

دیابت نوع یک :

این بیماری در کودکان بروز می کند و تا پایان عمر همراه کودک است . بیماری دیابت زماتی ظاهر می شود که پانکراس قدرت تولید و ترشح انسولین را از دست می دهد . هورمون انسولین به سلول ها کمک می کند تا قند را برای تولید انرژی مصرف کنند . انسولین همچنین باعث ذخیره قند در بافت عضله ای _ ماهیچه ای و سلول های کبدی می شود . بدن برای انتقال قند از خون به سلول ها به هورمون انسولین احتیاج دارد ، اگر بدن با کمبود انسولین مواجه شود قند نمی تواند به سلول ها برسد و در نتیجه سلول ها منبع انرژی نخواهند داشت ؛ بنابراین قند در جریان خون باقی می ماند و سطح قند خون به تدریج بالا می رود و فرد به دیابت مبتلا می شود .

علائم دیابت نوع یک د کودکان :

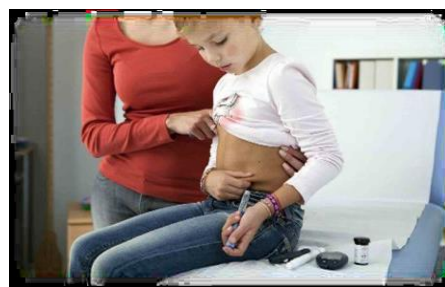
- نشانه های افزایش قند خون: کودک گرسنه یا تشنه می شود ، تکرر ادرار پیدا می کند ، حجم ادرار افزایش می یابد ، تاری دید داشته و با اینکه زیاد غذا می خورد ولی کاهش وزن پیدا می کند .

- نشانه های کاهش قند خون : کودک عرق می کند ، می لرزد و گرسنه می شود . رنگ پریده ، بی قرار و بد اخلاق است و در خواب کابوس می بیند . این حالت بیشتر بعد از ورزش یا دریافت انسولین بدون خوردن غذای کافی ایجاد می شود .

درمان دیابت نوع یک :

تنها درمان ، انسولین است و قرص های پایین آورنده قند خون هیچ تاثیری ندارند.

رایج ترین انواع انسولین موجود در ایران ، انسولین های NPH و regular هستند که بصورت ویال های شیری و شفاف موجود می باشند . تعداد تزریق انسولین در روز 3 تا 5 بار می باشد که باید با میزان کربوهیدرات مصرفی تنظیم شود و در این خصوص پزشک شما را راهنمایی می نماید . میزان قند خون می بایست روزانه 5 تا 6 بار چک شده و ثبت گردد. در مراجعه بعدی به پزشک ، میزان قندهای ثبت شده را همراه داشته باشید.



نحوه مراقبت از کودک مبتلا به دیابت نوع یک :

1. بهتر است بطور مرتب و منظم با یک متخصص تغذیه ملاقات داشته باشید تا برنامه غذایی مناسب را برای فرزندتان تنظیم کند .
2. برنامه غذایی را رعایت نموده و بر اساس میزان کربوهیدرات مصرفی کودک خود از انسولین استفاده کنید .
3. انسولین را باید به بافت چربی زیر پوست تزریق کرد ، تا زمانی که فرزندتان خودش بتواند این کار را انجام دهد ، شما برای او تزریق کنید .

4. در خصوص آماده کردن انسولین نگران نباشید ، به راحتی آن را انجام خواهید داد. به یاد داشته باشید که قلم های انسولین نیازی به آماده کردن ندارند .

5. بهترین روش تزریق آن است که در جهت عقربه های ساعت نواحی مورد تزریق [بازو، شکم،ران] را تغییر دهید و در صورتی که از سرنگ انسولین استفاده می کنید کاملاً با پوست بدن کودک زاویه 90 درجه ایجاد کنید و نحوه صحیح تزریق هر ناحیه را که در بیمارستان به شما آموزش داده می شود ، نزد پرستار چند مرتبه تمرین کنید.

دیابت نوع دو :

اگر پانکراس نتواند انسولین کافی بسازد یا بافت های بدن نتوانند از انسولین به درستی استفاده کنند ، بدن کودک شما با کمبود انسولین مواجه شده و در نتیجه قند در خون باقی می ماند و فرد مبتلا به دیابت می گردد . دیابت نوع دو به مرور زمان به چشم ها ، قلب ، عروق خونی ، اعصاب و کلیه ها آسیب می رساند.

