

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО САДА НА ТЕМУ: «ПРОФИЛАКТИКА САХАРНОГО ДИАБЕТА У ДЕТЕЙ»

Особенности сахарного диабета у детей

Сахарный диабет у детей может быть двух типов – 1 тип, наиболее частый (прежнее название – инсулинозависимый) и 2 тип (инсулиннезависимый). По статистике, большинство малышей, страдающих диабетом, имеют низкий уровень инсулина в крови и 1 тип сахарного диабета. Он развивается у детей с генетической предрасположенностью после перенесенной вирусной инфекции.

Когда в крови повышается уровень сахара, почки перестают всасывать глюкозу из мочи в кровь, поэтому сахар появляется в моче. Ребенок начинает больше пить, мочи становится больше, и малыш начинает чаще бегать в туалет. Поджелудочная железа начинает вырабатывать меньше инсулина, что приводит к недостаточному усвоению глюкозы организмом. Вот и получается, что при повышенном содержании глюкозы в крови, она так и не поступает к клеткам, организм голодает, ребенок хуеет и ослабевает.

Существует ряд факторов, которые способствуют развитию у ребенка сахарного диабета. Самое основное – это наследственность. Если один из родителей или родственников малыша страдает сахарным диабетом, риск того, что болезнь появится и у ребенка, существенно возрастает. Но не стоит переживать заранее. Болезнь родителей совсем не означает 100% вероятность появления диабета у сына или дочери. Не надо изначально запугивать ребенка и следить за каждым его шагом. Хотя все же не помешает более внимательно относиться к возможному появлению у него симптомов болезни.

Кроме того, в любом случае полезно было бы поберечь здоровье малыша и постараться оградить его от острых вирусных заболеваний. Так как болезни играют далеко не последнюю роль в развитии сахарного диабета. Еще одним важным фактором является масса ребенка при рождении. Если она превышала 4,5 кг, ребенок входит в группу риска заболевания сахарным диабетом. И, наконец, на появление диабета влияет ряд факторов, связанных со снижением общего иммунитета у малыша, нарушением обмена веществ, ожирением и гипотиреозом. Все это может сказаться на здоровье ребенка и привести к развитию у него сахарного диабета.

Признаки сахарного диабета у детей

При наличии перечисленных факторов риска, у ребенка возможно развитие скрытой формы сахарного диабета. Болезнь протекает бессимптомно. Только родители, которые сами страдают сахарным диабетом, или врачи могут заметить первые признаки сахарного диабета у ребенка. У малыша резко меняется аппетит: он начинает постоянно кушать, не может долго продержаться без еды. Или наоборот, начинает без причины отказываться от пищи. Кроме того, ребенка

постоянно мучает жажда. Он пьет, и пьет... А потом ночью может мочиться в кровать. Малыш начинает худеть, постоянно сонный, вялый, раздражительный. Когда болезнь прогрессирует, у ребенка появляется тошнота, рвота и боль в животе. Чаще всего именно на этой стадии родители обращаются к доктору. А бывает и так, что ослабленного ребенка в больницу привозит уже скорая помощь, и врачам приходится бороться за его жизнь.

Именно поэтому крайне важно выявить сахарный диабет как можно раньше, на более легкой стадии. Как же родители могут понять, что у их ребенка начинается диабет? Существуют несколько особых признаков – повышенная потребность в сладком, когда клетки только начинают недополучать глюкозу и сигнализируют о ее недостатке. Ребенок начинает плохо переносить перерывы между приемами пищи. А когда кушает, у него вместо прилива сил возникает чувство усталости и слабости. При любых подозрениях на развитие болезни обращаться к эндокринологу. Врач обследует ребенка, и если окажется, что работа его поджелудочной железы действительно нарушена, Вам придется принимать меры по замедлению прогрессирования болезни и сохранению здоровья малыша.

