



مرکز آموزشی و درمانی
تخصصی و فوق تخصصی کودکان بو علی اردبیل

مرکز آموزشی درمانی تخصصی و فوق تخصصی کودکان بوعلی اردبیل

دیابت در کودکان



تهیه شده:

واحد آموزش سلامت به بیمار و خانواده
با نظارت دکتر کاتبی فوق تخصص غدد کودکان

1404

ورزش:

در صورت قند کمتر از 100 نباید فرزندتان ورزش بکند ، 15-30 گرم
کربوهیدرات بخورد مانند سیب یا نصف موز.

در صورت قند بیشتر از 250 بهتر است ورزش نکند ورزش شدید در فردی
که قندهای کنترل نشده دارد، می تواند موجب DKA (کتواسیدوز دیابتی)
شده و خطرناک است.



منبع: مراقبت های پرستاری کودکان

3. از تبعیض قائل شدن برای کودک دیابتی باید پرهیز کرد.

4. وقتی کودک وارد مدرسه شد، باید با اولیای مدرسه و معلم او در
مورد بیماری اش صحبت شود تا آنها بدانند که کودک در ساعات خاصی
نیاز به تغذیه و تزریق انسولین دارد و اگر دچار افت قند شد، چگونه به
او کمک کنند.

5. یکی از ویژگیهای دیابت کودکان این است که نشانه های آن ممکن
است به سرعت و ناگهانی بروز کنند و به سرعت ولی موقتاً از بین
بروند که گاهی والدین با مشاهده این وضع، تزریق انسولین را متوقف
می سازند. باید توجه داشت که این دوران بهبود که به آن ((ماه غسل))
بیماری می گویند گذراست و به زودی نشانه های بیماری دوباره پدیدار
خواهند شد. این حالت اغلب 2 - 1 ماه پس از شروع دیابت رخ می دهد
و معمولاً 2 - 1 ماه و گاهی یک سال طول می کشد. در این دوره وظیفه
والدین اندازه گیری منظم قندخون و ادرار و کاهش تدریجی مقدار
انسولین است.

6. همچنین کمای دیابتی در کودکان زیاد دیده می شود.

7. گاهی مسائل جالب توجهی اتفاق می افتد، مثلاً کودک دیابتی که
در درس حساب قوی بوده، ناگهان در این درس افت شدید پیدا می کند
ولی بعدها معلوم می شود که زمان درس حساب قبل از ناهار یا پس از
ساعت ورزش بوده است. در این زمانها قند کودک در حد پایین است و
تمرکز و دقت و درک او هم کاهش می یابد.

8. مسائل روانی کودک اهمیت زیادی دارند. کودک دیابتی حس می
کند با دوستانش فرق دارد به ویژه که از خوردن بستنی و نان خامه ای
محروم است. باید فضایی ایجاد گردد که کودک غم ها و ناراحتی هایش
را با والدین در میان بگذارد. وقتی کودک به میهمانی، مسافرت و می
رود، سرنگ و شیشه انسولین و برنامه غذایی اش را نباید فراموش کند

بیمار شدن حین مسافرت:

در صورت بروز بیماری حاد ممکن است قند خون افزایش یابد بنابراین
در این موارد اندازه گیری قند خون ضروری است اگر بیماری کودک
شما 2 - 1 روز طول کشیده یا همراه با استفراغ یا اسهال باشد ممکن
است نیازمند تغییر درمان قبلی یا داروهای اضافی باشید در این موارد
حتماً کتون ادرار را نیز بررسی کنید در صورت وجود کتون در ادرار
سریع به پزشک مراجعه نمایید.

طی دوره بیماری به هیچ وجه نباید مصرف انسولین یا قرص کودک را
قطع نمایید در صورت عدم اشتها و یا وجود استفراغ مواد غذایی را به
صورت مایعاتی مانند سوپ، آب میوه یا شیر جایگزین کنید تا دچار
کاهش قند خون نشود در صورت قند کمتر از 180 ، از مایعات شیرین
استفاده کنید. در صورت افزایش قند خون (بالتر از 250) از مایعات
غیر شیرین مانند چای، آب، دوغ استفاده کنید. برای جلوگیری از اتلاف
آب بدن مقدار فراوانی مایعات بدون قند بنوشانید.