

Dziecko z cukrzycą w szkole

1. Co to jest cukrzyca i na czym polega jej leczenie?

Cukrzyca typu 1 jest jedną z najczęstszych chorób przewlekłych występujących u dzieci i młodzieży. Obserwuje się wzrost zachorowalności na tę postać cukrzycy szczególnie u najmłodszych dzieci. Pomimo tego, wiedza na temat tej choroby jest nadal niewystarczająca.

Cukrzyca to „grupa chorób metabolicznych charakteryzujących się hiperglikemią (wysoki poziom glukozy we krwi), wynikającą z defektu wydzielania i/lub działania insuliny (jedyne hormon powodujący obniżenie poziomu glukozy we krwi). Przewlekła hiperglikemia wiąże się z uszkodzeniem, zaburzeniem czynności i niewydolnością różnych narządów, szczególnie oczu, nerek, nerwów, serca i naczyń krwionośnych”.

Cukrzyca jest chorobą spowodowaną zaburzeniami gospodarki węglowodanowej w organizmie. Wyróżniamy cukrzycę insulinozależną (typu 1) oraz insulinoniezależną (typu 2). Wśród dzieci i młodzieży chorych na cukrzycę w Polsce dominuje około 90% cukrzyca typu 1 – ten typ cukrzycy ma podłoże genetyczne. Pozostałe 10% pacjentów choruje na inne typy cukrzycy, np. cukrzycę typu 2.

Warto również stwierdzić, że cukrzyca nie jest chorobą zakaźną, nie można się nią zarazić przez kontakt z osobą chorą.

U chorych na cukrzycę typu 1 dochodzi do zniszczenia komórek beta trzustki, które jako jedyne produkują w organizmie człowieka insulinę. Ten rodzaj cukrzycy od początku leczenia wymaga podawania insuliny, która jest lekiem ratującym życie. Cukrzyca typu 1 jest chorobą, która od chwili rozpoznania trwa przez całe życie pacjenta. Umiemy ją skutecznie leczyć, ale nie można jej, jeszcze w chwili obecnej wyleczyć.

Najczęstsze objawy stwierdzane przy rozpoznaniu cukrzycy typu 1 są:

- (1) wzmożone pragnienie
- (2) częste oddawanie moczu (także w nocy)
- (3) chudnięcie.

Aktualnie dostępne sposoby leczenia cukrzycy umożliwiają osobie chorej prowadzenie życia, które nie odbiega zasadniczo od trybu życia osoby zdrowej. Opieka medyczna nad dzieckiem chorym z cukrzycą wymaga jednak uczęszczania na systematyczne

wizyty kontrolne w poradni diabetologicznej, a czasami związana jest także z zaplanowaną, rzadko nagłą, hospitalizacją.

Wiadomo także, że u każdego dziecka z cukrzycą typu 1 obecne są wahania stężenia glukozy we krwi. Jeżeli te wahania są znaczne, mogą niekorzystnie wpływać na samopoczucie dziecka, jego nastrój oraz możliwość koncentracji uwagi i uczenia się.

Leczenie pacjenta z cukrzycą typu 1 składa się z trzech zasadniczych elementów:

- (1) Insulinoterapii – podawanie podskórne insuliny
- (2) Zdrowego odżywiania
- (3) Właściwie zaplanowanego i realizowanego wysiłku fizycznego

2. Ostre powikłania cukrzycy.

2.1 Hipoglikemia

Jest to niebezpieczna sytuacja, która wymaga natychmiastowego działania. Niedocukrzenie to krytyczny spadek poziomu glukozy we krwi, który stwarza realne zagrożenie dla organizmu. O możliwości wystąpienia hipoglikemii powinno być poinformowane dziecko chore na cukrzycę, jego rodzina oraz osoby, z którymi dziecko przebywa w szkole, na zajęciach rekreacyjnych oraz inni ludzie znajdujący się w otoczeniu osoby z cukrzycą.

Do objawów hipoglikemii należy zaliczyć: błądliwość skóry, nadmierna potliwość, drżenie rąk, ból głowy, ból brzucha, tachykardia (szybkie bicie serca), osłabienie, zmęczenie, problemy z koncentracją, drgawki.

