



دیابت نوع 2 در کودکان

گروه هدف: والدین



Namnak.com

تهیه کنندگان: گروه آموزش به بیمار مرکز

با تایید دکتر قانع فرد (فوق تخصص غدد اطفال)

بازبینی بهار 1404

چنین غذاهایی ساندویچ پنیر یا شیر یا چند عدد بیسکوئیت است.

در موارد افت شدید قند خون علامت های زیر دیده می شود: کاهش هوشیاری (بی حسی)، تشنج
در موارد افت شدید قند خون چه باید کرد؟

به کودک بیهوش نباید از راه دهان غذا یا نوشیدنی بدهید چون وارد ریه شده او را خفه می کند. کودک را به یک پهلو خوابانده چانه اش را به سمت پایین بکشید به فوریت های پزشکی خبر بدهید. اگر آمپول گلوکاگون در دسترس دارید مقداری از آمپول را طبق دستور پزشک به صورت زیر جلدی یا عضلانی به کودک تزریق کنید. در مواردی که گلوکاگون در دسترس نیست می توان از تنقیه محلول گلوکز استفاده کرد.

علامت های افزایش قند خون

تشنگی، خستگی و ضعف، افزایش دفعات ادرار، تاری دید، کاهش وزن

هنگام افزایش قند خون چه باید کرد؟

اندازه گیری قند خون با گلوکومتر، استفاده از غذا و نوشیدنی های بدون قند، تزریق انسولین کریستال کوتاه مدت یا قلم های انسولین با اثر سریع طبق دستور پزشک.

منبع: درسنامه پرستاری کودکان

پیشگیری از دیابت نوع 2

حتی اگر فرزندان سابقه خانوادگی ابتلا به دیابت را داشته باشد از سنین ابتدای زندگی می توانید با کنترل وزن و فعالیت او جلوی ابتلاش را به این بیماری بگیرید.

علامت های افت قند خون کدامند:

در موارد خفیف تا متوسط پایین افتادن قند خون علامت های زیر بروز می کند: لرزش دست و احساس لرزش در عضلات، پوست رنگ پریده، عرق سرد، ضربان تند قلب، گرسنگی، بی قراری و گریه، سیاهی رفتن چشمها، خستگی و خواب آلودگی، سردرد و عدم تمرکز.

در این مرحله چه باید کرد؟

- ✓ باید به سرعت یک غذای شیرین مثل آب میوه، عسل، نصف لیوان آب به همراه 4-5 حبه قند به کودک بدهید.
- ✓ بهتر است از شیرینی های جامد استفاده نکنید تا در صورت ایجاد تشنج غذا به راههای هوایی کودک وارد نشود.
- ✓ اگر پس از 10 تا 15 دقیقه کودک احساس بهبودی پیدا نکرد این کار را تکرار نمایید. به دنبال بهتر شدن حال کودک باید یک ماده غذایی که قند آن جذب طولانی تری دارد به او بدهید تا دوباره افت قند تکرار نشود.

دیابت نوع 2 در کودکان

اگر پانکراس نتواند انسولین کافی بسازد یا بافت های بدن فرد نتواند از انسولین به درستی استفاده کنند بدن با کمبود مواجه شده و در نتیجه قند در جریان خون باقی مانده و فرد دچار دیابت می شود.

دیابت نوع 2 به مرور زمان سبب صدمه رسانی به چشم ها، قلب، عروق خونی، اعصاب، کلیه ها می شود و همچنین فرد را در برابر بیماری ها و عفونت های مختلف آسیب پذیر می کند.

در گذشته پزشکان اعتقاد داشتند که دیابت نوع 2 تنها بزرگسالان را مبتلا می کند اما امروزه تعداد کودکان مبتلا به دیابت نوع 2 رو به افزایش است.

عواملی که خطر ابتلا به دیابت نوع 2 را در کودکان افزایش می دهد: چاقی، فعال نبودن، سابقه خانوادگی ابتلا به دیابت.

علائم دیابت نوع 2 در کودکان

این بیماری ابتدای پیدایش علائم خاصی را از خود بروز نمی دهد.

اما کودک می تواند نشانه های خفیفی داشته باشد. تکرر ادرار، احساس تشنگی بیش از حد طبیعی، پر رنگ شدن چینه های دور گردن یا زیر بغل و کشاله ران

دیابت نوع 2 چگونه تشخیص داده می شود؟

یک آزمایش قند خون ساده می تواند نشان دهد که فرزندان دیابت دارد یا خیر.

اگر این آزمایش مشخص نکند که فرزندان دیابت نوع 1 دارد یا نوع دو، پزشک تعدادی آزمایش خون دیگر هم برای او درخواست می کند.

درمان دیابت نوع 2

- قند خون فرزندان را در زمان های مختلف هر روز ثبت کنید. این جدول به شما کمک می کند تا بدانید هر غذا یا فعالیتی چه تاثیری بر قند خون فرزندان می گذارد.
- به فرزندان یاد دهید تا غذای مناسب با بیماری اش را برای خوردن انتخاب کنند،
- باید مقدار کربوهیدرات تمام وعده های غذایی فرزندان برابر باشد، این روش به ثبات سطح قند خون فرزندان کمک می کند. در میان انواع گروه های غذایی کربوهیدرات ها بیشترین تاثیر را بر سطح قند خون می گذارند.

✓ قند های ساده مانند قند، شکر، غلات، سبزی های نشاسته ای، شیر، ماست بیشترین اثر را بر قند خون بیمار دارند.

✓ از مشاوره تغذیه با تجربه برای فرزندان رژیم مخصوص بیماری اش را بگیرید.

✓ به فرزندان کمک کنید فعال تر باشد و زیر نظر متخصص غدد، تغذیه و ورزش برای او تمرینات منظم ورزشی تدوین کنید.

✓ پیاده روی بهترین فعالیتی است که می تواند داشته باشد، مراقب باشید فرزندان داروهایش را در زمان مشخص و به مقدار تعیین شده توسط پزشک مصرف کند.

✓ درمان دیابت نوع 2 اکثرا توسط قرص های پایین آورنده قند خون و در ادامه در صورت عدم پاسخ تجویز انسولین است. در ابتدای بروز بیماری نیز جهت کنترل قند خون در شرایط خاصی نیاز به تجویز انسولین است.

