

Dijabetes u školskoj klupi

INFORMACIJE ZA NASTAVNIKE

1 Djeca sa dijabetesom **ne razlikuju** se od ostale djece i to je posljednja stvar koju dijete želi osjetiti, da je "drugačiji". Oni **nisu** djeca sa posebnim potrebama i njima je potrebno pružiti samo **malo više pažnje** u određenim situacijama.

Edukacija je ključ – tada će dijete biti sigurno i prihvaćeno u školi, bez razlike, kao i sva druga djeca.

2 Posebnu pažnju nastavnici trebaju posvetiti u situaciji kada dolazi do pada šećera (**hipoglikemija**). Ona nastupa brzo i u kratkom vremenskom periodu može doći do gubitka svijesti. Znaci hipoglikemije su:



DRHTAVICA



ZNOJENJE



ANKSIOZNOST



VRTOGLAVICA



GLAD



PALPITACIJE



SMETNJE VIDA



UMOR I POSPANOST



GLAVOBOLJA



RAZDRAŽLJIVOST

U toj situaciji potrebno je djetetu dati sok ili tabletu za podizanje šećera (dekstrozu). Ako se to često događa treba obavijestiti roditelja.

3 Djeca sa dijabetesom moraju uvijek imati dostupnu hranu, sok ili dekstrozu da bi se spriječila hipoglikemija. Potrebno je razumijevanje i podrška u situaciji kada dijete usred sata osjeti pad šećera. U tom slučaju mora se **REAGIRATI ODMAH** i ne smije se čekati kraj sata! Važno je zapamtiti da dijete ima pravo usred sata izmjeriti šećer i uzeti određenu količinu hrane, ukoliko je to u tom trenutku potrebno.

4 Neka djeca nose na sebi senzore za kontinuirano mjerenje nivoa šećera u krvi, a neka imaju na sebi i inzulinsku pumpicu. Ti aparati često se zvučno oglašavaju i možda izgledaju kao mobilni telefon, ali nisu igračke i nemojte im ni slučajno oduzeti iste. Na njima se ne igraju, oni im čuvaju život!



5 Neka djeca ručaju u školi i njih je potrebno pustiti da izmjere šećer i daju sebi inzulin za vrijeme sata. Ako dijete zatraži pustite ga da izađe iz razreda, ali ako mu je šećer nizak **NIKAD** ga ne puštajte samog, čak ni do wc-a. Može se u trenu onesvijestiti!

6 Sport i satovi tjelesne i zdravstvene kulture su dozvoljeni, potrebni i jako važni za djecu s dijabetesom. Pri planiranoj dužoj, intenzivnoj fizičkoj aktivnosti potreban je unos ugljikohidrata prije, za vrijeme i poslije aktivnosti. Dovoljna je kratka pauza usred sata da bi dijete popilo sok ili uzelo određenu količinu ugljikohidrata ako je to potrebno.

7 Jedno pakiranje dekstroze ili glukoznog gela je potrebno uvijek imati kod nastavnika, u učionici, a posebno kod nastavnika tjelesne i zdravstvene kulture ili u dvorani. Dijete sa dijabetesom je naučeno da sa sobom nosi dekstrozu ili sok, ali zbog sigurnosti potrebno je da i škola u navedenim prostorima ima zalihu za svaki slučaj.

8 **GlukaGen** injekcija je potrebna i **obavezno mora biti dostupna u školi**. Jedna je pohranjena u hladnjaku u kuhinji, a druga u ormariću prve pomoći. Injekcija se koristi pri teškim hipoglikemijama kada dijete izgubi svijest i nije u mogućnosti uzeti dekstrozu ili sok.

Jednostavna je za davanje, može ju dati i laik, a kratke upute nalaze se u kutijici sa injekcijom. Prema stručnom mišljenju HZJZ glukagon se **može i mora** dati od strane nastavnog osoblja djetetu u potrebi.



9 Za dogovor oko izleta, maturalca ili ako su vam potrebne dodatne informacije u vezi sa dijabetesom kod djece budite slobodni i nazovite roditelje ili djetetovog liječnika endokrinologa za sve što vas zanima na telefon u prilogu.

Timski rad: dijete – obitelj – doktor – škola, daje odlične rezultate.

VAŽNI TELEFONI

RODITELJI : _____

DEŽURNI RODITELJ: _____

DOKTOR: _____

HITNA POMOĆ: _____