

Dijabetes



Glukoza

- * Sve što nas okružuje treba energiju. Da bi mogli hodati, pričati, igrati se ili raditi, ljudi trebaju energiju.
- * Naša energija dolazi iz hrane koju pojedemo. Da bi se hrana koju smo pojeli mogla pretvoriti u energiju, potrebno je da se prvo razgradi u GLUKOZU.
- * Razgradnja hrane u glukozu se događa u crijevima pa krvotok glukozu dostavlja do stanica, gdje se glukoza pretvara u energiju.
- * Međutim, glukoza ne može sama ući u stanice. Za to nam je potreban INZULIN.

Inzulin

- * Inzulin je hormon koji izlučuju beta-stanice gušterače, a koji zatim odlazi u krv i djeluje posvuda u tijelu.
- * Njegovo je glavno djelovanje smanjivanje količine glukoze u krvi.
- * Inzulin djeluje na staničnu membranu čineći je propusnom za glukozu.
- * Glukoza izgara ulaskom u stanicu, a pritom se oslobađa energija, nužna za život svake stanice.

Dijabetes - tip 1 i tip 2

- * Kod dijabetesa tipa 1 gušterača više gotovo ne proizvodi inzulin te su oboljeli ovisni o unosu inzulina u organizam.
- * Kod dijabetesa tipa 2 tijelo proizvodi inzulin, ali taj inzulin ili nije dovoljno vrijedan da obavi svoj posao ili je oboljela osoba pregojazna i tijelo ne proizvodi dovoljne količine inzulina.
- * Osobu koja ima dijabetes tipa 1 ili tipa 2 obilježava visoka razina glukoze u krvi.

Što je to dijabetes tipa 1?

- * Dijabetes tipa 1 nastaje kada prirodni obrambeni sustav pogreškom počne napadati beta-stanice gušterače koje izlučuju inzulin.
- * Razlog nastanka dijabetesa tipa 1 je nepoznat.
- * Simptomi bolesti su vidljivi kada je uništeno 90% beta-stanica gušterače.
- * Oboljeli od dijabetesa tipa 1 su ovisni o inzulinu i moraju ga cijelog života redovno i pravilno uzimati kako bi održavali prihvatljivu razinu glukoze u krvi.
- * Od dijabetesa tipa 1 obolijevaju djeca i mlađe osobe.

Samokontrola dijabetesa

- * Prije oboljenja od dijabetesa gušterača je održavala glukozu u krvi u normalnim granicama tako što je proizvodila dovoljnu količinu inzulina u pravo vrijeme.
- * Po oboljenju od dijabetesa tijelo ne proizvodi inzulin te mu se mora pomoći unošenjem izvana da nastavi raditi ono što se nekoć događalo samo od sebe.
- * Vrlo je važno nekoliko puta dnevno mjeriti razinu glukoze u krvi kako bi se moglo donijeti prave odluke u samokontroli bolesti.
- * No, lako je pogriješiti...

Hiperglikemija

(povišena glukoza u krvi)

ZNACI HIPERGLIKEMIJE

- * učestalo mokrenje
 - * velike količine urina
 - * gubitak tekućine
 - * Žeđ i suha usta
 - * suha koža
 - * gubitak energije
 - * gubitak na težini
 - * zamagljeni vid
- * Do hiperglikemije dolazi kada je razina glukoze u krvi previsoka. Neki od razloga za to su: propuštena doza ili uzimanje premalo inzulina, previše slatke hrane ili namirnica sa škrobom, stres, upalna bolest.
 - * Potrebno je unijeti dodatne doze inzulina kako bi se spriječio dugotrajna visoka glukoza u krvi.
 - * Dugotrajna visoka glukoza u krvi može dovesti do ketoacidoze, koja pak može biti opasna po život.

Hipoglikemija

(smanjena glukoza u krvi)

ZNACI HIPOGLIKEMIJE

- * drhtavica
 - * znojenje
 - * glad
 - * umor
 - * zamućen vid
 - * manjak koncentracije
 - * glavobolja
 - * suzne oči
 - * povećan broj otkucaja srca
 - * razdražljivost ili neraspoloženje
- * Do hipoglikemije dolazi kada je razina glukoze u krvi preniska. Neki od razloga za to su: premalo hrane ili preskakanje obroka, pretjerana fizička aktivnost, uzimanje previše inzulina, promjena mjesta uboda, uzimanje alkohola, nedavna hipoglikemija...
 - * Po pojavi prvih znakova potrebno je, ako je moguće, izmjeriti glukožu u krvi te dati pojesti nešto zaslađeno (ne pretjerati).
 - * Nakon 15 minuta potrebno je opet izmjeriti glukožu.
 - * Ako do sljedećeg obroka ima dosta vremena, bolesnik pri ruci treba imati nešto hrane.

Hipoglikemija (načini postupanja)

Ako se hipoglikemija pojavila:

- * neposredno prije jela – dati glukozu i pričekati 10 do 15 min do obroka. Ukoliko se jede odmah, tada će se glukoza pomiješati s hranom u želudcu pa će trebati duže vremena da se povisi šećer u krvi.
- * 30 do 60 min prije sljedećeg obroka – prvo uzeti glukozu, a zatim nešto pojesti (npr. voće) za održavanje razine šećera u krvi do predstojećeg obroka.
- * 1 do 2 sata prije obroka – uzeti glukozu i nešto pojesti, npr. mlijeko i/ ili sendvič.

Hipoglikemija (glukagonska injekcija)

- * Osobama s dijabetesom i s preniskom glukozom u krvi, a bez su svijesti ili nisu sposobne jesti ili piti, potrebno je dati injekciju glukagona kako bi se stimulirala razgradnja hormona glikogena u jetri i time postiglo povišenje krvne glukoze.
- * Glukagon se daje kao potkožna injekcija. Povećanje glukoze javlja se unutar 10 minuta i traje od 30 do 60 minuta.
- * Unutar 30 minuta ne bi trebalo jesti jer to može izazvati mučninu i povraćanje.
- * Ne ponavljati injekciju glukagona!
- * Ako se razina glukoze u krvi ne normalizira nakon injekcije glukagona, to nam govori da su pričuve glikogena potpuno ispražnjene.
- * Ako nakon glukagona bolesnik nije bolje u roku od 10 do 15 minuta, potrebno je pozvati Hitnu pomoć.

Dijabetes u školi

Važno je naglasiti sljedeće:

- * dijete s dijabetesom može raditi sve što i ostala djeca
- * prema djetetu s dijabetesom treba se ponašati jednako kako i prije bolesti
- * dijete može sudjelovati u svim školskim aktivnostima, što umanjuje osjećaj različitosti i unapređuje osjećaj samopoštovanja i cjelovitosti
- * dijete sa šećernom bolesti je zdravo dijete dok je god dobro kontrolirano.

Napomene za nastavnike

- * Dijete će u vrijeme školske nastave morati mjeriti glukozu u krvi.
- * Dijete će ponekad u tijeku školskog sata morati nešto pojesti kako bi spriječilo mogući nastanak hipoglikemije.
- * Ostale učenike u razredu potrebno je uputiti o osnove bolesti konkretnog učenika kako bi mu mogli pomoći u nekoj nepredviđenoj situaciji.
- * Kod ostalih učenika potrebno je razviti svijest da njihov prijatelj nije ništa drukčiji od njih već da samo ima dodatnu potrebu.

Pomoć u regulaciji bolesti

Inzulinska brizgalica



Glukagonska injekcija



Glukometar



KRAJ

Dijabetes

