

A GYERMEKKORI CUKORBETEGSÉG

||||||| SERESNÉ SZABÓ ÁGNES, STÉGERMÁJER MÓNICA, DR. SOÓS ANDREA |||||



AZ OKTATÓANYAG A MAGYAR DIABETES TÁRSASÁG VEZETŐSÉGE MEGBÍZÁSÁBÓL,
A SANOFI TÁMOGATÁSÁVAL KÉSZÜLT

KÉSZÍTETTE A MAGYAR DIABETES TÁRSASÁG EDUKÁCIÓS MUNKACSOPORTJA

Az Ön gyermeke cukorbeteg lett, emiatt néhány napra kórházi kezelés vált szükségessé. A következőkben néhány hasznos tudnivalóról szeretnénk tájékoztatni.

MIT IS JELENT A CUKORBETEGSÉG?

A cukorbetegségnek, vagy más néven diabétesz mellitusznak két fő formáját különböztetjük meg: az úgynevezett 1-es típust, amely az inzulin hiánya miatt alakul ki, illetve a 2-es típust, amelyet az inzulinhatás elégtelensége okoz. A két formának eltérő kezelési lehetőségei vannak. Gyermekkorban leggyakrabban az 1-es típus fordul elő.

MI AZ INZULIN ÉS MILYEN HATÁSA VAN?

Az inzulin a hasnyálmirigyben termelődő hormon, melynek hatására a vérből a cukor bejut a szervezet apró építőköveibe, a sejtekbe. Cukorbetegségben a hasnyálmirigy inzulintermelő képessége csökken, majd megszűnik. Inzulin hi-

ányában a sejtek az energiát adó cukrot nem képesek felvenni, így a szervezet éhezik. A vérben felhalmozódó cukor a vizelettel ürül.

MELYEK A BETEGSÉG KIALAKULÁSÁNAK TŰNETEI?

A gyermek sokat pisil, a már szobatiszta gyermek bevizel, illetve gyakran kijár éjszaka WC-re. A jelentős folyadékvesztés miatt sokat iszik, mégis szinte állandóan szomjas. Feltűnő a megnövekedett étvágy. Többet eszik, mint korábban, ennek ellenére fogy. Súlyosabb esetben lehelete acetonszagú. Előfordulhat, hogy fejfájás, hasfájás, a nemi szervek viszketése, fáradékonyság esetleg szűrővizsgálat kapcsán mért magas vércukorérték miatt derül fény a cukorbetegségre.

HOGYAN KEZELHETŐ?

A kezelés három pillére:

1. inzulinterápia
2. étrendi kezelés
3. helyes életmód

INZULINTERÁPIA

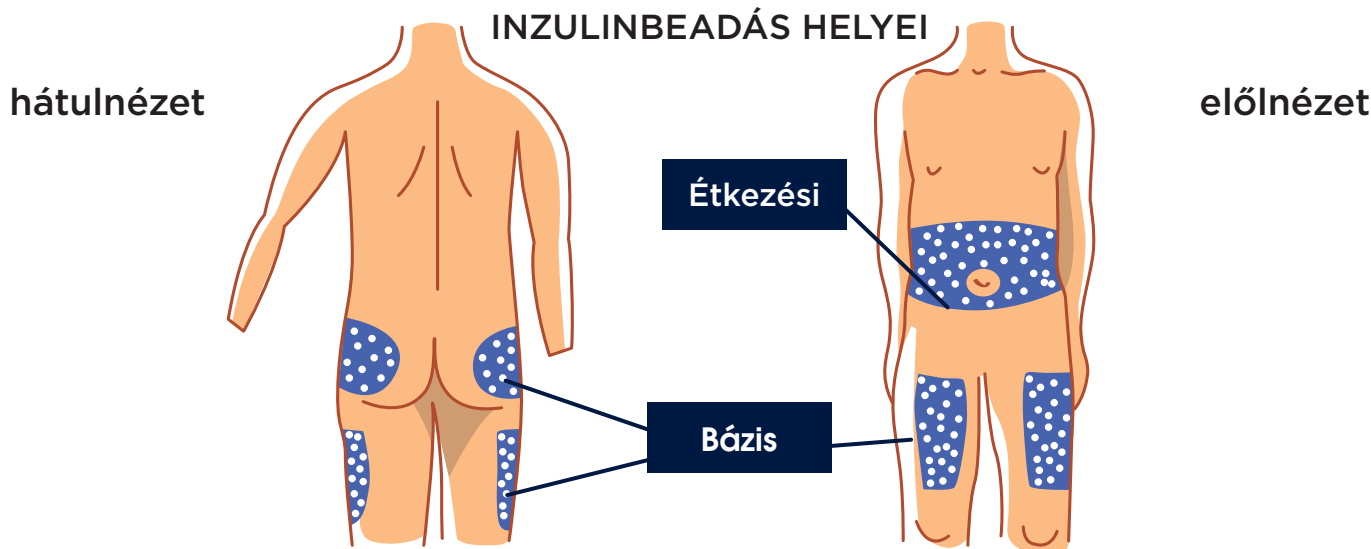
Az 1-es típusú cukorbetegség esetén a kezelés során az inzulin pótlásáról gondoskodnunk kell! Az inzulin csak injekció formájában adható, mert az emésztőenzimek lebontják, így szájon át hatástalan. Tehát tablettás kezelésre nincs lehetőség. A kezelőorvos az inzulin alkalmazásának módját a gyermek életkorától és szellemi érettségétől függően fogja az Önök számára meghatározni.

