Консультация для родителей

«Сахарный диабет у детей»

Сахарный диабет представляет собой хроническое эндокринное заболевание, для которого характерно длительное повышение концентрации глюкозы в крови. Это приводит к нарушениям обменных процессов в организме и ряду изменений в работе органов.

Различают сахарный диабет 1 типа и сахарный диабет 2 типа. У детей чаще всего встречается сахарный диабет 1 типа, инсулинозависимый диабет, при котором в крови отмечается резкое повышение уровня глюкозы в результате недостатка инсулина.

Инсулин – это гормон, который вырабатывает поджелудочная железа для контроля уровня сахара крови. Именно инсулин способствует попаданию глюкозы из крови в клетки организма малыша, обеспечивая их энергией. «Излишки» сахара организм запасает в виде гликогена в печени.

Если поджелудочная железа не может производить достаточное количество инсулина, клетки организма теряют способность усваивать глюкозу. В итоге, она накапливается в крови, вызывая симптоматику сахарного диабета.

Причины сахарного диабета

Сахарный диабет 1 типа возникает в результате разрушения бета-клеток поджелудочной железы. Оставшиеся клетки не справляются с задачей – они

физически не могут выработать столько инсулина, сколько организму ребенка требуется для «переработки» глюкозы.

До сих пор достоверно не доказаны причины сахарного диабета, но установлены механизмы, которые могут запустить патологический процесс разрушения бета-клеток, это:

• вирусные инфекции (краснуха, ветряная оспа, эпидемический паротит и др.), в том числе и перенесенные матерью во время беременности;
• хронический или острый панкреатит;
• хронические стрессы;
• онкологические заболевания;
• аутоиммунные заболевания.

Важную роль в развитии заболевания играет наследственная предрасположенность к инсулинозависимому диабету.

Симптомы сахарного диабета

Для сахарного диабета обоих типов характерны частые, обильные мочеиспускания, особенно в ночное время. При этом моча ребенка может иметь характерный запах ацетона или прелых яблок. Также обращает на себя внимание постоянная жажда и неукротимый голод. Кроме того, как правило, наблюдается слабость, повышенная утомляемость и раздражительность, сухость во рту.

Второстепенными признаками сахарного диабета 1 типа являются кожный зуд, головные боли, нарушения сна, частые кожные воспалительные заболевания.

Диагностика сахарного диабета

К сожалению, зачастую диагноз ставится при поступлении ребенка в стационар в состоянии, близкому к гипергликемической коме. Предположительный диагноз доктор подтверждает следующими исследованиями:

• анализ крови на глюкозу;
• анализ мочи на глюкозу;
• глюкозотолерантный тест;
• определение гликозилированного гемоглобина;
• определение инсулина и С-пептида в крови.

Осложнения сахарного диабета

С течением времени, особенно при неправильно подобранной терапии или не соблюдении диеты, сахарный диабет может осложняться:

• нефропатией, приводящей к почечной недостаточности;
• заболеваниями сердца;
• заболевания полости рта (гингивит, стоматит, пародонтоз);
• трофическим поражениям кожи, вплоть до язв.

Несвоевременная или неадекватная терапия сахарного диабета может привести к гипо- или гипергликемии – крайне опасным для жизни состояниям, требующим незамедлительной медицинской помощи.

Лечение сахарного диабета у детей

Как уже было сказано выше, при сахарном диабете 1 типа инсулин не вырабатывается или его недостаточно. Следовательно, основным методом лечения заболевания является обеспечение организма ребенка недостающим количеством гормона.

Кто же, если не я...Кто же, если не я...
Сейчас другие инсулины, не такие жесткие как даже 10 лет назад, осложнений намного меньше стало. Инсулин вводится подкожно с помощью инсулиновых шприцов, либо дозаторов. Очень важный момент – индивидуально разрабатываемая терапия. Препараты и их дозировка подбираются доктором для каждого маленького пациента, учитывая возраст, вес, тяжесть течения заболевания, общее состояние здоровья и двигательную активность.

Родителям и старшим детям настоятельно рекомендуется отучиться в специальной Школе диабета, где их научат соблюдать баланс между введением инсулина, диетой и физической нагрузкой.

Чтобы контролировать сахарный диабет у детей, в первую очередь нужно постоянно контролировать уровень сахара в крови. Это позволяет доктору анализировать правильность подобранной терапии и расчета доз лекарственных препаратов, а родителям знать, что ребенок находится в стабильном состоянии и не ждет помощи. Периодически врач корректирует терапию, меняя количество инъекций и тип инсулина (короткого, промежуточного и длительного действия).

