

توضیح دیابت کودکان :

بدن برای انجام تمام فعالیت های خود به قند نیاز دارد . اگر بدن به هر دلیلی نتواند از قند موجود در خون استفاده کند ، قند خون بالا می رود و بیماری دیابت یا مرض قند بروز می کند . آن چه که باعث این عدم جذب قند در خون می شود ، کمبود هورمون انسولین است . انسولین از لوزالمعده ترشح می شود و باعث ورود قند به سلول ها می شود . انواع دیابت شامل دیابت نوع یک ، دیابت نوع دو و دیابت بارداری می باشد .

دیابتی که کودکان به آن مبتلا می شوند از نوع دیابت نوع یک است و به دیابت جوانان نیز شهرت دارد . ممکن است والدین کودک تا مدت ها به بیماری فرزند خود پی نبرند و علائم افزایش قند خون و یا افت قند خون به تدریج یا یک باره ایجاد شوند .

مشکلاتی که در تنظیم قند خون کودک

ممکن است پدید آید :

- افزایش قند خون (هیپرگلیسمی)
- افت قند خون (هیپوگلیسمی)
- کتواسیدوز

چه مواقعی افت قند خون ایجاد می شود ؟

- وقتی کودک یک وعده غذا را فراموش کند
- هوا خیلی گرم یا سرد باشد
- ورزش شدید بدون تغذیه مناسب انجام شود
- انسولین بیش از نیاز مصرف شود

علائم افت قند خون :

- لرزش دست و احساس لرزش در عضلات
- رنگ پریدگی و عرق سرد، ضربان قلب تند
- گرسنگی و بی قراری
- سر درد و سیاهی رفتن چشم ها
- خستگی و خواب آلودگی و عدم تمرکز
- کاهش هوشیاری و تشنج در موارد شدید

اقدامات هنگام بروز افت شدید قند خون :

- به کودک بیهوش از راه دهان غذا یا نوشیدنی ندهید، چون امکان خفه شدن دارد
- کودک را به یک پهلو بخوابانید و چانه اش را به سمت پایین بکشید
- به فوریت های پزشکی اطلاع دهید

گلوکومتر چیست ؟

دستگاه کوچک و قابل حملی است که به وسیله آن می توان با گرفتن نمونه ای اندک از خون سر انگشت غلظت قند خون را اندازه گرفت

چه مواقعی افزایش قند خون ایجاد می شود

- انسولین در دسترس بدن کم باشد یا بیمار تزریق انسولین را فراموش کند
- غذا زیادتر از حد معمول مصرف شود
- ورزش یا فعالیت بدنی خیلی کم شود
- بدن در وضع پر اضطراب یا بیماری قرار گیرد

علائم افزایش قند خون :

- تشنگی ، خستگی ، ضعف ، تاری دید
- افزایش دفعات ادرار

اقدامات هنگام بروز افزایش قند خون :

- اندازه گیری قند خون با دستگاه گلوکومتر
- استفاده از غذاها و نوشیدنی های بدون قند
- تزریق انسولین طبق دستور پزشک





دانشگاه علوم پزشکی کردستان
بیمارستان سینا کامیاران

پمفلت آموزشی دیابت کودکان

واحد پرستاری آموزش و پیگیری بیمار

بازنگری سال ۱۴۰۳

منبع: کتاب پرستاری و وونگ



نکات مراقبتی در کودک مبتلا به دیابت :

- ✓ محل تزریق انسولین را به صورت گردشی تغییر دهید تا بافت چربی تحلیل نشود
- ✓ سعی کنید با حداقل سر و صدا و بدن ترساندن کودک انسولین به او تزریق کنید
- ✓ وقتی کودک بزرگ تر شد، بعد از آموزش به او، مسئولیت تزریق انسولین را به خودش واگذار کنید
- ✓ علاوه بر وعده های غذایی، حداقل سه نوبت میان وعده در شبانه روز به کودک بدهید
- ✓ در میان وعده ها حتما مواد نشاسته ای قرار دهید
- ✓ رژیم غذایی مناسب شامل مواد نشاسته ای مانند نان، سیب زمینی، برنج، حبوبات ، لبنیات ، تخم مرغ و گوشت است. چربی غذا باید کم و بیشتر از نوع نباتی باشد و از غذاهای پر فیبر استفاده گردد
- ✓ حتما از مشورت با متخصص تغذیه برای تغذیه بهتر کودک خود بهره ببرید
- ✓ قبل از فعالیت شدید مانند بازی قندهای ساده مثل شکلات، آب نبات و... به او بدهید و اگر بیش از یک ساعت طول کشید هر یک ساعت مجددا به او قند ساده بدهید
- ✓ از میوه های خیلی شیرین مانند انگور، خربزه و انجیر خیلی کم استفاده کنید

چه مواقعی کتواسیدوز اتفاق می افتد ؟

- در تزریق کم و نامناسب انسولین

علام کتواسیدوز :

- کاهش آب بدن، چشمان گود رفته و لب های خشک و پوسته پوسته شده
- خواب آلودگی، تنفس دشوار و تنفس با بوی میوه گندیده
- درد شکم و استفراغ

اقدامات هنگام بروز کتواسیدوز :

- اگر کودک هوشیار است مایعات بدون قند به او بدهید و سریعا او را به اورژانس ببرید

کتواسیدوز یک وضعیت بسیار اورژانسی است و باید به سرعت درمان شود ، وگرنه به بیهوشی و کمای دیابتی می انجامد

کودک مبتلا به دیابت باید مانند بقیه بچه ها فعالیت معمولی و بازیگوشی داشته باشد و نباید او را محدود کرد. در مواقعی که فعالیت بیش از معمول دارد یا در مواقعی که فعالیت کم دارد و یا بیمار است و غذا نمی خورد باید در اندازه گیری قند خون و تزریق انسولین دقت بیشتری کرد و با پزشک مشورت کرد .