MÓDJAI, ESZKÖZEI:

Hagyományos napi kétszeri (reggeli és vacsora előtti) inzulinadás, amely gyárilag előkevert inzulinnal történik.

Napi többszöri inzulinadás a főétkezések előtt (reggel, délben, este) alkalmazott gyorshatású inzulinnal és általában lefekvés előtt adott elhúzódó hatású inzulinnal lehetséges.

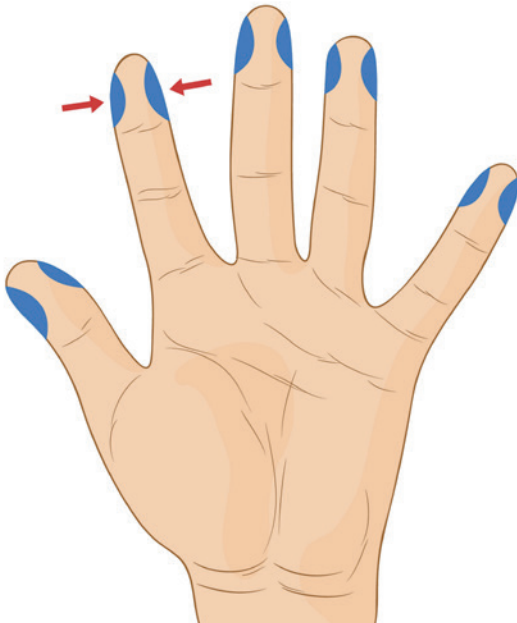
Az inzulint egyszerűen kezelhető adagolóeszközökkel, úgynevezett Penekkel (tollakkal) picit tú segítségével a bőr alatti zsírszövetbe juttatjuk, az ábrán látható területekre.



VÉRCUKOR-ÖNELLENŐRZÉS

Az inzulinkezelés során gyermekének napi több alkalommal vércukormérésre is szüksége lesz, ezzel ellenőrizzük a **terápia** hatékonyságát. Jelenleg többféle eszköz áll rendelkezésre, melyet a gyermeke közgyógyellátás terhére kap. A méréshez szükséges cseppnyi vért speciális ujjbegyszűrő láncza segítségével nyerhetünk. A szúrások optimális helyei a képen láthatók.

