

Diabetes 1. typu – Informace pro školu

Váš žák/student onemocněl **cukrovkou (diabetem) 1. typu**. Tento typ cukrovky lze léčit pouze inzulínem. Diabetes nijak neovlivňuje intelektuální ani pohybové aktivity žáka, bez omezení se může účastnit výuky i mimoškolních aktivit, nicméně vyžaduje občasnou pomoc v průběhu jeho pobytu ve škole.

Diabetes 1. typu je celoživotní onemocnění. Pro jeho kontrolu je nutné:

- 1) aplikovat **inzulín** několikrát denně inzulínovým perem nebo inzulínovou pumpou
- 2) správně počítat obsah sacharidů ve stravě
- 3) dodržovat vhodný **pohybový režim**
- 4) pravidelně **měřit** hladinu krevního cukru (**glykémii**) osobním glukometrem nebo kontinuálním monitorem glykémie
- 5) dodržovat **pravidelný režim** dne (jde zejména o časové odstupy mezi jednotlivými jídly)
- 6) pravidelně navštěvovat dětského diabetologa

Děti s diabetem jsou dnes většinou velmi dobře kontrolovány, nicméně může se stát, že hladina krevního cukru bude v průběhu vyučování kolísat a bude třeba zasáhnout. Proto se obracíme na vedení školy s žádostí o pomoc a spolupráci při realizaci léčebného režimu. Prosíme vedení školy o jmenování osoby, která bude v součinnosti s rodiči zodpovědná za dodržování zásad nutných pro kontrolu krevního cukru.

Mezi základní zásady pobytu dítěte s diabetem ve škole patří:

- Možnost změřit glykémii glukometrem **kdykoli**, tedy i v průběhu vyučování. Řada dětí monitoruje krevní cukr pomocí kontinuálního monitoru glykémie, který umožňuje mít přehled o aktuální glykémii.
- Možnost aplikovat inzulín ve škole podle plánu dodaného rodiči, a to na vhodném klidném místě, kde může mít vlastní hygienické pomůcky.
- Při příznacích tzv. **hypoglykémie** (tj. nízké hladině krevního cukru, glykémie <4,0 mmol/l), musí být dítěti neodkladně umožněno se najíst. Mezi příznaky hypoglykémie patří třes rukou, bledost v obličeji, studený pot, hlad, celková slabost a spavost. Pokud by došlo k poruše vědomí, což je extrémně vzácné, nepodávejte prosím žádné jídlo, léky ani tekutinu ústy, volejte okamžitě linku 155.
- Pokud by vyučující sám rozpoznal u žáka/studenta některý z uvedených příznaků, měl by jej vyzvat, aby si okamžitě změřil hladinu glykémii a dále postupoval podle dohody s rodiči. Ideálním řešením hypoglykémie je konzumace 3-5 kusů hroznového cukru, lze ale využít i jiné jídlo s obsahem rychlých cukrů (sladký nápoj, džus apod.).
- Při zjištění vysoké glykémie je třeba reagovat podáním inzulínu. Děti umí inzulín aplikovat samostatně, nicméně prosíme o dohled nad podáním správné dávky (ve spolupráci s rodiči).
- Z tělesné výchovy děti s diabetem není třeba osvobozovat. Při těchto hodinách je třeba zajistit možnost měření glykémie a dodávky jídla pro případ hypoglykémie.
- Při stravování ve školní jídelně by děti s diabetem neměly čekat na jídlo ve frontě, aby se neprodložovala doba mezi aplikací inzulínu a samotným jídlem. Výběr jídel je v kompetenci rodičů dítěte. Velikost porcí jídel (příloh, které obsahují sacharidy) stanovuje diabetolog ve spolupráci s rodiči. Prosíme vydat rodičům jídelní rozpis s dostatečným předstihem, aby v případě sladkého menu zajistili náhradní vhodnou stravu.

Naší snahou je, aby váš žák/student svoji nemoc přijal, žil maximálně plnohodnotný život a nelišil se od svých vrstevníků, i když má mnohem náročnější životní podmínky. Věříme, že pochopíte naši žádost a vyjděte svému žákovi/studentovi a jeho rodině maximálně vstříc. Děkujeme vám.

Pracovní skupina pro péči o chronicky nemocné děti ve školách České pediatrické společnosti ČLS JEP