

ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Οδηγίες για τους Δασκάλους

Ο διαβήτης προέρχεται από την έλλειψη ινσουλίνης, πράγμα το οποίο με τη σειρά του προκαλεί άνοδο στο επίπεδο του σακχάρου στο αίμα. Το διαβητικό παιδί χρειάζεται θεραπεία με ενέσεις ινσουλίνης για να κατέλθει το επίπεδο του σακχάρου στο αίμα, και καλά ρυθμισμένη δίαιτα της οποίας το περιεχόμενο σε υδατάνθρακες είναι γνωστό.

ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙ ΠΡΕΠΕΙ -

- α) Να κάνει καθημερινά μία ή περισσότερες ενέσεις ινσουλίνης.
- β) Χρειάζεται ρυθμισμένα και υπολογισμένα γεύματα. Αυτά πρέπει να περιέχουν ένα σταθερό ποσό υδατανθράκων, σύμφωνα με τη δίαιτα που δόθηκε στο παιδί.
- γ) Χρειάζεται μικρές ποσότητες υδατανθράκων μεταξύ των γευμάτων, στο σχολικό διάλειμμα και κατά το απόγευμα.

ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙ ΔΕΝ ΠΡΕΠΕΙ -

- α) Με οποιοδήποτε τρόπο να είναι διαφορετικό από τα άλλα παιδιά σε ότι αφορά το τι μπορεί να επιτύχει.
- β) Να το εμποδίζετε να πάρει μέρος σε οποιαδήποτε σχετική δραστηριότητα, με την προϋπόθεση ότι πριν ή κατά τη διάρκεια της εντατικής δραστηριότητας, το παιδί θα πάρει επιπρόσθετη ποσότητα τροφών που περιέχουν υδατάνθρακες.

ΤΟ ΔΙΑΒΗΤΙΚΟ ΠΑΙΔΙ ΙΣΩΣ -

Παρουσιάζει ενδείξεις (που δίνουμε στη συνέχεια) ότι το επίπεδο του σακχάρου στο αίμα είναι πολύ χαμηλό (υπογλυκαιμία). Στην περίπτωση αυτή η θεραπεία είναι να του δοθεί ζάχαρη ή γλυκόζη. Αν υπάρχει αμφιβολία σχετικά με τις ενδείξεις και/ή συμπτώματα του παιδιού, είναι φρόνιμο να ενεργήσετε σαν να επρόκειτο για υπογλυκαιμία. Αν το ποσοστό του σακχάρου στο αίμα είναι ψηλό ή κανονικό, η άνοδος που θα προκαλέσει η γλυκόζη θα είναι πολύ μικρή για να κάμει ζημιά, το παιδί όμως θα αντιδράσει γρήγορα αν αποδειχθεί ότι πραγματικά επρόκειτο για υπογλυκαιμία.

ΤΑ ΠΡΩΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ μπορεί να είναι ένα ή περισσότερα από τα ακόλουθα :-

1. Ασυνήθιστη έλλειψη συγκέντρωσης και αργότερα απάθεια ή υπνηλία.
2. Ασυνήθιστη χλωμάδα.
3. Ίδρωτας σε όλο το σώμα.
4. Αδικαιολόγητο πείσμα, ασάφεια και ανικανότητα σε απαντήσεις ερωτήσεων.
5. Ασυνήθιστη δυσκολία στην ανάγνωση και ίσως στην ομιλία.
6. Το παιδί κλαίει με ευκολία χωρίς πραγματικό λόγο.

Το παιδί μπορεί να παραπονηθεί ότι νιώθει πείνα, ρίγος, πόνους στο στομάχι, μούδιασμα και φαγούρα στη γλώσσα και στα χείλη, διπλή όραση, πονοκέφαλο, λιποθυμία ή υπνηλία, μερικές φορές συμβαίνει να κάνει εμετό.

Συνεχ.

