

Памятка для родителей обучающихся, имеющих диагноз

«Сахарный диабет»

1. Если Ваш ребенок имеет диагноз «Сахарный диабет» и для того, чтобы мы сделали период его пребывания в школе комфортным и безопасным, нам необходимо об этом знать. Сообщите администрации школы о состоянии здоровья ребенка и рекомендациях врача.
2. Проинформируйте о заболевании ребенка классного руководителя и администрацию образовательной организации.
3. Заведите и держите в доступном месте «Карточку больного сахарным диабетом», что необходимо для своевременного оказания неотложной медицинской помощи в случае развития коматозного (бессознательного) состояния.
4. Для создания специальных условий Вашему ребенку необходимо пройти обследование и получить заключение психолого-медико-педагогической комиссии, в котором будут указаны рекомендации Вашему ребенку по созданию образовательной организацией специальных условий с учетом его психофизического состояния здоровья.
5. Будет правильно, если Вы совместно с администрацией образовательной организации, классным руководителем, медицинским работником, закрепленным за образовательной организацией, определите алгоритм действий по созданию условий для организации образовательного процесса, питания и занятий физической культурой.
6. Напоминаем Вам о важности своевременного прохождения ребенком обследования врачей для определения сахара в крови.
7. Отправляя в школу ребенка, просим Вас убедиться, что у него есть все необходимое для предотвращения критической ситуации, связанной с заболеванием «Сахарный диабет».
8. Если Ваш ребенок изъявил желание заниматься дополнительным образованием, следует прислушаться к таким просьбам и позволить ему развиваться в различных направлениях.
9. У обучающегося с Сахарным диабетом всегда должна быть при себе или в портфеле карточка больного диабетом, сделанная в произвольной форме.

ПРИМЕРНЫЙ ОБРАЗЕЦ.

Помогите! Я болен диабетом!

1. *Если я без сознания или мое поведение неадекватно, прошу Вас срочно оказать мне помощь — мое состояние связано с болезнью.*
2. *Дайте мне сладкой жидкости или кусочек сахара (он лежит у меня в левом кармане).*
3. *Если после этого мне не стало лучше, убедительно прошу Вас вызвать «Скорую помощь».*
4. *Если я не могу глотать, прошу Вас незамедлительно вызвать «Скорую помощь».*
5. *Сообщите о моем состоянии моим близким. Их телефоны находятся на обратной стороне этой карточки:*

ФИО и телефон родителей:

ФИО и телефон врача:

6. *Типы и дозы получаемого инсулина.*

Что необходимо знать о сахарном диабете

Распространенность сахарного диабета по разным оценкам составляет 1-4 % населения, из них 3-8 % дети. Это заболевание характеризуется нарушением всех видов обмена веществ, в первую очередь, углеводного, в результате абсолютной или чаще относительной недостаточности инсулина в организме, и проявляется повышенным содержанием сахара в крови (гипергликемия) и моче (глюкозурия).

Диабет - хроническое заболевание, которое часто приводит к тяжелым осложнениям и инвалидности ребенка, что требует особой системы инсулинотерапии (до пяти уколов в день), многократных определений уровня сахара крови, режима питания и отдыха. Это значит, что такие дети нуждаются не только в дополнительной заботе при учебном процессе, но и при реабилитации и интеграции в окружающую среду.

Инсулин - химическое вещество (или гормон) - вырабатывается особыми клетками поджелудочной железы и циркулирует в крови, воздействуя на множество различных тканей организма. У здорового человека поджелудочная железа вырабатывает такое количество инсулина, которое необходимо для наилучшего усвоения пищи, растворимой в организме и поступающей в виде глюкозы в кровь. Когда инсулина не хватает, уровень глюкозы (или сахара) в крови сильно повышен. Ребенок часто пьет, много мочится, теряет энергетические запасы организма, худеет.

Разделяют два основных клинических типа диабета:

инсулинозависимый диабет (1 -й тип диабета или юношеский) характеризуется острым началом, склонностью к частому развитию кетоацидоза, ограниченностью выработки инсулина. Чаще этот тип диабета встречается у детей и юношей, однако возможен в любом возрасте;

инсулиннезависимый диабет (2-й тип, диабет взрослых, стабильный) протекает с минимальными обменными нарушениями, свойственными диабету. Как правило, больные обходятся без экзогенного инсулина, для компенсации углеводного обмена достаточно диетотерапии или сахароснижающих препаратов.

Критические ситуации при диабете. Гипогликемия.

«ГИПО» - это сокращенная форма слова «гипогликемия», означающего низкий уровень сахара в крови. Данный термин используют для выражения симптомов, развивающихся при значительном понижении сахара в крови.

«ГИПО» может развиваться если ребенок:

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

Допускать развитие гипогликемии очень опасно для жизни ребенка!

Симптомы «ГИПО»:

- чувство слабости, нервозность, волнение, агрессивность;
- сильная потливость, тошнота, обидчивость, смущение, плаксивость, смятение, ухудшение зрения и слуха, потеря координации движений;
- дрожание рук и внутреннее дрожание, потеря сознания.

Следует помнить, что у ребенка-диабетика обязательно в сумке или в карманах одежды должны быть сладости: сахар, конфеты-карамели, таблетки глюкозы, сок.

У разных детей симптомы «ГИПО» могут проявляться по-разному, но у каждого его собственные симптомы, как правило, повторяются неизменно.

Пожалуй, «ГИПО» - единственное тяжелое состояние, которое можно отнести к критическим и с которым учитель может столкнуться на уроке, во время занятий по трудовому обучению, физической культурой, на экскурсии.

О физической нагрузке обучающегося с ограничениями жизнедеятельности

Учитель физической культуры в образовательной организации должен иметь информацию об обучающихся, имеющих диагноз «Сахарный диабет».

Физические нагрузки обучающимся с ограничениями жизнедеятельности не запрещены, напротив, в умеренных объемах и под контролем спорт и физические упражнения показаны обучающимся с ограничениями жизнедеятельности.

Физические упражнения заставляют организм «сжигать» сахар быстрее, чем в обычной обстановке.

Детям, страдающим заболеванием «Сахарный диабет 1 тип», отнесенным к специальной медицинской группе, разрешаются занятия оздоровительной физической культурой по специальным программам, а также проведение регулярных самостоятельных занятий в домашних условиях по комплексам, предложенным врачом по лечебной физкультуре медицинской организации. Если уровень глюкозы в крови ниже 5,0 ммоль/л, или выше 14,0 ммоль/л, ребенок должен быть освобожден от физической нагрузки и заниматься теоретической подготовкой.