

KORISNIK:

**UDRUGA DJECE OBOLJELE
OD DIJABETESA I NJIHOVIH
RODITELJA CUKRIČI – ZADAR**
Andrije Kačića Miošića 13/B, 23 000
Zadar
Mobitel: 098 919 7272
Web: cukrici-zadar.hr
E-mail: udruga.cukrici@gmail.com

PARTNERI:

GRAD ZADAR
Narodni trg 1, 23 000 Zadar
Telefon: 023 208 100
Web: www.grad-zadar.hr
E-mail: eu.fondovi@grad-zadar.hr

**POLJOPRIVREDNA, PREHRAMBENA
I VETERINARSKA ŠKOLA STANKA
OŽANIČA, ZADAR**
Dr. Franje Tuđmana 24/h, 23000 Zadar
Telefon +385 23 315 668
Web: ppvs-ozanic.hr
E-mail: skola@ppvs-ozanic.hr

AKTIVNOSTI:

- EDUKACIJE
- RADIONICE
- JAVNE TRIBINE
- SAVJETODAVNA I PSIHOLOŠKA POMOĆ
- INDIVIDUALNA TERAPIJA
- PROGRAM ZA SAMOPOMOĆ I PODRŠKU
RANJIVIM SKUPINAMA KROZ SPORT
- PRIRUČNIK ZA USVAJANJE ZDRAVIH
PREHRAMBENIH NAVIKA

PROVEDBOM PLANIRANIH AKTIVNOSTI PROJEKT:

- JAČA KAPACITETE I ZNANJE ČLANOVA UDRUGE
TE POBOLJŠAVA KVALITETU NJIHOVOG ŽIVOTA
- JAČA ZNANJE O NAČINIMA PREVENCIJE SAME
BOLESTI I NJENIH KOMPLIKACIJA
- JAČA SVIJEŠT GRAĐANA O VAŽNOSTI ZDRAVIH
NAVIKA I ZDRAVLJA
- DOPRINOSI PODIZANJU SVIJEŠTI I ZNANJA
GRAĐANA O DIJABETESU
- SMANJUJE PREDRASUDE O DIJABETESU, KAKO
OBOLJELIH TAKO I NJIHOVE OKOLINE
- PROJEKT CUKAR 5.0 DOPRINOSI RAZVOJU I
JAČANJU KAPACITETA LOKALNIH OCD-A ZA
PROVEDBU AKTIVNOSTI PRILAGOĐENIH LOKALNIM
POTREBAMA U PODRUČJU SOCIJALNOG
UKLJUČIVANJA S NAGLASKOM NA DJELOVANJE
U KRIZNIM SITUACIJAMA.

NAZIV PROJEKTA:

CUKAR 5.0

**UKUPNA VRIJEDNOST PROJEKTA:
467.320,80 HRK**

**SUFINANCIRANJE IZ ESF-A:
397.222,68 HRK (85%)**

**SUFINANCIRANJE IZ DRŽAVNOG
PRORAČUNA RH: 70.098,12 HRK (15%)**

**RAZDOBLJE PROVEDBE:
16/2/2022- 16/4/2023**

**PROGRAM:
OP UČINKOVITI LJUDSKI POTENCIJALI**

**KORISNIK:****PARTNERI:**

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.
Projekt je sufinancirao Ured za Udruge Vlade Republike Hrvatske.

Sadržaj letka isključiva je odgovornost Udruge Cukriči - Zadar.
Za više informacija o EU fondovima: www.esf.hr i www.strukturnifondovi.hr

**PROJEKT JE SUFINANCIRALA EUROPSKA
UNIJA IZ EUROPSKOG SOCIJALNOG FONDA
I URED ZA UDRUGE VLADE REPUBLIKE HRVATSKE
U SKLOPU POZIVA "JAČANJE KAPACITETA
OCD-A ZA ODGOVARANJE NA POTREBE LOKALNE ZAJEDNICE"**

