

# Dziecko z cukrzycą idzie do szkoły

*Szkoła to dla dzieci, młodzieży drugi dom, dlatego wszyscy pracownicy szkoły powinni – w miarę możliwości – stworzyć warunki, by uczniowie z cukrzycą mieli tam poczucie bezpieczeństwa, znaleźli oparcie w osobach życzliwych i kompetentnych w sprawach ich zdrowia. Niezwykle ważna jest także akceptacja ze strony kolegów.*

mgr **ALICJA SZEWCZYK**

specjalista pielęgniarstwa diabetologicznego, Klinika Endokrynologii i Diabetologii, Instytut „Pomnik-Centrum Zdrowia Dziecka”, Warszawa, Polska Federacja Edukacji w Diabetologii

**W**iedza na temat cukrzycy nauczycieli, kolegów i koleżanek ze szkoły daje choremu dziecku (oraz jego rodzicom) większą szansę na poczucie się bezpiecznym, akceptowanym i rozumianym przez środowisko, w którym przebywa. Z tego powodu wskazana jest stała współpraca między zespołem diabetologicznym, zajmującym się dzieckiem chorym na cukrzycę, a zespołem szkolnym (nauczyciele, pielęgniarki szkolne, rówieśnicy).

## Wskazówki dla nauczycieli

Ważna jest ochrona dziecka przed poczuciem inności przez zapewnienie mu w ramach szkolnej rutyny możliwości dbania o zdrowie, np. dziecko może zjeść posiłek w dowolnym czasie, ale także jada z innymi dziećmi obiady, ma stworzone warunki prywatności, by zbadać glikemię, podać zastrzyk z insuliny. A poza tym:

- Zachęcanie dziecka do przyjmowania odpowiedzialności za niektóre czynności ważne w leczeniu cukrzycy.
- Pozwolenie dziecku na wychodzenie do toalety poza przerwy szkolnymi, co może być istotne w przypadku niskich poziomów glukozy we krwi.
- Zachęcanie dziecka do udziału we wszystkich przejawach życia społecznego, sportowego i naukowego szkoły.
- Pozwolenie na zjedzenie posiłku przed wychowaniem fizycznym lub w przypadku zagrożenia hipoglikemią.

- Zawiadomienie rodziców z wyprzedzeniem o okolicznościach, do których dziecko powinno się przygotować, np. wycieczka, zawody sportowe.

- Zrozumienie, że dziecko może osiągnąć gorsze wyniki podczas sprawdzianu pisemnego czy odpowiedzi ustnej wskutek przebytej hipoglikemii.

- Zadbanie, by w klasie były produkty węglowodanowe szybko wchłaniające, np. kostki cukru, płynna glukoza, glukoza prasowana.

- Niepozostawianie dziecka samego w czasie hipoglikemii lub po epizodzie niedocukrzenia.

- Umożliwienie wykonania badania poziomu cukru podczas lekcji.

- Organizowanie w miarę potrzeby spotkań dla uczniów z udziałem zaproszonego lekarza, pielęgniarki, dietetyka.

- Urządzenie w pokoju nauczycielskim kąjaka informacyjnego, np. powieszenie informacji o objawach hipoglikemii, instrukcji podania glukagonu.

- Stały kontakt telefoniczny z rodzicami dziecka chorego na cukrzycę.

## Wskazówki dla rodziców

Konieczne jest przekazanie informacji ustnej o chorobie – w rozmowie powinno uczestniczyć także dziecko. Pomocne będzie także:

- Dostarczenie pisemnej informacji dotyczącej rozpoznawania zmiennych objawów rozwijającej się hipoglikemii, postępowania z dzieckiem w razie jej wystąpienia, postępowania przed, w trakcie i po wysiłku fizycznym na lekcji wychowania fizycznego (informacje takie są przygotowane przez zespoły diabetologiczne w poradniach i oddziałach diabetologicznych).



foto: DEPOSITPHOTOS

- Dostarczenie pisemnego zaświadczenia od lekarza prowadzącego z poradni diabetologicznej o terapii cukrzycy (metoda podawania insuliny, rodzaj i dawka insuliny, odżywianie, czyli wymienniki pokarmowe w pożywieniu, współistniejące choroby, np. celiakia).

