உலக நீரிழிவு நாள் – இன்சுலினும் இந்தியாவின் சவாலும்

அறிவியல் · 14-11-2026 · https://www.shanmugamiasacademy.in/knowledge-nugget/2026-11-14-world-diabetes-day

செய்தியில் ஏன்: 1921-இல் இன்சுலினைக் கண்டறிந்தவர்களில் ஒருவரான சர் ஃபிரெடெரிக் பாண்டிங்கின் பிறந்தநாளான நவம்பர் 14, உலக நீரிழிவு நாளாகக் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. 2026–27 ஆகிய இரண்டு ஆண்டுகளுக்கான கருப்பொருளாக 'நீரிழிவில் முன்கூட்டிய நடவடிக்கை' (Early Action on Diabetes) என்பதைப் பன்னாட்டு நீரிழிவுக் கூட்டமைப்பு (IDF) தேர்ந்தெடுத்துள்ளது.

முக்கியக் குறிப்புகள்

- நாள் உருவானது: 1991-இல் பன்னாட்டு நீரிழிவுக் கூட்டமைப்பும் (IDF) உலக சுகாதார நிறுவனமும் (WHO) இந்நாளை உருவாக்கின; 2006 டிசம்பர் 20 அன்று ஐ.நா. பொதுச் சபைத் தீர்மானம் 61/225 மூலம் அதிகாரப்பூர்வ ஐ.நா. நாளானது; 2007 முதல் ஐ.நா. நாளாகக் கடைப்பிடிக்கப்படுகிறது. இதன் சின்னம் நீல வட்டம்.
- கண்டுபிடிப்பு: ஃபிரெடெரிக் பாண்டிங் (பிறப்பு 1891 நவம்பர் 14), சார்லஸ் பெஸ்ட் ஆகியோர் 1921-இல் டொரன்டோ பல்கலைக்கழகத்தில் இன்சுலினைப் பிரித்தெடுத்தனர்; 1923 உடலியல் / மருத்துவ நோபல் பரிசு பாண்டிங், ஜே.ஜே.ஆர். மெக்லியோட் ஆகியோருக்கு வழங்கப்பட்டது. இன்சுலின் கணையத்தின் லாங்கர்ஹான் திட்டுகளில் உள்ள பீட்டா செல்கள் சுரக்கும் ஹார்மோன்; இரத்தக் குளுக்கோஸைக் குறைக்கிறது. ஆல்ஃபா செல்கள் சுரக்கும் குளுக்ககான் அதை உயர்த்துகிறது.
- வகைகள்: முதல் வகை (Type 1) – உடல் இன்சுலினைச் சுரப்பதில்லை அல்லது மிகக் குறைவாகச் சுரக்கிறது (பீட்டா செல்கள் தன்னுடல் தாக்கு நோயால் அழிதல்); பெரும்பாலும் குழந்தைகள், இளைஞர்களிடம் காணப்படும்; வாழ்நாள் முழுதும் இன்சுலின் தேவை. இரண்டாம் வகை (Type 2) – உடல் இன்சுலினைச் சரியாகப் பயன்படுத்துவதில்லை (இன்சுலின் எதிர்ப்பு); இதுவே மிகப் பரவலான வகை; உடல் பருமன், உடல் உழைப்பின்மை, முறையற்ற உணவுடன் தொடர்புடையது; பெரும்பாலும் தடுக்கவோ தள்ளிப்போடவோ முடியும். கர்ப்பகால நீரிழிவு கர்ப்பத்தின்போது ஏற்படுகிறது.
- இந்தியாவின் சுமை: ICMR–INDIAB தேசிய ஆய்வு (The Lancet Diabetes & Endocrinology, ஜூன் 2023) இந்தியாவில் சுமார் 10.1 கோடி பேருக்கு நீரிழிவு (11.4%), 13.6 கோடி பேருக்கு நீரிழிவுக்கு முந்தைய நிலை (prediabetes, 15.3%) இருப்பதாக மதிப்பிட்டது. உலகில் 50 கோடிக்கும் மேற்பட்டோர் நீரிழிவுடன் வாழ்கின்றனர்; அவர்களில் ஏறத்தாழ பாதிப் பேருக்கு நோய் இன்னும் கண்டறியப்படவில்லை என IDF கூறுகிறது – அதனால்தான் 2026–27-இல் முன்கூட்டிய பரிசோதனை, நோயறிதலுக்கு அழைப்பு.
- திட்டத் தொடர்பு: தொற்றா நோய்கள் தடுப்பு, கட்டுப்பாட்டுக்கான தேசியத் திட்டத்தின் (NP-NCD) கீழ், 30 வயதுக்கு மேற்பட்டோருக்கு நீரிழிவு, உயர் இரத்த அழுத்தம், பொதுவான புற்றுநோய்கள் ஆகியவற்றுக்கான பரிசோதனை ஆயுஷ்மான் ஆரோக்கிய

மந்திர்கள் (சுகாதார, நல மையங்கள்) வழியாக நடைபெறுகிறது. தமிழ்நாட்டுக் கோணம்: வீடு தேடிச் சென்று பரிசோதித்து, நீரிழிவு, உயர் இரத்த அழுத்த மருந்துகளை வீட்டுக்கே கொண்டு சேர்க்கும் 'மக்களைத் தேடி மருத்துவம்' திட்டத்தை மாநிலம் 2021 ஆகஸ்டில் தொடங்கியது.

