



2019/2020

План за справяне с диабета - училище

Децата с диабет имат равни права в училище и трябва да получават грижата, необходима им за разгръщане на целия им потенциал!

Име на детето: _____ Дата на раждане: _____

Училище: _____ Клас : _____

Контакти – тел.:

- Класен ръководител:.....
- Мед. сестра/училищен лекар:.....
- Родители:.....
-
- Лекуващ детски ендокринолог:.....сестра.....
- Гореща денонощна линия за деца с диабет: **052/359360**

Приложение на инсулин. Ученикът прави инсулин преди/по време на/след обяд.

Изисква ли се помощ от възрастен? Да/ Не

Ако „да“:

- Кой – мед. сестра/лекар/учител/друг.....
- Възрастният трябва да напомня/ да наблюдава/ да съдейства.....

Място в училището, където ще бъде поставян инсулина: _____

Мониторинг на кръвната глюкоза /КГ/.

Носи ли детето сензор? Да/ Не

Място, където стои глюкомерът

Може ли детето само да мониторира нивата на КГ? Да/Не

Ако „да“, то се налага да: се напомня/наблюдава/проверява дозата

Ако „не“, то учител/друг възрастен трябва да може да проверява нивата на КГ. Кой?.....

Нива на глюкоза, към които се стремим: 4-8 mmol/l. Не са необичайни нива на КГ извън таргетните. По-нататъшни действия са необходими при нива на КГ <3.9 mmol/l и >15 mmol/l.

Време за проверяване нивата на КГ: На всяко място по всяко време. Измерването трябва да е там, където се намира детето (в класната стая), по всяко време, когато е необходимо. Обикновено това е през междучасие/закуска, преди обяд, по всяко време, когато се подозира хипогликемия, преди физическа активност, преди контролни, когато детето не се чувства добре, когато си тръгва от училище, през друго време от деня →.....

Нивата на КГ варират от ден на ден и зависят от много фактори като инсулин, възраст, ниво на физическа активност, вид /количество храна, стрес, растежен скок, пубертет.

Дозите на инсулина са решение на родителите съвместно с лекуващия лекар и диабетна сестра.

Храна и напитки. Детето може да се храни с всички обичайни храни. По-малките деца се нуждаят от наблюдение, за да се знае със сигурност количеството на приетата храна. **Не бива да се разменя храна с други деца!** Потърсете помощ при избор на подходяща храна за празненства. Позволете достъп до приема на вода и посещение на тоалетна по всяко време (повишените нива на КГ могат да предизвикат повишна жажда и по-често уриниране).

Има ли детето непоносимост към глутен? Не/Да.

Консултирайте се с родителите за съвет относно подходяща храна и лечение на хипогликемии.

Физическа активност. Обикновено физическата активност понижава нивата на КГ. Понижаването може да бъде в момента на движение или по-често до 12 - 24 часа по-късно. **Препоръка:**

- Допълнителен прием на въглехидрати преди всеки 30 мин. физическа активност
- Да не се предприема физ. активност при нива на КГ >15 mmol/l и кетони >1 mmol/l
- При хипогликемии (КГ <3.9mmol/L), действай според плана.

Екскурзии и лагери. Условието за грижа при допълнителни мероприятия в училище ще бъдат уточнявани допълнително, мин. 1 седмица преди мероприятиято, с помощта на родителите.

Контролни: Преди контролно да се провери нивото на КГ.

Предварително да се обсъди даване на допълнително време в случай на КГ <3.9 или >15 mmol/l .

СПЕШЕН ПЛАН ЗА ДЕЙСТВИЕ:

Хипогликемия: (КГ <3,9 mmol/l при симптоми). Най-често причините за хипогликемия са прием на по-малко количество въглехидрат, пропуснато хранене, предозиране на инсулин, повишена физическа активност без прием на въглехидрат. Детето не бива да остава без помощ.

При явни симптоми на хипогликемия: **разтреперване , пребледняване, изпотяване, внезапен глад, примаяване и/или КГ под 3.9 mmol/l**, дайте **10 гр.** бърз въглехидрат, равняващ се на 10 гр. захар, или 1 с. л. мед, или 1/2 пластмасова чаша сок, осигурени от родителите. След 15 мин. повторете измерването и повторете лечението, ако КГ е под 3.9 mmol/l. Следете на 15 мин до с-сти над 4.5 ммол/л.

Ако детето е в безсъзнание, НЕ ДАВАЙТЕ нищо през устата!

Инжектирайте цялата доза ГлюкаГен ХипоКит от хладилника мускулно или подкожно. До 25 кг телесно тегло на детето се инжектира ½ от дозата (отбелязана е на спринцовката във флакона. Свържете се със 112 и извикайте линейка. Свържете се с родителите.

Винаги детето с диабет и отговорният персонал трябва да имат в себе си бърз въглехидрат.

Допълнителни материали за диабета в училище: Инсулин, писалки и игли, инструкция за работа с писалка, убождащо устройство за капилярна кръв , тест ленти за КГ и кетони, глюкомер, въглехидрати за активност и при хипогликемия, глюкагон.

Информирано съгласие: Прочетох, разбрах и съм съгласен с плана. Давам съгласието си училищният персонал да се свързва с лекуващия екип на детето при необходимост.

Родител: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Детски ендокринолог/диабетна

сестра: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Обучаващ детски ендокринолог/диабетна

сестра: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Училищен представител:

Име: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Директор/Зам. Дир./учител: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Информирано съгласие: Прочетох, разбрах и съм съгласен с плана. Давам съгласието си училищният персонал да се свързва с лекуващия екип на детето при необходимост.

Родител: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Детски ендокринолог/диабетна

сестра: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Обучаващ детски ендокринолог/диабетна

сестра: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Училищен представител:

Име: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Директор/Зам. Директор: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Информирано съгласие: Прочетох, разбрах и съм съгласен с плана. Давам съгласието си училищният персонал да се свързва с лекуващия екип на детето при необходимост.

Родител: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Детски ендокринолог/диабетна

сестра: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Обучаващ детски ендокринолог/диабетна

сестра: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Училищен представител:

Име: _____ Подпис: _____ Дата: _____

Директор/Зам. Директор: _____ Подпис: _____ Дата: _____