

# Сахарный диабет



**Сахарный диабет** - это такое состояние организма, при котором он не может вырабатывать достаточное количество инсулина. Когда инсулина не хватает, уровень глюкозы (сахара) крови значительно повышен. Ребенок часто пьет, много мочится, теряет энергетические запасы организма, худеет. Эти симптомы характерны для болезни в ранней ее стадии. Все дети, у которых выявлен диабет, нуждаются в ежедневных инъекциях инсулина, так как его нельзя принимать просто как лекарство или таблетку - он разрушается и не производит нужного действия.



# Действия учителя:

## Не пугаться! Действовать решительно!

- При первых симптомах гипогликемии разрешить ребенку выпить или съесть сладкий фруктовый сок (0,5 стакана) или съесть три кусочка сахара (конфеты), или печенье, или принять 3 таблетки глюкозы по 5 граммов.
- Для закрепления достигнутого эффекта важно, чтобы ребенок еще что-нибудь поел. Например, стакан молока и два печенья, яблоко, бутерброд (все это всегда должно быть в портфеле ученика - родители должны следить за этим). Можно разрешить ученику выйти из класса и поесть в школьной столовой, но обязательно отправить его с сопровождающим и убедиться, что у него есть еда.
- Если же ребенок потерял сознание, требуется немедленно вызвать "скорую помощь и связаться с родителями. Не надо пытаться влить ребенку, находящемуся без сознания, сладкий чай или иную жидкость - он может захлебнуться.



Если урок сдвоенный - следует дать возможность ребенку выйти.

Не закрывать класс на ключ, не убедившись, что ученик взял с собой завтрак;

Перед экскурсией надо проверить, есть ли у него в портфеле еда;

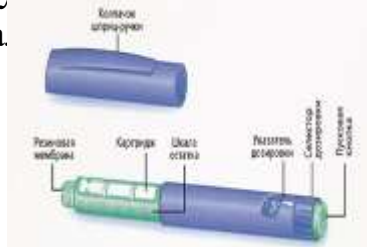
Учителю физкультуры - убедиться, что ученик поел перед уроком и после него.

Следует также решить вопрос о том, где будут храниться сладости (сок, конфеты и пр.), необходимые для выведения из состояния гипогликемии, если их не оказалось в портфеле ребенка

### **Как правильно поступить, если в школе нет в это время медицинского работника.**

В каждой школе организационные вопросы решаются по-своему:

- где-то, если постоянно работает медицинская сестра - он делает укол у нее в кабинете и обедает в школьной столовой (сладкий компот можно заменить несладким чаем);
- где-то ребенок делает укол в кабинете у классного руководителя (дети с диабетом пользуются специа. ли, кс ; использовании)



Если ребенок делает укол в школе, он должен в течении 30 минут после укола обязательно поесть, иначе может развиваться состояние тяжелой гипогликемии.

Во многих школах ребенок после 5-го урока уходит домой сделать укол и поесть, а потом возвращается в класс на 7, 8 уроки, в группу продленного дня, для участия в различных школьных мероприятиях.

Младшим школьникам просто нужно напоминать о времени еды, инъекции инсулина, следует успокоить и убедить, что все, что им требуется "по болезни", будет нормально воспринято учителем.

# Ситуации при высоком уровне сахара крови(гипергликемии)

- ▶ Причины повышения уровня сахара крови бывают разные:
  - малое количество инсулина - неправильно подобранная его доза;
  - любой стресс;
  - заболевание

При этом ребенок много пьет и часто мочится, а, следовательно, может в течение урока или нескольких уроков отпрашиваться в туалет. Важно понимать это его состояние и спокойно отнестись к нему, не раздражаясь и не акцентируя на этом внимание других учеников.

- ▶ Учитель участвует в организации адаптации ребенка с сахарным диабетом в школьном социуме и обеспечивает комфортное пребывание в обществе со здоровыми детьми.



# Ситуации при низком уровне сахара крови (гипогликемии):

## Может развиваться, если ребенок:

- сделал себе инъекцию инсулина, выбрав неправильную дозу (слишком большую);
- пропустил или отложил на позднее время прием пищи или поел слишком мало;
- получил значительную физическую нагрузку без дополнительного приема углеводов.

## Симптомы гипогликемии:



- ▶ - чувство слабости;



- ▶ - повышенные нервозность, волнение, агрессивность;



- ▶ - тошнота; сильная потливость;



- ▶ - обидчивость, смущение, плаксивость, смятение;



- ▶ - ухудшение зрения и слуха, нарушение координации движений, дрожание рук и озноб, возможная потеря сознания.