



INFORMATOR DLA RODZICÓW

INSTRUKCJA OBSERWACJI I POMOCY DZIECKU CHOREMU NA CUKRZYCĘ

Wśród dzieci przebywających i uczących się pod Państwa opieką są dzieci chorujące na cukrzyce. Gwałtowność zmian w samopoczuciu, jakie mogą niekiedy towarzyszyć cukrzycy młodzieńczej, wymagają pewnej znajomości choroby, aby szybko i właściwie pomóc.

CUKRZYCA MŁODZIEŃCZA - INSULINOZALEZNA

Cukrzyca młodzieńcza rozwija się jako konsekwencja znacznego, a następnie całkowitego braku insuliny, która jest wytwarzana przez trzustkę.

Następstwem niedoboru insuliny są objawy cukrzycy:

- narastające pragnienie
- częste oddawanie moczu
- chudnięcie
- osłabienie
- wysokie stężenie cukru we krwi i moczu
- szybkie pogarszanie się stanu zdrowia prowadzące do kwasicy ketonowej i śpiączki.

Warunkiem koniecznym, umożliwiającym przeżycie dzieciom z cukrzycą jest codzienne, wielokrotne wstrzykiwanie insuliny. Obniża ona stężenie cukru we krwi. Insulina ratuje życie, ale jest lekiem silnie działającym i jedynie poprawność prowadzenia leczenia w codziennych warunkach umożliwia dziecku normalną egzystencję.

Cukrzyca młodzieńcza jest chorobą nieuleczalną, można ją jedynie kontrolować. Dziecko i jego opiekunowie muszą być przygotowani do podejmowania codziennych decyzji dotyczących samokontroli polegających na:

- dostosowaniu dawki wstrzykiwanej insuliny w oparciu o wyniki kilkukrotnych badań w ciągu dnia krwi (moczu) za pomocą testów
- przestrzeganiu zasad żywienia w cukrzycy tzn. czasu i ilości spożywanych posiłków
- codziennie kontrolowanej aktywności fizycznej
- umiejętności udzielania pomocy w razie pogorszenia się stanu zdrowia i natychmiastowego ratunku w przypadku niedocukrzenia.

SYTUACJE ZAGRAŻAJĄCE ZDROWIU I ŻYCIU DZIECKA Z CUKRZYCĄ

Hiperglikemia – podwyższone stężenie cukru we krwi

W przypadku większego zapotrzebowania na insulinę (np. na skutek infekcji) dochodzi do znacznie podwyższonego stężenia cukru we krwi, pojawia się wówczas silne pragnienie, częste oddawanie moczu, złe samopoczucie, nudności oraz trudności w odbiorze lekcji. Dziecko po zbadaniu sobie stężenia glukozy powinno podać sobie dodatkową dawkę insuliny. Po zaobserwowanych objawach wskazane jest powiadomienie rodziców.

Hipoglikemia - niedocukrzenie

Objawy niedocukrzenia są spowodowane znacznym obniżeniem stężenia glukozy we krwi. Wspólna ich cechą jest nagłość występowania:

- nagłe osłabienie z niemożnością poruszania się,
- zblednięcie,
- drżenie rąk,
- zaburzenia widzenia,
- silny ból głowy,
- napady nieuzasadnionej złości, włącznie z agresją,
- zimne poty,
- niezrozumiały upór i niemożność nawiązania kontaktu, nielogiczne odpowiedzi na pytania,
- wyłączenie się z toku lekcji,
- zmiana charakteru pisma (bazgranie).

Jeśli w porę nie udzieli się pomocy może dojść do utraty przytomności.

PIERWSZA POMOC W PRZYPADKU NIEDOCUKRZENIA

Należy bezzwłocznie, również w czasie lekcji podać glukozę lub słodki napój, typu pepsa czy coca cola, bądź dobrze osłodzona herbata.

Dzieci z cukrzyca powinny mieć zawsze przy sobie glukozę. Dziecko z niedocukrzeniem w żadnym wypadku nie wolno odsyłać do domu bez opieki.

Gdy miną objawy niedocukrzenia należy zawiadomić rodziców, aby niezwłocznie zapewnili opiekę.

PRZYPADEK UTRATY PRZYTOMNOCI W CUKRZYCY

Konieczna jest natychmiastowa pomoc. Należy - ułożyć dziecko w pozycji bezpiecznej (tj. bocznej), dziecku wstrzyknąć **glukagon** (tj. zestaw ratujący dziecku życie). Zestaw ten dzieci chore na cukrzyce mają obowiązek nosić w torbach podręcznych.

PRZYCZYNY NIEDOCUKRZEŃ

Do niedocukrzeń dochodzi gdy:

- została wstrzyknięta za duża dawka insuliny,
- brak jest właściwego posiłku w wyznaczonym czasie,
- ma miejsce zbyt duża aktywność fizyczna.

Aby uniknąć niedocukrzeń, należy dopilnować, aby dziecko zjadło posiłek o właściwej porze (nawet podczas lekcji) i w odpowiedniej dla niego ilości. Częstymi przyczynami niedocukrzenia jest zagapienie się dziecka podczas przerwy i nie zjedzenie oddzielnie posiłku, skrepowanie obecnością innych dzieci (ciągle je), większa niż zazwyczaj aktywność fizyczna (dodatkowe zajęcia sportowe, wycieczka). Przed lekcją wychowania fizycznego dziecko powinno koniecznie spożyć dodatkowy posiłek. **Aktywność fizyczna wywiera zbawienny wpływ na stan zdrowia dzieci z cukrzycą** i nie powinny być pochopnie zwalniane z zajęć sportowych, dłuższych spacerów czy wycieczek szkolnych. Należy jednak pamiętać o dodatkowym posiłku. Jednak dzieci z cukrzycą nie mogą wykonywać ćwiczeń fizycznych wymagających nagłego, dużego wysiłku, ćwiczeń na wysokościach i po hipoglikemii. Wysilek powoduje obniżenie poziomu cukru we krwi, stąd konieczne jest, aby dziecko samo decydowało czy może wykonać dane ćwiczenie, czy musi w tym momencie coś zjeść, czy powinno przerwać ćwiczenia i odpocząć. W przypadku załabnięcia odradzane są dalsze ćwiczenia tego dnia.

Dzieci z cukrzycą są równie uzdolnione umysłowo i fizycznie jak ich zdrowi rówieśnicy. Nie potrzeba dla nich taryfy ulgowej – za wyjątkiem specjalnych chwil spowodowanych kiper lub hipoglikemią. Nawet lekkie stany niedocukrzenia zaburzają zdolność koncentracji i mogą spowodować znaczne obniżenie sprawności zarówno umysłowej jak i fizycznej. Proszę o uważną obserwację dzieci z cukrzycą. Aby ułatwić dzieciom przezwyciężenie uczucia obcości i kontrolę choroby proszę pedagogów o okazywanie dzieciom z cukrzycą dyskretnego, życzliwego zainteresowania, na co dzień i pomocy w chwilach krytycznych.

Pielęgniarka szkolna

Opracowanie: Jolanta Kowalska
Korekta: Jagoda Michalak
Zespół Szkół Integracyjnych im. Marii Grzegorzewskiej
ul. Tetmajera 7, 96-100 Skierniewice, tel/fax (0-46) 833-81-91
adres mailowy szkoły: zsi9@op.pl

strona Internetowa szkoły: zsi9.pl/