



KAI VAIKAS SERGA 1 TIPO CUKRINIŲ DIABETU



1 tipo cukrinis diabetas išsivysto kasai nustojus gaminti insuliną, kuris svarbus maisto įsisavinimui, energijai, gyvybei.

Liga neužkrečiama ir neišgydoma, bet kontroliuojama nuolat stebint gliukozės kiekį kraujyje, vertinant valgomo maisto energinę vertę ir leidžiant insuliną.

1 tipo cukrinis diabetas kontroliuojamas:



nuolat stebint gliukozės kiekį kraujyje matuokliu arba jutikliu (saugios ribos 4–10 mmol/l)



leidžiant insuliną švirkštikliu ar insulino pompa (prieš valgant arba esant aukštai glikemijai)



Vaikui būtina turėti galimybę saugiai pasimatuoti gliukozės kiekį kraujyje, susileisti insulino, pavalgyti.

Vaikas su savimi visada privalo turėti išmanųjį telefoną, laikrodį ir insulino pompą (jei naudojama). Visi šie įrenginiai gali skleisti garsus.

Jis gali dalyvauti fizinėje veikloje kartu su kitais vaikais.

Mitybą, priežiūrą, insulino dozes (jos kiekvienam vaikui individualios) būtina aptarti ir suderinti su vaiko tėvais ar globėjais.

SVARBU

1. Jei pastebite vaiko išvaizdos ar elgesio pokyčius, paraginkite ir padėkite pasimatuoti gliukozės kiekį kraujyje.
2. Jei gliukozės kiekis kraujyje per mažas, nedelsdami imkitės veiksmų, nurodytų toliau.
3. Kai yra mažas gliukozės kiekis kraujyje, nepalikite vaiko vieno ir neišleiskite namo be suaugusiųjų palydos. **JOKIU BŪDU NELEISKITE INSULINO** ir neveskite vaiko į kitą vietą! Judėjimas mažina gliukozės kiekį kraujyje.
4. Net ir paaugliams gali prireikti pagalbos, jei jų gliukozės kiekis kraujyje per mažas.
5. Vaikui apalpus kvieskite greitąją medicinos pagalbą telefono Nr. 112.

KĄ DARYTI, KAI GLIUKOZĖS KIEKIS DIDELIS ARBA MAŽAS

GLIUKOZĖS KIEKIS KRAUJYJE, mmol/l

JŪSŲ VEIKSMAI

>14

- neleisti fizinės veiklos
- duoti stiklinę vandens
- skambinti tėvams aptarti insulino dozę glikemijai koreguoti
- nepalikti vaiko vieno
- blogėjant vaiko savijautai kviesti greitąją med. pagalbą tel. Nr. 112

10–14

- imtis su vaiko tėvais suderintų veiksmų

6–10

- leisti dalyvauti įprastinėje veikloje

4–5

- neleisti dalyvauti fizinėje veikloje arba nedelsiant ją nutraukti, išskyrus atvejus, kai sensorius rodo gliukozės kiekio didėjimą
- jei jutiklio duomenys rodo žemėjančią tendenciją, duoti 5 g angliavandenių
- jei per 15 min. glikemija nepakyla, duoti dar 5–10 g angliavandenių

<4

- pranešti tėvams
- duoti 5–15 g angliavandenių (3–5 gliukozės tabletės arba pusė stiklinės sulčių)
- jei vaikas naudoja insulino pompą, atjungti nuo kūno, kol gliukozės kiekis kraujyje pakils iki 5 mmol/l, arba elgtis taip, kaip nurodė tėvai
- pranešti tėvams
- nepalikti vaiko vieno
- jei per 15 min. glikemija nepakyla, duoti dar 5–10 g angliavandenių
- vaikui apalpus kviesti greitąją med. pagalbą tel. Nr. 112

PRIEŠ FIZINĮ AKTYVUMĄ BŪTINA vaikui pamatuoti gliukozės kiekį kraujyje:

- ✓ jei gliukozės kiekis daugiau nei 14 mmol/l, fizinė veikla neleidžiama;
- ✓ jei gliukozės kiekis mažiau nei 7 mmol/l ar kita su tėvais aptarta riba, reikia duoti maisto, kuriame yra 5–15 g angliavandenių (pvz., gliukozės tablečių, pusę stiklinės sulčių, 1–3 čilpjamuosius saldinius, sausainį, obuolį ar kitą vaisių).

Iš anksto aptarkite su vaiko tėvais ar globėjais, kaip elgtis sumažėjus ar padidėjus gliukozės kiekiui kraujyje.

Atėū, kad padedate ir esate žalia!

Atmintinės el. versija ir daugiau informacijos:

<https://dia-iq.lt/atmintine-mokytojams/>