



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی

درمانی لرستان

بیمارستان امام خمینی (ره)

پلدختر

## موضوع : دیابت در کودکان

گرد آورنده : جعفر مریدی

کارشناس پرستاری

آبان ماه ۱۳۹۴

میزان شیوع دیابت در سر تا سر جهان رو به افزایش است به خصوص در بین کودکان . طبق مطالعات انجام شده بیشتر کودکان علایم و نشانه های دیابت کودکان را ذکر می کنند و به دیابت نوع I مبتلا هستند این بیماری در کودکان زیر ۱۱ سال بروز می کند و تا پایان عمر با کودک همراه است و زمانی ظاهر می شود که پانکراس تولید و ترشح انسولین را متوقف می کند علل اصلی بروز دیابت در کودکان همانند دیابت بزرگسالان هنوز مشخص نشده است به نظر می رسد که بروز دیابت کودکان یک عامل ارثی دارد . که با عوامل زیستی از جمله سبک زندگی (فعالیت بدنی و رژیم غذایی و...) فعال می شود.

**علایم دیابت نوع ۱ در کودکان :**

-نشانه های کاهش قند خون : کودک عرقی می کند - می لرزد -گرسنه می شود افت قند خون سریع اتفاق می افتد و ممکن است چند دقیقه

بعد از ورزش با دریافت انسولین بدون خوردن غذای کافی رخ دهد.

-نشانه های افزایش قند خون : کودک گرسنه یا تشنه می شود - تکرر ادرار پیدا می کند دیدش تار می شود - قند خون در طول روز به تدریج بالا می رود . مهم ترین نشانه ها عبارتند از: دل درد - مشکلات رفتاری سردرد . دل دردهای مکرر و سابقه ی ابتلا به بیماریها ممکن است از علایم ابتلا به دیابت باشند.

### درمان دیابت در کودکان :

پس از تشخیص بیماری یا پی بردن به وجود نشانه های آن در کودکان لازم است که به یک متخصص غدد مراجعه کنیم . کودک مبتلا به دیابت نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارد زیرا درد دیابت نوع ۱ کودکان ، تعداد زیادی از سلول های

جزایر لانگرهانس تخریب شده اند و میزان انسولین تولید شده کافی نیست یا اصلاً ترشح انسولین وجود ندارد تنها روش درمانی در این مورد تجویز انسولین است. طبیعی است گروهی که مراقبت از کودک مبتلا به دیابت را بر عهده دارد. مطابق با نیازهای فردی کودک و مقدار فعالیت های بدنی وی مقدار انسولین مصرفی را تعیین می کند در طول روز از انسولین سریع الاثر استفاده می شود و در طول شب انسولین طول الاثر به کار می رود پمپ انسولین هم در بین کودکان مصرف زیادی دارد در بیشتر اوقات مقدار اندکی مصرفی زیادی دارد دوز بیشتر اوقات مقدار اندکی انسولین برای کودکان کم سن و سال لازم است هر چند مقدار تجویز شده با رشد کودک و

بزرگتر شدن وی تغییر خواهد کرد. **مراقبت وعده هایی غذایی فرزندان باشید:**  
-بهرتر است به طور مرتب و منظم با یک متخصص تغذیه ماهر و با تجربه ملاقات داشته باشید تا برنامه غذایی مناسب و اشتها آوری را برای فرزندان تنظیم کند.  
-یادتان باشد فرزندان همیشه کنار شما نیست جشن تولدها ، مهد کودک ، مدرسه و... بنابراین باید با صبر و حوصله و کمک گرفتن از متخصص تغذیه و غدد نحوه صحیح تغذیه را به او بیاموزید.  
-مقدار کربوهیدرات مصرفی او را دقیقاً محاسبه کنید از انسولین های سریع الاثر کمک بگیرید و دوز آن را بنا به آنچه فرزندان در وعده غذایی اش خورده تنظیم کنید.

**دیابت نوع ۲ در کودکان :**

عوامل که خطر ابتلا به دیابت نوع ۲ را کودکان افزایش می دهد:  
- چاقی  
- فعال نبودن  
- سابقه خانوادگی ابتلا به دیابت  
علائم دیابت نوع ۲ در کودکان . این بیماری در ابتدای پیدایش علائم خاص را از خود بروز نمی دهد اما کودک می توان نشانه های خفیفی داشته باشد.  
- تکرر ادرار  
- احساس تشنگی بیش از حد طبیعی  
- کاهش وزن بدون دلیل مشخص  
**تشخیص دیابت نوع ۲ :**  
یک آزمایش قند خون ساده می تواند نشان دهد که فرزندان دیابت دارد یا خیر اگر این آزمایش مشخص نکند که فرزندان دیابت نوع ۱ دارد یا ۲- پزشک

تعدادی آزمایش دیگر هم برای او تجویز می کند.

### **درمان دیابت نوع ۲:**

-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 تأثیری بر قند خون وی دارد.

-به فرزندان یاد دهید تا غذاهای مناسب با بیماری اش را برای خوردن انتخاب کند.

- باید مقدار کربوهیدرات تمام وعده های غذایی فرزندان

برابر باشد . این روش به ثبات سطح قند خون وی کمک می کند.

- قند - شکر - غلات - سبزی های نشاسته ای - شیر و ماست

کربوهیدرات دارند این نوع

گروه مواد غذایی بیشترین

تأثیر را بر سطح قند خون

دارند.

- از مشاوره تغذیه برای رژیم غذایی مخصوص بیماری اش کمک بگیرید.

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

- پیاده روی بهترین فعالیتی است که می تواند داشته باشد

- مراقبت باشید فرزندان

داروهایش را در زمان مشخص و به

مقدار تعیین شده توسط پزشک مصرف کند.

### **پیشگیری از دیابت نوع ۲:**

حتی اگر فرزندان سابقه

خانوادگی ابتلا به دیابت را

داشته باشد از سنین ابتدای

زندگی می توانید با کنترل وزن و

فعالیت او جلوی ابتلایش را به

این بیماری بگیرید.