- Przekazanie materiałów informacyjnych o odżywianiu w przypadku cukrzycy z ustalonym planem posiłków.

- Ustalenie z personelem szkoły, w jakim zakresie dziecko potrzebuje pomocy, np. przypomnienia o zjedzeniu drugiego śniadania, badania glikemii na glukometrze, podania insuliny.

- Zaopatrzenie dziecka w dodatkowy zestaw potrzebny w szkole, dostępny także dla pracowników szkoły:

- zestaw z glukagonem,
- instrukcja podania glukagonu,
- broszury dla nauczycieli, plakaty,
- płynna glukoza, glukoza prasowana,
- pudełko pasków do mierzenia glikemii na glukometrze,
- pen z analogiem insuliny szybko działającej, pen z insuliną krótko działającą (jeżeli dziecko jest leczone metodą intensywnej insulinoterapii i wymaga podania insuliny w porze obiadu),
- pen z analogiem insuliny szybko działającej, jeżeli dziecko stosuje osobistą podskórną pompę insulinową,
- kartka, na której są wpisane dane dziecka (imię i nazwisko, adres, telefon do rodziców, telefon do poradni diabetologicznej, w której dziecko się leczy, telefon do lekarza prowadzącego).

## Działania pielęgniarki

W wypadku ucznia/grupy uczniów z cukrzycą działania pielęgniarki szkolnej powinny koncentrować się na:

- Obserwacji:
  - rozwoju fizycznego (prawidłowa masa ciała względem wzrostu),
  - właściwego odżywiania opartego na przeliczaniu węglowodanów w danym produkcie (zapobieganie otyłości),
  - regularnego wysiłku fizycznego (uczestniczenie dziecka w wf),
  - higieny, pielęgnacji jamy ustnej,
  - występowania powikłań ostrych zagrażających życiu i późnych prowadzących do kalectwa.
- Rozmowie z chorym uczniem lub grupą uczniów na temat:
  - samokontroli choroby,
  - zapobiegania ostrym i późnym powikłaniem cukrzycy,
  - szkodliwości palenia tytoniu, picia alkoholu, brania narkotyków,
  - funkcjonowania w grupie,
  - relacji uczeń – nauczyciel.

## TU ZNAJDZIESZ PRAKTYCZNE INFORMACJE

Broszury edukacyjne PFED [www.pfed.org.pl](http://www.pfed.org.pl):

Dziecko z cukrzycą w środowisku nauczania  
Opieka pielęgniarki szkolnej nad uczniem z cukrzycą

One są wśród nas [www.bc.ore.edu.pl/dlibra/collectiondescription?dirids=20](http://www.bc.ore.edu.pl/dlibra/collectiondescription?dirids=20)  
Seria książeczek poświęconych problemom dzieci przewlekle chorych

Życie cukrem pisane [www.diabetycy.eu](http://www.diabetycy.eu)

Mam cukrzycę. Idę do nowej szkoły [www.diabetycy.eu](http://www.diabetycy.eu)

Seria książeczek przygotowana przez Ogólnopolską Federację Organizacji Pomocy Dzieci i Młodzieży Chorym na Cukrzycę

- Przeprowadzeniu lekcji informacyjnej o istocie choroby w klasach uczniów z cukrzycą:

- poinformowanie o pierwszej pomocy w chwili ciężkiego niedocukrzenia (pokaz podania glukagonu),
- zapoznanie ze sprzętem do podawania insuliny (wstrzykiwacze typu pen, osobiste pompy insulinowe),
- wykonanie uczniom pomiaru glikemii na glukometrze.

- Przekazaniu informacji o chorobie radzie pedagogicznej:

- przeprowadzenie szkolenia z zakresu istoty choroby, leczenia, samokontroli, dokładne omówienie zagrożeń związanych z chorobą, które mogą wystąpić w szkole, np. hipoglikemia,
- dostarczenie materiałów edukacyjnych w formie broszur, informacji dla nauczyciela, plakatów,

- urządzenie kąjaka informacyjnego w pokoju nauczycielskim – powieszenie na tablicy zdjęć dzieci z cukrzycą, plakatu z objawami niedocukrzenia i instrukcji podania glukagonu.

