

# 10 stvari koje bi učitelji učenika oboljelog od dijabetesa tip 1 trebali znati

Ako Vaš učenik boluje od dijabetesa tip 1 znači da njegovo tijelo ne proizvodi inzulin koji je potreban za pretvaranje šećera u energiju. Osobe oboljele od dijabetesa tip 1 moraju dobivati injekcije inzulina ili biti spojene na inzulinsku pumpu kako bi preživjele.

**Važna informacija: Hrana podiže razinu šećera u krvi. Vježbanje i aktivnost snižavaju razinu šećera u krvi.**

## 1 Inzulinska pumpa ili pen nije lijek

Vrlo je teško imati dijabetes. Moji šećeri će varirati svakodnevno jer kod dijabetesa tipa 1 ne postoji "idealna kontrola bolesti". Molim Vas, budite strpljivi dok se borim s niskim i visokim razinama šećera u krvi.

## 2 Nosim super cool pametne sprave koje mi pomažu da ostanem živ

Moja inzulinska pumpa i/ili kontinuirani mjerač šećera u krvi možda izgledaju kao najnoviji iPod ili mobitel – neki alarmi možda čak i zvuče kao zvono. Molim Vas, nemojte mi ih oduzeti – time biste ugrozili moje zdravlje.

## 3 Ponekad moram jesti pod nastavom

Ako mi je šećer nizak to je HITNA SITUACIJA i zato kod sebe uvijek moram imati bombone dekstroze i nešto za pojesti (sendvič, kekse...). Ako mi šećer padne ne vodite me nigdje po pomoć jer bi to moglo biti prerizično bez prethodnog uzimanja brzodjelujućeg šećera (dekstroze).

## 4 Možda nisam dovoljno hrabar da naglas govorim o tome kako se osjećam

Nije mi uvijek lako ni ugodno govoriti Vam da mi nije dobro i da mi je šećer visok ili nizak. Moram se odgovorno brinuti za dijabetes i zato mi je važno znati da se i Vi brinete za mene.

## 5 Trebam Vašu hitnu pažnju kad Vam kažem da mi je pao šećer

Možda će mi trebati i Vaša pomoć. Molim Vas da mi date dekstrozu i nešto za pojesti ili da mi dozvolite da odmah provjerim razinu šećera u krvi. Nemojte me ostaviti samog i ne šaljte me van samog. Moje tijelo i mozak neće funkcionirati dobro i mogu otići na krivo mjesto ili se onesvijestiti u hodniku. Također, ne mogu dovršiti pisanje testa ili školskog rada dok se razina mog šećera ne normalizira.

## 6 Kad mi je šećer visok, često idem na WC

Ovo se neće promijeniti, bez obzira na to koliko godina imam. Molim Vas, budite strpljivi ako moram nekoliko puta tijekom dana ići na WC. To obično znači da mi je šećer visok i da moje tijelo normalno reagira kako bi izbacilo višak glukoze. Tada moram i više piti kako bih pomogao bubrezima u tom poslu.

## 7 Molim Vas, nemojte me zvati dijabetičarom

Dozvolite mi da budem TKO jesam, a ne da me definira moja bolest.

## 8 Ako nisam koncentriran na nastavu ili ne pratim upute, možda moram provjeriti razinu šećera u krvi

Molim Vas, nemojte misliti da moj manjak poslušnosti ili suradnje ima bilo kakve veze s mojom "zločestoćom". Ako primijetite da sam dekoncentriran ili da se čudno ponašam, diskretno mi sugerirajte da si izmjerim šećer.

## 9 Hvala Vam što imate strpljenja za prekide nastave tijekom sata

Provjeravanje razine šećera u krvi više puta dnevno, podešavanje količine primljenog inzulina i saniranje niskih i visokih šećera može biti vrlo zamorno. Vaše razumijevanje tijekom tih prekida nastave učinit će mi školovanje jednostavnijim i neću se osjećati kao teret Vama i cijelom razredu.

## 10 Neki dani su kao "tobogan smrti" u izmjenjivanju visokih i niskih šećera

Događaju se i dani kad se izmjenjuju niski i visoki šećeri. Kad se to dogodi, osjećam se užasno. Osjećaj je sličan onome kad imate gripu ili kad se napijete. Molim Vas da to uzmete u obzir.

**Hvala!**