this venue also helps shed light on the diligent work that the hospital is performing, and better acquainting people with it.

Following World Health Day, Swiss health expert, Dr. Anbreen Slama-Chaudhry, who is a family physician and an expert in chronic diseases management based in Switzerland, will also hold a training workshop for doctors at the Swiss Club in Cairo on Friday 8 April. The workshop's goal is to share ways of improving management of patients with chronic illnesses.

Switzerland's contribution to World Health Day in Cairo this year falls within the framework of its wider support to Egypt's health infrastructure sector since the late 1990s. This includes its programs to upgrade radiology services at hospitals of the Ministry of Health nationwide as well as programs to restructure national blood transfusion services. Switzerland is also launching this year a project to improve healthcare hazardous waste management in Egypt's Dakahliya governorate.

For further inquiries please contact:

Dr. Anbreen Slama-Chaudhry, Managing Director of Medical Education and Training Services,  
Email: [anbreen.slama.chaudhry@medeductraining.ch](mailto:anbreen.slama.chaudhry@medeductraining.ch), Tel. (+20) 1200067190

Shaimaa Fayed, Communications Officer, The Embassy of Switzerland in Egypt, Tel. (+2) 02 2575 8284



## Embassy of Switzerland in Egypt سفارة سويسرا بمصر

6 أبريل 2016  
خبر صحفي

### بمناسبة يوم الصحة العالمي، تدعم سفارة سويسرا بالقاهرة حدث للتوعية عن الحفاظ على نمط حياته صحي و التعامل مع مرض السكري

القاهرة، مصر – مرض السكري مشكلة صحية متزايدة في مصر. وفي الوقت نفسه، الحفاظ على أنماط حياة صحية واللياقة البدنية واتباع نظام غذائي متوازن ممكنهم أن يمنعوا أو يؤخروا اندلاع هذا المرض. مرض السكري هو الموضوع الرئيسي ليوم الصحة العالمي هذا العام، الذي يتم الاحتفال به يوم 7 أبريل. تدعم سفارة سويسرا حدث في القاهرة على مدار هذا اليوم يضم مجموعة من ورش العمل المتنوعة والدورات التدريبية وحلقات النقاش للتوعية حول الحفاظ على أنماط حياة صحية والتصدي لهذا مرض.

هذا الحدث، الذي سيعقد في مستشفى سرطان الأطفال، يبدأ بورشة عمل حول اللياقة البدنية يقدمها البطل الأولمبي المصري في الملاكمة محمد رضا و تليها ورشة عمل حول الطهي الصحي وتناول الطعام الصحي يقدمها الشيف السويسري ماركوس أيتن. و سيتم عقد حلقة نقاش تحت عنوان "تمكين الناس من ممارسة الحياة الصحية" سوف يحضرها سعادة السفير السويسري ماركوس لاينتر، و خبراء طبيين و ممثلين عن وزارة الصحة و أيضا شخص يعاني من مرض السكري.

هذا الحدث مفتوح للجميع بمن فيهم المختصين بالرعاية الصحية في مصر ويسعى للتوعية عن تحسين العادات الغذائية واللياقة البدنية التي تعود بالفائدة على الجميع بصفة عامة و لكن تساعد أيضا على وجه التحديد مرضى السكري لمنع حدوث المزيد من التعقيدات الصحية.

مرض السكري مرض مزمن يحدث إما عندما لا تنتج البنكرياس ما يكفي من الانسولين، الهرمون الذي ينظم نسبة السكرى في الدم، أو عندما يعجز الجسم عن الاستخدام الفعال للأنسولين الذي ينتجه. دون التعامل السليم مع مرض السكري يمكن للمرض أن يتسبب في أضرار على القلب والأوعية الدموية والعينين والكليتين والأعصاب.

وفقا لإحصاءات 2014 لمنظمة الصحة العالمية، 9 في المئة من البالغين من العمر 18 أو أكثر يعانون من مرض السكري. الغالبية العظمى من حالات الإصابة بهذا المرض في جميع أنحاء العالم هي النوع 2، أحد شكلي المرض. هذا النوع هو إلى حد كبير نتيجة فرط الوزن وقلة النشاط البدني وتناول الأغذية الغير صحية. في مصر، تقريبا 1 من كل 5 بالغين يعانون من مرض السكري.

"تعزيز الوعي الصحي أمر بالغ الأهمية لتحسين جودة حياة الناس. مع التزايد في عدد المتضررين من مرض السكري، يعتبر يوم الصحة العالمي فرصة هائلة لتشجيع الغذاء الصحي واللياقة البدنية والسيطرة على الوزن"، قال ماركوس لاينتر، سفير سويسرا بمصر.

وقد تم اختيار مستشفى سرطان الأطفال لهذا الحدث لأن السرطان مرض مزمن، والمرضى الذين يعانون من أي مرض مزمن (مثل السرطان والسكري، والسمنة) يواجهون صعوبات مشتركة. اختيار هذا المكان يساعد أيضا في تسليط الضوء على العمل الدؤوب في المستشفى و تعريف الناس به.

في أعقاب يوم الصحة العالمي، ستقوم خبيرة الصحة السويسرية الدكتورة أميرين سلامة- شودري - وهي طبيبة عائلة وخبيرة في إدارة الأمراض المزمنة ومقرها في سويسرا - بعقد ورشة عمل تدريبية للأطباء بالنادي السويسري في القاهرة يوم الجمعة 8 أبريل . هدف الورشة هو تبادل سبل تحسين إدارة المرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة.

مساهمة سويسرا في يوم الصحة العالمي في القاهرة هذا العام تأتي في إطار الدعم الأوسع لقطاع البنية التحتية

الصحية في مصر منذ أواخر التسعينات. وهذا يشمل برامجها لتطوير خدمات الأشعة في مستشفيات وزارة الصحة بجميع أنحاء مصر وكذلك برامجها لإعادة هيكلة خدمات نقل الدم بمصر. تطلق سويسرا هذا العام أيضا مشروع لتحسين الرعاية الصحية وإدارة النفايات الخطرة في محافظة الدقهلية بمصر.

للاستفسارات يرجى الاتصال ب:

الدكتورة أنبرين سلامة-شودرى، مدير خدمات التعليم الطبي والتدريب . رقم الهاتف: (+20) 1200067190 و البريد الإلكتروني: [anbreen.slama.chaudhry@medeductraining.ch](mailto:anbreen.slama.chaudhry@medeductraining.ch).

الأستاذة شيماء فايد، المسئولة الإعلامية، سفارة سويسرا في مصر. رقم الهاتف: 25758284 داخلي 224