Важнейшим условием лечения является соблюдение диеты. Доктор должен обучить маленького пациента и его родителей рассчитывать приемы пищи в соответствии с дозировками инсулина, дать список разрешенных, допустимых и полностью запрещенных продуктов питания. Также

эндокринолог расскажет о физической нагрузке, ее влиянии на сахар в крови и необходимости его корректировать.

Здоровые дети-в здоровой семье!

«Я введу тебя в мир того,
каким надо быть, чтобы быть
Человеком – Умным,
Красивым и Здоровым»

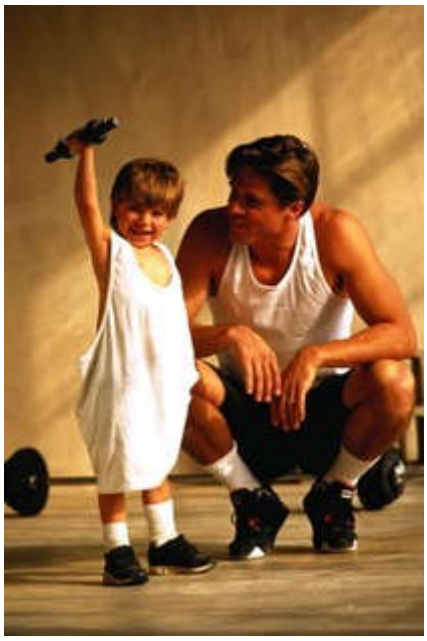
(Эммануил Кант)

Хорошее здоровье – один из главных источников счастья и радости человека, неоценимое его богатство, которое медленно и с трудом накапливается, но которое можно быстро и легко растерять.
Ребёнок счастлив и весел только тогда, когда у него здоровая семья. Здоровая семья – это небосвод, на котором всегда светит солнце, взаимопонимание, уважение, любовь, дружба.
Каждый родитель хочет видеть своих детей здоровыми и счастливыми, но не задумывается о том, как сделать, чтобы их дети жили в ладу с собой, с окружающим их миром, с людьми.
Секрет этой гармонии прост — здоровый образ жизни:

- поддержание физического здоровья,

- отсутствие вредных привычек,
- правильное питание,
- толерантное отношение к людям,
- радостное ощущение своего существования в этом мире.

Охрана здоровья ребенка: советы родителям



Совет 1: Старайтесь активно участвовать в охране здоровья ребенка и оздоровлении его организма. Не только рассказывайте ему, что нужно делать, чтобы не болеть, но и личным примером показывайте, как полезны для здоровья выполнение правил личной гигиены, утренняя зарядка, закаливание, правильное питание.

Совет 2: Научите ребенка неукоснительно соблюдать гигиенические требования к чистоте тела, белья, одежды, жилища, так как все это является очень важными элементами охраны здоровья ребенка.

Совет 3: Приучайте ребенка строить свой день, чередуя труд и отдых. Ничто так не вредит нервной системе ребенка, как отсутствие режима дня. Ритм жизни, предусматривающий занятия физическими упражнениями и спортом, прогулки на свежем воздухе, а также полноценное питание и крепкий сон — лучшая профилактика утомления и болезней.

Совет 4: Помогите ребенку овладеть навыками самоконтроля за здоровьем, особенно при выполнении физических упражнений. Для этого заведите дневник наблюдений и записывайте вместе с ребенком данные о его физическом состоянии: вес (массу тела), рост, частоту пульса, самочувствие (сон, аппетит и т. д.).

Совет 5: Научите ребенка правильно пользоваться естественными оздоровительными факторами — солнцем, воздухом и водой. Воспитывайте у ребенка стремление и привычку к закаливанию организма и оздоровлению.

Совет 6: Помните, что в движении — жизнь. Занимайтесь вместе с ребенком спортом, больше гуляйте, играйте на свежем воздухе. Здоровый образ жизни, культивируемый в семье, — залог здоровья ребенка.

Совет 7: Для охраны здоровья ребенка очень важно организовать ребенку правильное питание и воспитывать положительное отношение к соблюдению режима питания. Ребенок должен знать, какие продукты полезны, а какие вредны для здоровья.

Совет 8: Научите ребенка элементарным правилам профилактики инфекционных заболеваний: держаться подальше от тех, кто кашляет и чихает; не пользоваться чужой посудой или зубной щеткой; не надевать обувь или головные уборы других детей. Если ребенок болен сам, чихает и кашляет, он должен знать, что надо прикрывать рот и нос маской или платком, не играть с друзьями, выполнять назначения врача.

Совет 9: Познакомьте ребенка с правилами безопасного поведения в доме, на улице, на отдыхе и учите его выполнять эти правила, чтобы избегать ситуаций, опасных для здоровья и жизни.

Совет 10: Читайте научно-популярную литературу о возрастных и индивидуальных особенностях развития ребенка, о том, как научить его охранять и укреплять свое здоровье.