

Ребёнок с диабетом в учреждении образования
Инструктивный материал I уровня

Краткий обзор о диабете и первой помощи

В настоящее время известны различные типы диабета. Во всём мире наиболее распространён диабет 2 типа, который наблюдается у взрослых и зачастую именно у людей с избыточным весом. У детей диабет 2 типа диагностируют редко.

У детей и молодёжи наблюдается в основном сахарный диабет 1 типа, который является хронической аутоиммунной болезнью. Это означает, что иммунная система человека атакует производящие инсулин клетки, находящиеся в собственном организме, и уничтожает их. **Инсулин – это гормон**, который необходим человеку для нормальной жизнедеятельности, поскольку при помощи инсулина в теле происходит выработка энергии из глюкозы и с помощью инсулина организм держит в норме уровень сахара в крови. Поскольку в случае диабета поджелудочная железа не вырабатывает инсулина, то для нормальной деятельности обмена веществ она нуждается в ежедневном инсулинозамещающем лечении либо инъекциями инсулина, либо с помощью инсулинового насоса. К сожалению, на сегодняшний день ещё отсутствуют точные знания о причинах возникновения диабета, однако этим очень активно занимаются во всём мире.

Чтобы диабет ребёнка был под контролем, необходимо, вдобавок к **инъекциям инсулина**, неоднократно в течение дня **измерять уровень сахара в крови, есть здоровую пищу и заниматься спортом**. **Уровень сахара в крови** у ребёнка должен оставаться в течение целых суток в интервале **между 4,5 и 10 ммоль/л**. Слишком низкий уровень сахара в крови корректируют сладким питьём или едой и слишком высокий – инсулином.

Низкий сахар в крови (ниже 4 ммоль/л) требует незамедлительного действия. Симптомами могут быть слабость, усталость, головная боль, чувство голода, дрожь, бледность, потение. В случае подозрения нужно измерить уровень сахара в крови, если это невозможно, то **незамедлительно предложить ребёнку что-нибудь сладкое**:

- таблетки глюкозы;
- 0,5-1 стакан сока, лимонада или сахарной воды;
- мёд.

После приёма сладкого, примерно через 10-15 мин, ребёнку станет лучше. Если до следующего приёма пищи времени более 30 мин, дать ребёнку хлеба, печенья, батончик мюсли или молока.

Если симптомы низкого сахара в крови останутся незамеченными и **ребёнок не получит сладкого, положение может ухудшиться**, у ребёнка появляется сонливость, невнятность, потеря сознания и судороги. **Первая помощь:**

- Ребёнку в бессознательном состоянии нельзя давать питьё или класть в рот еду – опасность удушья
- Вызвать скорую помощь, сообщив, что вызов связан с больным диабетом ребёнком, потерявшим сознание
- Сделать внутримышечную инъекцию глюкагона (детсадовцы 0,5 мл, школьники 1 мл)
- Повернуть ребёнка на бок и удалить из рта остатки пищи в случае, если у ребёнка была рвота.

ВАЖНО ЗНАТЬ:

- **Заболевание диабетом 1 типа обуславливается не образом жизни и не питанием ребёнка, его никак нельзя ни предупредить, ни вылечить.**
- **Низкий сахар в крови требует незамедлительного действия – ребёнка нельзя оставлять без присмотра и отправлять куда-нибудь одного.**
- **В случае низкого сахара в крови нужно разрешить ребёнку сразу прервать все дела, чтобы попить или съесть чего-нибудь сладкого.**
- **Высокий сахар в крови не становится быстро опасным.**
- **Болеющий диабетом ребёнок хочет, чтобы к нему относились наравне с ровесниками.**