

Краткие сведения о диабете и первой помощи

В настоящее время известны различные типы диабета. Во всём мире наиболее распространён диабет 2-го типа, который наблюдается у взрослых. Часто это люди с избыточным весом. У детей диабет 2-го типа диагностируют редко.

У детей и подростков встречается в основном сахарный диабет 1-го 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 крови. При диабете 1-го типа поджелудочная железа не вырабатывает инсулин, и поэтому для поддержания нормального обмена веществ она нуждается в ежедневном инсулинозамещающем лечении либо инъекциями инсулина, либо с помощью инсулиновой помпы. К сожалению, на сегодняшний день ещё неизвестны точные причины возникновения диабета, однако этим вопросом очень активно занимаются во всём мире.

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

Низкий сахар крови (ниже 4 ммоль/л) требует незамедлительной корректировки. Симптомами низкого сахара могут быть слабость, усталость, головная боль, чувство голода, дрожь, бледность, потение. В случае подозрения на низкий сахар необходимо измерить уровень сахара крови, а если это невозможно, то **незамедлительно предложить ребёнку что-нибудь сладкое**, например:

- 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 осталось ждать более 30 мин, следует дать ребёнку кусок хлеба, печенья, батончик мюсли или стакан молока.

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

Ребёнок с диабетом в образовательном учреждении
Инструктивный материал I уровня

- Ребёнку в бессознательном состоянии нельзя давать питьё или класть в рот еду – существует опасность удушья.
- Следует вызвать скорую помощь, сообщив, что вызов связан с больным диабетом ребёнком, потерявшим сознание.
- Нужно сделать внутримышечную инъекцию глюкагона (дошкольникам 0,5 мл, школьникам 1 мл).
- Следует повернуть ребёнка на бок и удалить изо рта остатки пищи в случае, если у ребёнка была рвота.

ВАЖНО ЗНАТЬ:

- **Заболевание диабетом 1-го типа вызвано не образом жизни и не питанием ребёнка. При современном состоянии медицины диабет нельзя ни предупредить, ни вылечить.**
- **Низкий сахар крови требует незамедлительного действия – ребёнка нельзя оставлять без присмотра или отправлять куда-либо одного.**
- **В случае низкого сахара крови нужно разрешить ребёнку сразу прервать все дела, чтобы выпить или съесть что-нибудь сладкое.**
- **Высокий сахар крови не становится опасным моментально.**
- **Ребёнок с диабетом хочет, чтобы к нему относились так же, как к его ровесникам.**