

Скорая помощь при гипогликемии: 1 стакан сока, 2-4 кусочка сахара, 1-2 чайной ложки мёда.

- **диабетический кетоацидоз** (состояние, обусловленное высоким содержанием глюкозы и кетоновых тел в крови): мочеизнурение, жажда, сухость кожных покровов и слизистых, зуд кожных покровов, слабость, чувство голода, потеря массы тела, тошнота, рвота, боли в животе, шумное и частое дыхание, запах ацетона в выдыхаемом воздухе, головная боль, сонливость, спутанность и потеря сознания.

Срочно вызывать бригаду скорой медицинской помощи для госпитализации в стационар!

ХРОНИЧЕСКИЕ ОСЛОЖНЕНИЯ

Неконтролируемое течение сахарного диабета, особенно в подростковом возрасте, достаточно быстро может привести к развитию хронических необратимых осложнений. При высоком уровне глюкозы в крови повреждаются самые мелкие сосуды организма – капилляры, поэтому хронические осложнения ещё называют микрососудистыми осложнениями:

- **диабетическая нефропатия** – поражение сосудов почек (длительность диабета более 5 лет);
- **диабетическая нейропатия** – нарушение функции нервной системы;
- **диабетическая ретинопатия** – поражение сосудов сетчатки.

Что делать? Наблюдаться у окулиста, нефролога (исследование мочи на альбумин), невролога (проведение электронейромиографии).

Необходимо помнить, что на современном уровне наших возможностей умение эффективно управлять диабетом является единственным способом достижения стабильной компенсации заболевания и предупреждения развития его осложнений.

Государственное бюджетное учреждение здравоохранения города Москвы
**«Детская городская клиническая больница имени З.А. Башляевой
Департамента здравоохранения города Москвы»**
Адрес: Москва, ул. Героев Панфиловцев, дом 28

ШКОЛА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ С ХРОНИЧЕСКИМИ ПРОГРЕССИРУЮЩИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ



Детская городская
клиническая больница
имени З. А. Башляевой



Уполномоченный
при Президенте РФ
по правам ребенка

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПАЦИЕНТА С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

Сахарный диабет – хроническое заболевание, однако это не значит, что в течение всей жизни Ваш ребёнок будет чувствовать себя постоянно больным. Если Вы будете выполнять все рекомендации, то сможете контролировать своё заболевание. Это значит, что у Вашего ребёнка, как и у сверстников без сахарного диабета, будет хорошее самочувствие, высокий уровень физической и интеллектуальной работоспособности, уверенность в завтрашнем дне. Ваш ребёнок проживёт долгую и активную жизнь, выберет и овладеет профессией, создаст семью.

СИМПТОМЫ: Что происходит с ребёнком?

- нарушение зрения
- постоянная неутолимая жажда
- сухость во рту
- похудание
- усиленное выделение мочи
- зуд кожи и слизистых оболочек
- общая мышечная слабость
- воспалительные поражения кожи, трудно поддающиеся лечению.

Срочно к врачу! Вероятный диагноз – сахарный диабет, 1 тип.

ЛЕЧЕНИЕ

Основные принципы лечения сахарного диабета: инсулинотерапия, лечебное питание, физические нагрузки, самоконтроль, обучение.

ИНСУЛИНОТЕРАПИЯ

Как работает здоровая поджелудочная железа?

- постоянно выделяет инсулин в небольших количествах так называемый **базальный инсулин**;
- после приёма пищи и повышения уровня гликемии, выделяет дополнительную порцию инсулина, адекватную количеству съеденных углеводов, так называемый **болюсный инсулин**.

Инсулинотерапия – имитация работы здоровой поджелудочной железы:



Базис-болюсный режим инсулинотерапии – перед каждым приемом пищи вводить короткий (пищевой, болюсный) инсулин, 1-2 раза в день базальный (длинный) инсулин.



Проводить постоянную смену дозы инсулинотерапии по совету врача в зависимости от жизненных обстоятельств (стресс, заболевание и т. д.).

ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ



ваш ребёнок должен есть столько же, как и его сверстник без сахарного диабета;



индивидуальность питания – семейные традиции;



необходимо постоянно подсчитывать количество углеводов (система «хлебных единиц»);



рассчитывать соотношение углеводов и инсулина – «углеводный коэффициент» и использовать его в повседневной жизни перед каждым приёмом пищи;



не употреблять жирные продукты;



употреблять продукты, богатые клетчаткой (овощи, фрукты, крупы).

ФИЗИЧЕСКАЯ НАГРУЗКА



Ежедневная физическая активность должна стать неотъемлемой частью жизни, приносить пользу здоровью, помогая управлять сахарным диабетом и предотвращать осложнения.

САМОКОНТРОЛЬ:

Когда нужно измерять уровень сахара крови?



перед основными приемами пищи, утром натощак, перед сном, при физической нагрузке, перед сном, во время путешествия, если Вы заболели;



контроль гликированного гемоглобина.

ОСТРЫЕ ОСЛОЖНЕНИЯ

- **гипогликемия** – снижение физической и интеллектуальной работоспособности, слабость, вялость, сонливость, заторможенность, чувство голода, головная боль, головокружение, нарушения зрения (двоение, мелькание «мурашек»), нарушение координации, нарушение памяти, спутанность сознания, судороги.