தேர்வில்: TNPSC – உலக நீரிழிவு நாள் (நவம்பர் 14), இன்சுலின், லாங்கர்ஹான் திட்டுகள், குளுக்ககான், முதல் வகை / இரண்டாம் வகை நீரிழிவு வேறுபாடு, பாண்டிங்–பெஸ்ட், 1923 நோபல் பரிசு; முக்கிய நாள்கள். UPSC முதல்நிலை – நாளமில்லாச் சுரப்பிகள், ஹார்மோன்கள், தொற்றா நோய்த் திட்டங்கள்; முதன்மைத் தேர்வு GS-II (சுகாதாரம்) – தொற்றா நோய்ச் சுமை, முன்கூட்டிய பரிசோதனை.

வினாக்கள்

1. உலக நீரிழிவு நாள் நவம்பர் 14 அன்று கடைப்பிடிக்கப்படுவதற்குக் காரணம், அன்று யாருடைய பிறந்தநாள்?

A. சார்லஸ் பெஸ்ட்

B. ஃபிரெடெரிக் பாண்டிங்

C. ஜே.ஜே.ஆர். மெக்லியோட்

D. பால் லாங்கர்ஹான்ஸ்

2. பின்வரும் கூற்றுகளைக் கவனிக்கவும்:
1. கணையத்தின் லாங்கர்ஹான் திட்டுகளில் உள்ள பீட்டா செல்கள் இன்சுலினைச் சுரக்கின்றன.
2. குளுக்ககான் இரத்தத்தில் குளுக்கோஸ் அளவைக் குறைக்கிறது.
3. இரண்டாம் வகை நீரிழிவு முக்கியமாக இன்சுலின் எதிர்ப்பால் ஏற்படுகிறது; இதுவே மிகப் பரவலான நீரிழிவு வகை.
மேற்கண்ட கூற்றுகளில் சரியானவை எவை?

A. 1, 2 மட்டும்

B. 2, 3 மட்டும்

C. 1, 3 மட்டும்

D. 1, 2, 3 அனைத்தும்

விடைகள், விளக்கம்

1. **B) ஃபிரெடெரிக் பாண்டிங்** – ஃபிரெடெரிக் பாண்டிங் 1891 நவம்பர் 14 அன்று பிறந்தார். சார்லஸ் பெஸ்டுடன் இணைந்து 1921-இல் டொரன்டோவில் இன்சுலினைப் பிரித்தெடுத்தார்; 1923 உடலியல் / மருத்துவ நோபல் பரிசை ஜே.ஜே.ஆர். மெக்லியோடுடன் பகிர்ந்துகொண்டார். பால் லாங்கர்ஹான்ஸ் 1869-இல் தம் பெயரிலான கணையத் திட்டுகளை விவரித்தார்.

2. **C) 1, 3 மட்டும்** – கூற்று 2 தவறு: ஆல்ஃபா செல்கள் சுரக்கும் குளுக்ககான், கல்லீரலில் இருந்து குளுக்கோஸை விடுவித்து இரத்தக் குளுக்கோஸை உயர்த்துகிறது; பீட்டா செல்கள் சுரக்கும் இன்சுலின் அதைக் குறைக்கிறது. இன்சுலின் எதிர்ப்புடன் தொடர்புடைய இரண்டாம் வகை நீரிழிவே மிகப் பரவலானது.

Shanmugam IAS Academy – அடுத்த படி

- **வகுப்புகள்:** TNPSC குரூப் 1, 2 / 2A (Prelims + Mains), குரூப் 4, UPSC / IAS, வங்கி, SSC, SI – கோவை · மதுரை · ஆன்லைன் – https://www.shanmugamiasacademy.in/fees
- **நூல்கள் (PDF):** TNPSC PYQ நூல்கள், பொதுத் தமிழ் முழுமையான நூல், UPSC நூல்கள் – https://www.shanmugamiasacademy.in/study-materials
- **மேலும் இலவச PDF:** https://www.shanmugamiasacademy.in/free-pdf-download · இந்தப் பக்கம்: https://www.shanmugamiasacademy.in/knowledge-nugget/2026-11-14-world-diabetes-day

சேர்க்கைக்கு அழைக்க / WhatsApp: 99941 46662 · 99944 27714 · www.shanmugamiasacademy.in

SHANMUGAM IAS ACADEMY
www.shanmugamiasacademy.in
YOUR DREAM...! OUR RESPONSE...!