



ЕСЛИ РЯДОМ
РЕБЕНОК С
САХАРНЫМ
ДИАБЕТОМ

Краткая
информация

**изменяя диабет
вместе**

Девиз, которым руководствуется компания во всем мире. Мы не просто лечим диабет. Мы помогаем людям с диабетом изменить свою жизнь к лучшему!

весь путь с тобой


novo nordisk®



Руководство для тех, кто находится рядом с ребенком с сахарным диабетом 1 типа

Оставляя своего ребенка под присмотром других людей, родители, как правило, дают рекомендации касательно предпочтений по питанию, режиму, физической активности или возможных аллергических реакций. Все это справедливо и в отношении детей с сахарным диабетом. Они могут заниматься теми же вещами, что и другие дети, тем не менее за ними требуется дополнительный присмотр, регулярный контроль уровня сахара крови и контроль за той пищей, которую они едят.

Данный раздел содержит общие сведения о сахарном диабете 1 типа и о способах управления им. Информация поможет вам чувствовать себя более уверенно в обращении с детьми с сахарным диабетом^{1,2}.

Инсулин и сахарный диабет

Инсулин — это гормон, который вырабатывается бета-клетками поджелудочной железы. Инсулин необходим организму для проникновения сахара (глюкозы) из крови в ткани и органы, где она используется в качестве источника энергии. Инсулин играет важную роль при сахарном диабете 1 и 2 типов^{3,4}.

Сахарный диабет 1 типа — это аутоиммунное заболевание: иммунная система организма разрушает собственные бета-клетки поджелудочной железы. В результате клетки производят меньше инсулина или совсем перестают производить его, и таким образом провоцируют повышение уровня сахара крови, что называется гипергликемией. Поскольку организм сам не может производить инсулин, людям с сахарным диабетом 1 типа необходимы ежедневные инъекции инсулина^{1,3,4}.

Сахарный диабет 2 типа возникает, когда поджелудочная железа продолжает производить инсулин, однако его количество слишком мало или он не может быть использован организмом правильно (инсулинорезистентность)³.

Диабет, диагностированный в детском возрасте, чаще всего является сахарным диабетом 1 типа¹. Существуют и другие типы сахарного диабета, однако они встречаются у детей очень редко.



Гипогликемия и гипергликемия: на что обращать внимание?

Гипогликемия возникает при слишком низком уровне сахара крови, что может быть обусловлено либо избытком инсулина по отношению к поступлению углеводов с пищей, либо высоким уровнем физической нагрузки. Признаки гипогликемии^{1,5}:

- сильный голод;
- нервозность, тревожность;
- озноб;
- потливость;
- дрожь;
- головокружение;
- бессонница;
- потеря ориентации;
- агрессивность, раздражительность.

Важно помнить, что гипогликемия может возникнуть ночью. Признаки ночной гипогликемии — потливость, беспокойный сон^{1,6}.

Ребенок должен знать, как вести себя при эпизодах гипогликемии. Так, у него должны быть с собой таблетки глюкозы, конфеты, фруктовый сок или газированный (сладкий) напиток¹.

Если бездействовать, легкая гипогликемия может перейти в тяжелую форму с потерей сознания.

Гипергликемия возникает при слишком высоком уровне сахара, что может быть обусловлено острой инфекционной болезнью, недостаточным количеством инсулина или же слишком большим количеством пищи. Признаки гипергликемии^{1,6}:

- вялость, усталость;
- сонливость;
- сильная жажда;
- частое мочеиспускание;
- «туман» перед глазами.

В данном случае лучше посоветоваться с родителями ребенка, так как ребенку может быть необходима дополнительная доза инсулина.

Если бездействовать, гипергликемия при сахарном диабете 1 типа может привести к серьезным состояниям, таким как диабетический кетоацидоз (ДКА)^{1,3}.

Признаки кетоацидоза:

- тошнота, рвота;
- боли в области желудка;
- фруктовый запах изо рта или от тела (также его описывают как запах ацетона, жидкости для снятия лака, испорченных яблок или грушевых леденцов);
- частое дыхание;
- обезвоживание (сухость во рту, редкое мочеиспускание/сухой подгузник);
- повышение сахара крови.

ДКА может развиваться быстро, особенно у маленьких детей. Если у ребенка есть такие симптомы, следует немедленно обратиться за медицинской помощью.

Часто дети сами умеют распознавать у себя признаки гипогликемии (низкий уровень сахара) или гипергликемии (высокий уровень сахара), они знают, какие меры нужно принять.

Если вы обеспокоены состоянием ребенка, то следует незамедлительно связаться с его родителями или врачом.

Питание и физическая активность

Дети с сахарным диабетом 1 типа нуждаются в ежедневных инъекциях инсулина¹.

Потребность в инсулине зависит от количества углеводов в пище. Необходимо избегать слишком низкого или слишком высокого уровня глюкозы (гипо- или гипергликемии). Детям с сахарным диабетом 1 типа, так же как и другим детям, рекомендуется соблюдать сбалансированную диету.

Если ребенок будет принимать пищу вместе с вами, то вам необходимо проинформировать родителей о том, что именно вы будете есть, чтобы они смогли рассчитать необходимое количество инсулина. Чтобы избежать эпизодов гипогликемий, рекомендуется всегда иметь с собой конфету или фруктовый сок⁷.

Сахарный диабет 1 типа не означает, что ребенку нельзя есть конфеты или сладости. Необходимо лишь употреблять их в умеренном количестве и при соответствующей инсулинотерапии¹.