- Współpracy z rodzicami chorych dzieci poprzez:

- zaproszenie na organizowane pogadanki o tematyce zdrowotnej w czasie spotkań semestralnych,
- korespondencję listowną,
- rozmowę przy okresowych badaniach profilaktycznych.

## Pomoc rodzinie i dziecku

Współczesne systemy oświaty obejmują nauczaniem wszystkie dzieci poprzez zapewnienie każdej jednostce warunków do osiągnięcia optymalnych wyników w zakresie zdobywania wiedzy, umiejętności i sprawności oraz warunków wszechstronnego rozwoju.

Rezultatem efektywnego radzenia sobie z chorobą ma być nie tylko dobra kontrola metaboliczna, ale także po-

wrót do porównywalnego z poprzednim poziomem funkcjonowania, odzyskanie społecznej i psychicznej jakości życia, przystosowanie emocjonalne do życia z chorobą. Warunkiem tego jest przyjęcie przez dziecko, jego rodzinę możliwie najpełniejszej kompletnej pomocy w stosunkowo wczesnym stadium zachorowania, ich gotowość do zaakceptowania choroby, motywacja i umiejętność radzenia sobie z leczeniem.

Leczenie dziecka chorego na cukrzycę powinno zapewnić mu zdrowie uwarunkowane dobrym samopoczuciem, pełną sprawnością fizyczną i intelektualną oraz stworzyć możliwość uczestniczenia we wszystkich rodzajach aktywności dziecięcej na równi z kolegami i koleżankami. To zadanie szczególnie trudne zarówno dla personelu medycznego, samego chorego, jak i dla rodziców, którym należy udzielić wiele pomocy i zrozumienia. Szkoła w życiu każdego dziecka jest instytucją znaczącą. Ważne jest, żeby personel został poinformowany o chorobie, miał informacje o postępowaniu w sytuacjach zagrażających życiu dziecka. Szkoła staje się dla dziecka drugim domem, dlatego też wszyscy pracownicy szkoły w miarę możliwości powinni przygotować się do tego, aby uczeń czuł się w szkole bezpiecznie i miał zapewnioną optymalną opiekę.

W roku 2008 w Ministerstwie Edukacji Narodowej zainicjowane zostały prace mające na celu przygotowanie nauczycieli oraz tworzenie w szkołach i przedszkolach warunków do nauki dla dzieci przewlekle chorych. Jest to grupa dzieci, których choroba stwarza czasami pewne ograniczenia, wymaga udzielenia pomocy lub zapewnienia określonych warunków, ale nie może być powodem dyskwalifikacji czy odmowy pełnoprawnego uczestnictwa w procesie edukacji. W Centrum Metodycznym Pomocy Psychologiczno-Pedagogicznej od wielu lat podejmowane są działania na rzecz włączenia w nurt powszechnie dostępnej edukacji wszystkich dzieci, również niepełnosprawnych, chorych oraz z różnymi specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Jedną z takich inicjatyw jest seria wydawnicza „One są wśród nas”, która ma na celu przygotowanie nauczycieli do pracy z dziećmi o specjalnych potrzebach edukacyjnych. □

**CUKRZYCA JEST ZABURZENIEM WYNIKAJĄCYM ZARÓWNO Z PREDYSPOZYCJI GENETYCZNEJ, JAK I Z CZYNNIKÓW ŚRODOWISKOWYCH. CHARAKTERYZUJE SIĘ ZMIENIENIEM METABOLIZMU WĘGLOWODANÓW, BIAŁEK I TŁUSZCZÓW, CZEGO PRZYCZYNNĄ JEST WZGLĘDNY NIEDOBÓR WYDZIELANEJ INSULINY ORAZ RÓŻNEGO STOPNIA INSULINOOPORNOŚĆ.**