ŠEĆERNA BOLEST / DIJABETES / DIABETES MELLITUS

SLOŽENI POREMEĆAJ POPRAĆEN DUGOTRAJNOM POVIŠENOM RAZINOM ŠEĆERA (GLUKOZE) U KRVI

UZROK

- nedostatak inzulina
- nemogućnosti učinkovitog korištenja inzulina zbog inzulinske rezistencije

TIP 1 VS. TIP 2

- imunološki sustav napada i uništava beta stanice koje proizvode inzulini u gušterači
- tijelo još uvijek proizvodi inzulini, ali ga ne može učinkovito koristiti
- povezan sa prekomjernom težinom i neaktivnošću

U KOJOJ DOBI SE DIJAGNOSTICIRA

- 0 - 40
- obično se javlja kod djece i mladih
- nastaje iznenada
- najčešće 40+
- sve češće se pojavljuje u djece i adolescenata vezano na porast debljine
- do postavljanja dijagnoze prosječno prođe 5-7 godina

UDIO U BROJU OBOLJELIH

TIP 1 manje od 10%

TIP 2 preko 90%

SIMPTOMI

TIP 1

- pojačan apetit
- gubitak na težini
- razdražljivost

SIMPTOMI

TIP 2

- pojačana žeđ
- pojačan apetit
- gubitak na težini
- zamagljen vid
- sporo zarastanje rana
- trnci u rukama i nogama
- razdražljivost
- suhoća usta
- česte infekcije usta

LIJEČENJE

TIP 1

- inzulin - neophodan za preživljavanje
- injekcija / inzulinska pumpica

LIJEČENJE

TIP 2

- pravilna prehrana
- tjelesna aktivnost
- samokontrola glukoze u krvi i mokraći
- oralni antidiabetici (tablete)
- inzulin
- kombinacija tableta i inzulina

KOMPLIKACIJE ŠEĆERNE BOLESTI

HIPERGLIKEMIJA
visoka razina šećera u krvi
>10 mmol/l

- premalo inzulina
- previše hrane
- povišena tjelesna temperatura
- i/ili neka druga bolest

HIPOGLIKEMIJA
niska razina šećera u krvi
<3,9 mmol/l

- premalo hrane
- preskakanje obroka
- previsoka doza inzulina
- pojačana tjelesna aktivnost

- pojačana žeđ
- učestalo mokrenje
- bolovi u trbuhu
- mučnina
- izrazita glad
- razdražljivost
- glavobolja
- pospanost

- drhtavica
- pojačana žeđ
- preznjavanje
- vrtoglavica
- izrazita glad
- zamagljen vid
- glavobolja
- iscrpljenost
- umor
- promjene raspoloženja
- poteškoće u komunikaciji i koordinaciji
- osoba ne surađuje ili uopće ne reagira
- gubitak svijesti
- grčenje mišića poput epileptičkog napada

Izmjeriti razinu šećera u krvi

- piti puno vode
- ili limunade
- pozvati hitnu pomoć
- /nadležnog liječnika obavijestiti obitelj djeteta te postupati po njihovim daljnjim uputama.

Izmjeriti razinu šećera u krvi

- ponuditi djetetu: dekstrozu (3-4 glukoza bombona) / ili žlicu meda ili pola čaše voćnog soka (jabuka, naranča) ili ½ zrele banane / ili žličicu javorovog sirupa

PRAVILO 15/15 - uzeti 15 g brzodjelujućih ugljikohidrata (dekstroza) / nakon 15 minuta izmjeriti šećer / ukoliko je potrebno, pojesti manji obrok koji sadrži sporodjelujuće ugljikohidrate (manji sendvič)

AKO JE DIJETE BEZ SVIJESTI:

- treba ga poleći na bok, ne davati ništa na usta
- pozvati HMP na 194 ili 112
- aplicirati Glukagon prema uputi priloženoj u kutiji s injekcijom
- ne ostavljati dijete samo!!!

UKOLIKO NE POSTOJI MOGUĆNOST MJERENJA ŠEĆERA U KRVU, OSOBI SE PRISTUPA KAO DA JE U HIPOGLIKEMIJI!!!!