عواملی که خطر ابتلا به دیابت نوع دو را در کودکان افزایش می دهد ، عبارت است از : چاقی ، فعالیت کم بدنی ، سابقه خانوادگی .

علائم دیابت نوع دو در کودکان :

-این بیماری ابتدای پیدایش علائم خاصی را بروز نمی دهد اما کودک نشانه های خفیفی چون تکرر ادرار ، احساس تشنگی بیش از حد طبیعی ، پررنگ شدن چین های دور گردن یا زیر بغل و کشاله ران را داشته باشد .



وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

دیابت در کودکان

[راهنمای والدین در مراقبت از کودک مبتلا به دیابت
نوع یک و دو]



تهیه و تنظیم : خانه ذوالفقاری

کارشناس پرستاری

منبع : کتاب میانی طب کودکان نلسون [چاپ 2023]
انتشارات اندیشه رفیع و راهنمای دیابت در کودکان و
نوجوانان [چاپ 1383] انتشارات علوم پزشکی مشهد

مرکز آموزشی درمانی امیرکبیر

تلفن: 33135075

توصیه های مراقبتی در انواع دیابت :

- علائم افت شدید قندخون را بشناسید :
کاهش هوشیاری و تشنج و در صورت رخداد ،
هرگز به کودک بیهوش چیزی نخورانید ،
کودک را به پهلو خوابانده و چانه اش را پایین
بکشید ، فوراً با 115 تماس گرفته و اگر آمپول
گلوکاگون در دسترس دارید طبق دستور پزشک
زیرجلدی یا عضلانی برای کودک تزریق کنید .

- وعده های غذایی کودک شما شامل : صبحانه ،
میان وعده صبح ، نهار ، میان وعده عصر ،
شام و میان وعده آخر شب می باشد .



- تمرینات منظم ورزشی مانند پیاده روی را
روزانه برای فرزند خود در نظر بگیرید و به
این نکته توجه داشته باشید که پیش از ورزش
، قند خون باید اندازه گیری شود و در صورتی
که به مقدار مدنظر نرسیده کربوهیدرات مصرف
شود و سپس ورزش کند تا افت قندخون ایجاد
نشود .

- اگر کودک شما مدرسه می رود ، همواره
گلوکومتر ، انسولین ، کیف خنک کننده انسولین
و کارت شناسایی دیابت را به همراه داشته باشد
و معلم و مسئولین مدرسه مطلع باشند.

درمان دیابت نوع دو :

درمان اولیه اکثر قرص های پایین آورنده
قندخون است و در صورت عدم پاسخ انسولین
تجویز خواهد شد .

نحوه مراقبت از کودک مبتلا به دیابت نوع دو:

1. قند خون فرزندان را در زمان های مختلف
هر روز ثبت کنید . این جدول به شما کمک
میکند تا بدانید هر غذا یا فعالیتی چه تاثیری بر
قند خون فرزندان می گذارد.

2. مقدار کربوهیدرات وعده هتی غذایی فرزندان
برابر باشد ؛ این روش به ثبات قند خون او
کمک می کند چرا که میان تمام گروه های
غذایی، کربوهیدرات ها بیشترین تاثیر را دارند

3. در خصوص رژیم غذایی فرزند خود با یک
متخصص تغذیه مشورت کرده و غذاهایی چون
نوشابه ، آبمیوه صنعتی ، کیک ، شکلات و ...
توصیه نمی شود و جایگزین آن غذاهایی مانند
بیسکویت سبوس دار ، گوشت قرمز ، گوشت
مرغ ، حبوبات، تخم مرغ ، کاهو ، نان سنگک
و را استفاده کنید .

4. ساعت غذا خوردن حائز اهمیت است چرا که
اگر پس از تزریق انسولین یا مصرف قرص ،
غذا نخورد علائم افت قند خون [لرزش، پوست
رنگ پریده ، بی قراری ، تشنج ، سیاهی رفتن
چشم ها ، عرق سرد، ضربان قلب تند و ...]
بروز می کند که باید به سرعت غذایی شیرین
مثل آبمیوه یا نصف لیوان آب با 4-5 حبه قند
به او بدهید و به یاد داشته باشید که از شیرینی
های جامد استفاده نکنید تا در صورت ایجاد
تشنج غذا وارد راه هوایی کودک شما نشود.
5. قرص های تجویزی و انسولین را در ساعت
معین و طبق دستور پزشک بای کودک خود
مصرف کنید .