Физическая нагрузка рекомендована всем детям с сахарным диабетом 1 типа или без него. Физическая активность снижает уровень сахара крови, поэтому обычная доза инсулина в сочетании с физическими упражнениями может оказаться избыточной и вызвать гипогликемию. Избежать гипогликемии можно, снизив дозу инсулина либо повысив уровень сахара, выпив стакан сока или перекусив углеводами перед физической нагрузкой. Поэтому при разговоре с родителями обсудите вопросы не только питания, но и физической нагрузки, чтобы при необходимости можно было скорректировать дозу инсулина^{1,3,8,9}.

АЙЗЕ НАЗ БАЙКАЛ
Турция
У Айзе сахарный диабет 1 типа

Инъекции инсулина и измерение уровня сахара крови

В зависимости от возраста ребенка и его зрелости он может сам вводить нужное количество инсулина и измерять уровень сахара крови. Вам лишь нужно убедиться, что ребенок сделал необходимую инъекцию вовремя, и напомнить о следующей.

Чтобы сделать инъекцию инсулина ребенку или проверить у него уровень сахара крови, нужно предварительно пройти обучение и получить всю необходимую информацию.

Важно знать, что существуют различные виды инсулина и различные средства его введения^{1,10}.

Инсулин вводится подкожно. Существует три основных места для инъекций: живот, бедра и ягодицы. Можно также вводить инсулин в руку.

Рекомендуется измерять уровень сахара перед каждым приемом пищи, а также перед сном и физической активностью^{1,3,11}. Если наблюдается гипергликемия, необходимо измерить уровень кетоновых тел в крови или моче. При повышенном уровне необходимо отказаться от физической активности, чтобы снизить риск возникновения диабетического кетоацидоза.

ЕКАТЕРИНА БЕРО
Россия
У Екатерины сахарный диабет 1 типа

Важные контакты

Присмотр за ребенком с сахарным диабетом 1 типа возлагает на вас большую ответственность. Вы должны всегда иметь при себе список необходимых контактов на случай, если что-либо в состоянии ребенка вас беспокоит:

Родители ребенка

ФИО:

Тел:

Лечащий врач

ФИО:

Тел:

Другое

Литература

1. Diabetes UK. Children and diabetes. Available at: www.diabetes.org.uk/Information-for-parents/ and www.diabetes.org.uk/Guide-to-diabetes/Living_with_diabetes/Caring-for-children-with-diabetes/ Accessed July 2012.
2. Australian Diabetes Council. Teachers and Schools. Available at: www.diabeteskidsandteens.com.au Accessed July 2012.
3. NIH Medline Plus Library. Diabetes. Available at: www.nlm.nih.gov/medlineplus/ency/article/001214.htm Accessed July 2012.
4. Craig ME et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Definition, epidemiology and classification of diabetes in children and adolescents. *Pediatr Diabetes* 2009; Suppl 12: 3–12.
5. Clarke W et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Assessment and management of hypoglycemia in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009; Suppl 12: 134–145.
6. Couper JJ et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Phases of diabetes in children and adolescents. *Pediatr Diabetes* 2009; Suppl 12: 13–16.
7. Smart C et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Nutritional management in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009; 10(Suppl 12): 100–117.
8. Robertson K et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Exercise in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009; Suppl 12: 154–168.
9. NICE Clinical Guideline 15. Type 1 diabetes: diagnosis and management of type 1 diabetes in children, young people and adults. Available at: www.nice.org.uk/guidance/CG130 Accessed July 2012.
10. Bangstad HJ et al. ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2009 Compendium: Insulin treatment in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes* 2009; Suppl 12: 82–99.
11. Silverstein J et al. Care of children and adolescents with type 1 diabetes: a statement of the American Diabetes Association. *Diabetes Care* 2005; 28(1): 212.
12. Novo Nordisk website. Available at: www.novonordisk.com Accessed July 2012.

Информация представлена фармацевтической компанией Ново Нордиск, специализирующейся в области лечения сахарного диабета. Компания Ново Нордиск была основана в Дании 90 лет назад Нобелевским лауреатом в области физиологии, профессором Университета в Копенгагене Августом Крогом и его женой Марией, доктором медицинских наук, занимавшейся исследованиями метаболических заболеваний. Более того, она сама болела сахарным диабетом 2 типа. Супруги, узнав про открытие инсулина в Канаде, решили сделать инсулин доступным для всех людей с диабетом, и в 1923 году была основана компания Ново Нордиск.

Сегодня компания Ново Нордиск является мировым лидером в области производства и разработки лекарственных средств для лечения сахарного диабета, предлагая не только широкий портфель продуктов, но также и информационную поддержку пациентам всех возрастов.

Мы хорошо понимаем все те сложности, с которыми сталкиваются дети и подростки с сахарным диабетом в своей жизни. Поэтому наша совместная работа с родителями и врачами направлена на то, чтобы максимально улучшить качество помощи маленьким пациентам с диабетом на протяжении их взросления и развития.

Более полную информацию о компании Ново Нордиск вы найдете на сайте компании: www.novonordisk.com.ua



Информация в данной брошюре не заменяет рекомендации вашего врача. Проконсультируйтесь со специалистом при возникновении вопросов.

Ukr.NR.01.03.2013

Представительство компании Ново Нордиск А/О в Украине и Молдове

Украина, 04070, Киев, ул. П.Сагайдачного, 29/1

Телефон: +38 044 581 12 60

Факс: +38 044 581 12 68

www.novonordisk.com.ua www.novonordisk.com