Диагностика сахарного диабета у детей

Современная медицина владеет множеством быстрых и точных методов диагностики сахарного диабета. Чаще всего для диагностики заболевания проводят исследование уровня сахара в крови натощак и через 2 часа после приема глюкозы. Уровень глюкозы натощак в норме должен составлять от 3.3 до 5.5 ммоль/л. Если же в крови глюкозы натощак больше, чем 8 ммоль/л, или с нагрузкой более 11 ммоль/л, это свидетельствует о развитии сахарного диабета. Кроме анализа крови достаточно информативным является и анализ мочи на содержание сахара, а также исследование ее удельного веса, который повышается при диабете.

Современные методы обследования позволяют диагностировать диабет до развития повышения сахара крови. Для этого используют специальные тесты на антитела к бета-клеткам. Данные клетки продуцируют инсулин, и при высоком титре антител к ним можно предположить о начале сахарного диабета.

В домашних условиях, при подозрении на развитие диабета, возможно проводить контроль сахара крови в течение дня, до приема пищи и через 2 часа после инъекции инсулина, перед физической нагрузкой. Это удобно делать с помощью глюкометра. При повышении уровня сахара необходимо обратиться к врачу для проведения обследования и диагностики. Показания глюкометра не являются основанием для диагноза диабета, но позволяют своевременно нацелиться на диагностику.

Лечение сахарного диабета у детей

Лечение диабета у детей предполагает соблюдение режима питания, а также применение препаратов, инсулина. Проводится в условиях эндокринологического отделения. Врач может прописать для малыша курс витаминотерапии,

ангиопротекторов, гепатотропных и желчегонных средств. Важным моментом является обучение. Диабет, при правильном питании и лечении, не ограничивает возможности для будущего ребенка. При отсутствии соблюдения диеты, неадекватном лечении – развитие осложнений диабета резко влияет на развитие ребенка, психику, профессиональные возможности. Поэтому очень важно при выявлении сахарного диабета обучиться и соблюдать режим питания, проводить назначенное лечение и КОНТРОЛИРОВАТЬ ДОСТИЖЕНИЕ КОМПЕНСАЦИИ (нормального уровня глюкозы крови) САХАРНОГО ДИАБЕТА

Родители обязательно должны считать объем углеводов (удобно в хлебных единицах – ХЕ), которые потребляет ребенок при каждом приеме пищи. На завтрак он должен получать около 30% суточной нормы углеводов, на обед – 40%, на полдник и ужин – 10% и 20% соответственно. Малыш не должен потреблять более 400 граммов углеводов в сутки. Вся диета должна быть разработана и согласована с лечащим врачом. Обучение правилам учета углеводов, составления рациона питания, правилам инъекции инсулина и приема таблетированных препаратов проводится в эндокринологическом отделении.

Родители обязательно должны обеспечить ребенку сбалансированное питание, исключить переедание, вести здоровый образ жизни, укреплять детский организм физическими упражнениями и закаливанием. Важно исключить из рациона сладости, избыточное потребление мучных изделий и продуктов с высоким содержанием углеводов.

Необходимо, чтобы о наличии сахарного диабета знали воспитатели и преподаватели в детском саду, школе, а также эндокринолог в Вашей участковой больнице. Если у ребенка вдруг случится гипогликемия, ему должны быстро оказать помощь. Но Ваша осведомленность и бдительность – это уже первый шаг на пути к своевременной профилактике осложнений сахарного диабета у ребенка.

Профилактика сахарного диабета у детей

Если ребенок относится к группе риска, его обязательно нужно раз в полгода обследовать у эндокринолога.

Часто появление сахарного диабета у склонных к нему детей провоцируют инфекционные заболевания. Поэтому очень важно избегать опасных инфекционных болезней, вовремя проводить вакцинацию, стараться не переохлаждать ребенка, и периодически обследовать состояние его иммунитета.

При любых подозрениях на сахарный диабет в домашних условиях с помощью глюкометра возможно безболезненное измерение сахара крови натощак и 2 часа после еды. Показания глюкометра не являются основанием для диагноза, но позволяют вовремя обратиться к врачу при глюкозе крови натощак более 5,5 ммоль\л или более 7,8 ммоль\л 2 часа после еды.