Możemy wyróżnić następujące rodzaje hipoglikemii:

(1) Hipoglikemia lekka – dziecko jest przytomne, w pełnym kontakcie, współpracuje z nami, spełnia polecenia. W lekkim niedocukrzeniu należy: oznaczyć glikemię na glukometrze (potwierdzić niedocukrzenie), podać węglowodany proste: 5-15 gramów (najszybciej poziom cukru we krwi podniesie: pół szklanki coca-coli lub soku owocowego, miód. Zawsze należy ponownie oznaczyć glikemię po 10-15 minutach, aby upewnić się, że nasze działania były skuteczne i poziom glikemii podnosi się. Zawsze należy dążyć do ustalenia przyczyny niedocukrzenia.

(2) Hipoglikemia średnio-ciężka – dziecko ma częściowe zaburzenia świadomości, pozostaje w ograniczonym kontakcie z nami. Należy postępować tak jak przy niedocukrzeniu lekkim.

(3) Hipoglikemia ciężka – dziecko jest nieprzytomne, nie ma z nim żadnego kontaktu, może mieć drgawki. Dziecku, które jest nieprzytomne nie wolno podawać niczego do picia ani do jedzenia do ust. Istnieje ryzyko, że się zachłyśnie lub udusi. Należy ułożyć dziecko na boku, wstrzyknąć domięśniowo glukagon – jest to zastrzyk ratujący życie. Następnie należy wezwać pogotowie ratunkowe, skontaktować się z rodzicami dziecka. Dopiero, gdy dziecko odzyska przytomność i będzie w dobrym kontakcie można mu podać węglowodany doustnie.

2.2 Hiperglikemia

Jest to druga z niebezpiecznych sytuacji dotyczących leczenia dziecka z cukrzycą typu 1. Oznacza ona wysoki poziom glukozy we krwi. Objawy hiperglikemii to; wzmożone pragnienie oraz potrzeba częstego oddawania moczu, zaburzenia koncentracji, złe samopoczucie, osłabienie, przygnębienie, apatia, ból głowy, brzucha, nudności i wymioty. Należy wtedy bezzwłocznie zbadać poziom glukozy na glukometrze, skontaktować się z pielęgniarką oraz rodzicami. Najczęstszą przyczyną hiperglikemii u dzieci w wieku szkolnym jest „dojadanie” nieplanowanych i niezalecanych produktów. W przypadku znacznej hiperglikemii ważne są trzy elementy: podanie insuliny, uzupełnianie płynów oraz samokontrola.

3. Co może zrobić szkoła dla dziecka z cukrzycą?

Szkoła powinna stać się wyrazicielem potrzeb dziecka z cukrzycą na każdym polu: emocjonalnym, społecznym i kulturalnym.

Jak nauczyciel może pomagać na co dzień dziecku z cukrzycą:

- (1) Przyjmij postawę empatyczną
- (2) Pokaż mu, że jesteś blisko i że może zawsze liczyć na twoją pomoc
- (3) Nie traktuj go inaczej niż pozostałych uczniów
- (4) Wzmacniaj jego samodzielność i niezależność

Wsparcie ze strony nauczyciela pozwala dziecku z cukrzycą na uzyskanie lepszej autonomii oraz nauczenia się samodzielnego rozwiązywania problemów.

4. Jak pracować z klasą, w której jest uczeń z cukrzycą?

Przede wszystkim zaznajomić Twoich uczniów z problematyką cukrzycy. Zorganizuj z klasie lekcje dotyczące cukrzycy. Zaproś lekarza, pielęgniarkę z centrum diabetologicznego. Zaproponuj, aby uczeń opowiedział klasie, jak wygląda jego dzień z cukrzycą. Pozwól zrozumieć innym uczniom jak czuje się dziecko z cukrzycą na co dzień. W tym celu zaproponuj ochotnikom wykonanie pomiaru poziomu glukozy we krwi przy pomocy glukometru. Rozmawieście w klasie o cukrzycy, szczególnie jeśli pojawiają się problemy.

Opracowała: mgr Anna Kowal-Słoboda

5. Bibliografia

Witkowski D., Pietrusińska J., Szewczyk A., Wójcik R.; *One są wśród nas. Dziecko z cukrzycą w szkole i przedszkolu. Informacje dla pedagogów i opiekunów.* Ministerstwo Edukacji Narodowej, Warszawa 2009.

Czerwińska D., Gulińska E., *Podstawy żywienia człowieka.* Kucharz Małej Gastronomii. WsiP, Warszawa 2008.

Krause-Fabircius G., Suedbeck G., *Co każda kobieta o swoim zdrowiu wiedzieć powinna.* Świat Książki, 2008.