Αν παραμελήσετε τα συμπτώματα αυτά, σε επόμενα στάδια μπορεί να συμβούν σπασμοί και κώμα. Αν ενεργήσετε έγκαιρα, το παιδί θα συνέλθει γρήγορα και θα είναι σε θέση να επιστρέψει στην τάξη.

ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ

Οι περισσότερες αντιδράσεις μπορούν να φθάσουν μόνο στα πρώτα στάδια. Το παιδί μπορεί να είναι σε θέση να προβλέψει την υπογλυκαιμική αντίδραση και να πάρει γλυκό ή δύο κουταλάκια ζάχαρη με ή χωρίς νερό. Αν όμως όχι, τότε δώστε του εσείς ζάχαρη αμέσως. Προσέχετε το παιδί και φροντίστε να πάρει πιο στερεά τροφή (μπισκότα, φρούτα, σάντουιτς) μόλις αρχίσει να συνέρχεται. Η υπογλυκαιμία συμβαίνει συχνά πριν τα γεύματα ή αν υπάρξει καθυστέρηση στη λήψη τροφής. Επομένως δεν πρέπει να εμποδίζετε το διαβητικό παιδί να παίρνει το γεύμα του ή να παίρνει κάποτε-κάποτε κύβο ζάχαρης ή καραμέλλα στην τάξη.

Αν η υπογλυκαιμική αντίδραση έχει φθάσει σε πιο προχωρημένο στάδιο και το παιδί βρίσκεται σε κωματώδη κατάσταση, τότε ζητείστε ιατρική βοήθεια. **ΠΟΤΕ ΜΗ ΔΙΝΕΤΕ ΥΓΡΑ ΣΕ ΕΝΑ ΠΑΙΔΙ ΠΟΥ ΕΙΝΑΙ ΣΕ ΚΩΜΑΤΩΔΗ ΚΑΤΑΣΤΑΣΗ.**

Αν το διαβητικό παιδί είναι άρρωστο μη το αφήνετε να πηγαίνει μόνο του στο σπίτι. Θα ήταν χρήσιμο ο δάσκαλος να έχει μαζί του λίγους κύβους ζάχαρη.

Ζητάτε από τους γονείς να σας προμηθεύουν είτε με ζάχαρη είτε με μπισκότα για να τα χρησιμοποιείτε σε υπογλυκαιμικές αντιδράσεις.

ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΑΡΑΤΗΡΗΣΕΙΣ

- Ο δάσκαλος μπορεί να είναι σε θέση να βοηθήσει τις ιατρικές αρχές αν υποπτεύεται οποιαδήποτε έλλειψη σε ότι αφορά την υγιεινή στο σπίτι του διαβητικού παιδιού.
- Το παιδί (ή οι γονείς) θα έχουν ένα φυλλάδιο με τη δίαιτα του παιδιού (τους δίδεται κατά την πρώτη επίσκεψη στο ιατρείο). Είναι πολύ επιθυμητή η συνεργασία με την υπηρεσία του σχολικού συσσιτίου (όπου υπάρχει αυτό) ώστε το διαβητικό παιδί να παίρνει τη σωστή ποσότητα και τη σωστή ποιότητα τροφής.
- Κάποτε τα παιδιά (ή οι γονείς) ανησυχούν για την παρουσία στην τάξη παιδιών που παρουσιάζουν ιατρικά προβλήματα. Τα παιδιά στην πραγματικότητα βοηθούν το ένα το άλλο, αν καταλάβουν από την αρχή ποια είναι τα ιατρικά προβλήματα.

ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΙ

Στα διαβητικά παιδιά μπορούν να γίνονται τα ίδια εμβόλια όπως και στα άλλα παιδιά.

ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Δεν χρειάζονται οποιεσδήποτε ειδικές διευθετήσεις για τους διαβητικούς και δεν παρουσιάζονται προβλήματα με τα τοπικά αναισθητικά. Αν χρειάζεται γενική αναισθησία συμβουλευτείτε τον ιατρό.