

Школа и дети с сахарным диабетом.

Что такое сахарный диабет?

- * Сахарный диабет – это болезнь, характеризующаяся хроническим повышением уровня сахара в крови (гипергликемией), развивающаяся в результате отсутствия или недостаточной секреции инсулина (1 тип), или уменьшение чувствительности клеток организма к инсулину (2 тип).

Симптомы сахарного диабета у детей.

- * Жажда
- * Снижение веса
- * Чрезмерное выделение мочи (более 2-3 литров в сутки)
- * Тяжелое течение инфекций
- * Повышенная утомляемость, неспособность концентрировать внимание.

Лечение диабета у детей.

- * Лечение диабета 1 типа – пожизненный контроль сахара крови, инъекции инсулина, диета и регулярные физические нагрузки.
- * Инсулин короткого действия (на еду) действие инсулина начинается сразу после инъекции, продолжается до 4 часов.
- * Инсулин длительного действия (базальный), продолжительность действия до 24 часов.

Критические ситуации при диабете. Гипогликемия.

Гипогликемия – снижения уровня сахара крови менее 3.9 ммоль/л.

Гипогликемия может развиваться если ребенок:

- Сделал инъекцию инсулина выбрав неправильную дозу (слишком большую).
- Пропустил или отложил на позднее время прием пищи или поел слишком мало.
- Получил значительную физическую нагрузку без приема углеводов.

Симптомы гипогликемии.

- * Чувство слабости.
- * Повышенная нервозность, волнение.
- * Агрессивность.
- * Тошнота
- * Обидчивость, смущение, плаксивость, смятение.
- * Ухудшение зрения и слуха.
- * Нарушение координации движений.
- * Дрожание рук и озноб.
- * Возможная потеря сознания.

Действия учителя:

- * Не пугаться! Действовать решительно!
- * При первых симптомах гипогликемии разрешить ребенку съесть конфету, бутерброд, печенье, выпить стакан сока.
- * При этих действиях состояние гипогликемии может не развиваться дальше, для закрепления достигнутого эффекта важно, чтобы ребенок выпил стакан сока, съел яблоко (все это должно быть в портфеле ученика- за этим должны следить родители).
- * Можно разрешить ученику выйти из класса и поесть в школьной столовой или медицинском кабинете, но обязательно отправить его с сопровождающим и убедиться, что у него есть еда.
- * Нет необходимости совсем отправлять ребенка домой, состояние гипогликемии обычно проходит через 10—15 мин. Если эта ситуация произошла в конце учебного дня, следует вызвать родителей или отправить ребенка домой с сопровождением после того как он поест.

- * Если ребенок потерял сознание, требуется немедленно вызвать «скорую помощь».
- * Ни в коем случае не надо вливать ребенку находящемуся без сознания сладкий чай, или иную жидкость- он может захлебнуться.
- * Для оказания неотложной помощи при гипогликемиях может использоваться Глюкагон в форме препарата ГлюкаГен ГипоКит.
- * ГлюкаГен – быстродействующий препарат, поэтому ребенок обычно сразу приходит в себя. В течении 10 мин после инъекции ребенка необходимо покормить-дать бутерброд, фруктовый сок, т.к. может повториться гипогликемия.

Как использовать ГлюкаГенГипоКит.

- * Снять пластиковый колпачок и защитный наконечник иглы со шприца. Проколоть иглой резиновую пробку флакона, содержащего ГлюкаГен и ввести во флакон всю жидкость, находящуюся в шприце.
- * Не вынимая иглы из флакона, осторожно встряхнуть флакон до полного растворения препарата ГлюкаГен и образования прозрачного раствора.
- * Необходимо убедиться, что поршень полностью задвинут вперед. Набрать весь раствор в шприц.
- * Выпустить из шприца воздух и сделать внутримышечную инъекцию.
- * ГлюкаГен ГипоКит должен быть у ребенка с собой или у медицинской сестры.

Следует также решить:

- * Где будут храниться сладости (сок, конфеты), если их не оказалось в портфеле ребенка.
- * Куда звонить в экстренном случае («скорая помощь»).
- * Как при необходимости срочно связаться с родителями.
- * Как правильно поступить если в школе нет медицинского работника.

Ситуация при высоком уровне сахара крови.

- * Эта ситуация у ребенка не так страшна как гипогликемия. Обычно высокий уровень сахара крови наблюдается в течение нескольких дней, если ребенок не контролирует гликемию, неправильно подобрана доза, отсутствуют «подколки» на еду. При этом ребенок много пьёт и часто мочиться, а следовательно часто отпрашивается с урока.

Необходимо помнить!

- * Ребенок с диабетом всегда должен иметь в легкодоступном месте при себе глюкозу (конфеты, сахар, сладкий напиток), особенно в классе во время спортивных соревнований, занятий физкультурой, во время игр и экскурсий.
- * Если вы являетесь классным руководителем, то ваша задача оповестить о заболевании вашего ученика других учителей, постарайтесь сделать так, чтобы к нему правильно относились взрослые и сверстники.
- * Если ребенку с диабетом нездоровиться, никогда не отправляйте его одного в медицинский кабинет или домой- только с сопровождением, если возникнет необходимость отправить его домой , убедитесь , что дома есть кто- то из взрослых.

- * Дети с диабетом, даже в малом возрасте , знают многое о своей болезни и особенностях её проявления. Поэтому если ребенок обращается к вам и говорит, что в отношении его нужно что-то предпринять, пожалуйста прислушайтесь к нему и примите правильное решение.
- * Бывает что ребенок с диабетом много пьёт. Это вызвано повышением уровня сахара крови. Не думайте, что он хочет пошутить над вами , когда жалуется на жажду или часто проситься выйти.
- * Дети с диабетом не должны стать объектом особого покровительства. Они должны выполнять все школьные правила наравне с другими детьми. Речь идет о дополнительной заботе о них. Вместе с тем они требуют ненавязчивого особого присмотра.

- * Жесткий контроль за течением диабета возможен лишь при балансе между дозой инсулина, питанием и физической нагрузкой. Однако даже у тех кто тщательно следит за этим балансом не исключены случаи внезапной гипогликемии и, наоборот резкого повышения сахара крови. Они часто нуждаются в психологической поддержке, должны чувствовать что не одиноки, а являются частью коллектива .
- * Постарайтесь сделать так, чтобы они принимали участие в большинстве школьных и классных мероприятий. Конечно это требует большого внимания и организационных хлопот, часто учителю проще запретить ребенку участвовать в походах, экскурсиях, соревнованиях. Но тогда ребенок остается один на один со своей болезнью, будет ограничен только рамками дома и семьи, а ему нужны такие жизненные ситуации, в которых он получал бы опыт, обеспечивающий ему способность самому справляться со своим недугом. Если запланирован поход или экскурсия можно пригласить родителей или родственников ребенка принять участие в этом мероприятии- они смогут помочь и учителю, и проконтролировать ребенка. Проявив терпение , внимание и такт, вы поможете вашему ученику адаптироваться к окружающему миру, не бояться болезни, а научиться управлять ею.