UJJSZÚRÁSI HELYEK



2. ÉTRENDI KEZELÉS

Amennyiben gyermeke eddig egészségesen táplálkozott, akkor jelentősebb változtatásra nem lesz szükség. **Cukor** és cukorral készült élelmiszerek fogyasztása **kerülendő**, mert túlzott vércukoremelkedést okoz. **Ízesítésre** természetes vagy mesterséges **édesítőszer**ek használhatók életkornak megfelelően. Ajánlott a **napi 5-6-szori étkezés**, melyet **meghatározott időben és mennyiségben** célszerű fogyasztani. Ennek mértéke és összetétele egyénileg, a gyermek igénye alapján határozható meg. Javasolt a **magas rosttartalmú élelmiszerek** fogyasztása (teljes kiőrlésű kenyér, tészta, barna rizs), lehetőség szerint minden étkezéshez fogyasszon **zöldséget** és naponta legalább kétszer **gyümölcsöt**. Amennyiben gyermeke eddigi szokásai alapján megvalósítható, reggelire a tej fogyasztását nem javasoljuk, tekintettel gyors vércukoremelő hatására. A tejtermékekkel együtt elsősorban kísértkezésekre ajánljuk. A gyermekek

fejlődéséhez szükséges heti 2-3 db tyúktójtás, naponta 1-2 adag csirke, pulyka, sovány sertéshús, hal, melyet sütve, főzve, párolva ajánlunk elkészíteni. A kis mennyiségű zsiradék minden esetben növényi legyen (olaj, margarin). A kezelés hatására folyadékszükséglete a korábban megszokottnak megfelelően fog rendeződni. Ne feledjük, hogy **szomjoltásra** a legmegfelelőbb a víz, vagy az ízesítés nélküli gyümölcsstea. Magas vércukorszint esetén fontos a folyadékbevitel fokozása!

3. ÉLETMÓDI TANÁCSOK

A rendszeres testmozgás megfelelő inzulinadagolás mellett az inzulin hatását fokozza, a vércukorszintet csökkenti. A cukorbeteg gyermeknek nem kell lemondania eddigi sporttevékenységéről, de szorosabb ellenőrzést igényel. Sport vagy egyéb fizikai aktivitás alatt a szervezetnek több szénhidrátra és kevesebb inzulinra van szüksége. Mozgás során a kórosan alacsony vércukorszint (hipogliké-

mia) kialakulásának megnő a veszélye.

A cukorbetegség kezelése során törekszünk a közel normális vércukorértékek elérésére. Azonban a túl alacsony (hipoglikémia) vagy túl magas (hiperglikémia) vércukorszint sem kívánatos.

MIT NEVEZÜNK HIPOGLIKÉMIÁNAK?

A vércukorszint nagyon alacsonynyá válik (3,5 mmol/l alatt). Jellemző tünetek: éhségérzet, remegés, gyengeség, hideg veríték, sápadtság, súlyos esetben végtagrángás, eszméletvesztés, de bármilyen szokatlan viselkedés gyermekénél **hipoglikémia** jele lehet, ezért vércukormérés szükséges. **Kezelése:** életkornak megfelelően 2-4 db szőlőcukor vagy 1-2 dl gyümölcsle, 1-2 dl tej, esetleg cukros szénsavas üdítő, ezt követően 4-5 darab keksz vagy 2-3 dkg kenyérféle. A tünetek megszűnése után a vércukorszint ellenőrzése szükséges!

MIT NEVEZÜNK HIPERGLIKÉMIÁNAK?

Inzulin hiányában a vércukor kóros mértékben emelkedik, ez a hiperglikémia. A magas vércukor a gyerekeknél általában nem okoz kellemetlen tüneteket, de a folyadék-fogyasztásuk nő, a vizeletürítés fokozódik. A tartósan fennálló magas vércukor esetén kialakuló súlyos anyagcserezavart nevezük **ketoacidózisnak**. **Tünetei:** hányinger, hányás, hasfájás, acetonos lehelet, szapora mély légzés, aluszékonyság, eszméletvesztés. Kezelése kizárólag kórházban történhet! A hipoglikémiát és a ketoacidózist nevezük a diabétesz akut szövődményeinek.

A diabétesz a fenti elvek alapján kezelendő, de meggyógyítani a tudomány mai állása szerint nem lehetséges. A diabéteszes gyermekek életminősége a megfelelő odafigyelés mellett nem rosszabb egészséges társainál. A diabétesz az egészségnek feltételekhez kötött állapota!



Ajánlott irodalom:

www.diabet.hu

www.macosz.hu

www.diabetesz.hu