

В наборе первой помощи должны быть:

- **ИНСТРУКЦИИ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

в случае пониженного (гипогликемия) и повышенного (гипергликемия) уровня сахара в крови

- **ДАННЫЕ ОБ ОТВЕТСТВЕННЫХ ЛИЦАХ**

- информация о лицах, владеющих методикой ухода

- **ИНСТРУКЦИИ ПО УХОДУ**, в которых описаны

- регулярность и время замеров сахара в крови, а также разъяснение полученных результатов, дозировка и время введения инсулина;
- инструкция по количеству углеводов, получаемых с определенной пищей;
- инструкция по действиям в каждой конкретной ситуации.

- **НА ЭКСТРЕННЫЙ СЛУЧАЙ**

- Богатые углеводами продукты для перекуса (Siripiri, мед или сироп)
- Упаковка препарата Glucagon (который высвобождает сахар из печени в систему кровообращения) и инструкция по его введению. Предполагается, что в случае необходимости рядом есть люди, умеющие вводить Glucagon.
- Контактные данные родителей детей-диабетиков и телефоны медицинского учреждения, на учете в котором находится ребенок.

ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ В ПОХОД:

- средства ухода;
- инструкции по уходу;
- контактную информацию (родителей, медицинского учреждения ребенка)
- дополнительный перекус;
- продукты для экстренной помощи (Siripiri, мед или сироп).



Памятка для работающих с детьми

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ-ДИАБЕТИКУ



**Tampereen
Diabetesyhdistys ry**

Диабетическое общество Тампере
www.tampereendiabetesyhdistys.fi



Проект «Вместе мы сильнее –
полноценная жизнь с диабетом»
www.kareliadiabet.fi

Низкий сахар в крови, то есть ГИПОГЛИКЕМИЯ

Содержание сахара в крови менее 4,0 ммоль/л (миллимоль на литр) – это слишком низкий уровень. При уровне сахара в крови ниже 2,0 ммоль/л обычно происходит потеря сознания.

Симптомы

- слабость, дрожь, головокружение, потливость, учащенное сердцебиение;
- чувство голода;
- головная боль, тошнота;
- онемение губ;
- покалывание в руках и ногах;
- потемнение и двоение в глазах;
- неадекватное поведение, например, беспокойство, раздражительность.

Симптомы очень индивидуальны!
Сам ребенок может этих симптомов и не распознавать!

Старайтесь не допускать ситуаций, которые могут привести к значительному снижению сахара в крови у ребенка-диабетика, таких как:

- несвоевременный прием пищи;
- пропущенный перекус;
- интенсивные продолжительные занятия физкультурой;
- передозировка инсулина.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ:

В качестве первой помощи при симптомах гипогликемии ребенку необходимо **НЕМЕДЛЕННО** дать продукты или напитки, содержащие быстродействующие углеводы, как например:

- 4–8 кусочков обычного или виноградного сахара (Siripiri, Dexal);
- стакан (100–200 г) сока или сахаросодержащего напитка;
- фрукт;
- порцию мороженого;
- 1 столовую ложку сиропа или меда;
- 1–2 столовые ложки изюма.

В такой ситуации ребенок может отказываться от всего, что ему предлагается, так что вам, возможно, придется проявить настойчивость!

Если симптомы не проходят в течение 10 минут, ребенку следует дать съесть что-нибудь дополнительно. Ребенку в бессознательном состоянии **НЕЛЬЗЯ** пытаться давать еду или напитки, чтобы он не задохнулся.

Если ребенок-диабетик находится без сознания, уложите его в положение на бок и втирайте в слизистую оболочку щеки мед или сироп.

Звоните по телефону экстренной помощи 112 или в скорую помощь 03, а также родителям ребенка!

Высокое содержание сахара в крови, то есть ГИПЕРГЛИКЕМИЯ

Симптомами высокого содержания сахара в крови (более 15 ммоль/л) могут быть чувство жажды, частое мочеиспускание и утомляемость. Причиной гипергликемии могут стать недостаточная доза инсулина, простуда, стресс, переедание, недосыпание, новая обстановка и т. п.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ:

Высокий уровень содержания сахара в крови можно при необходимости откорректировать введением дополнительного инсулина. Коррекция проводится в соответствии с инструкциями от родителей.



Дополнительная информация о диабете:

www.diabetes.fi

www.tampereendiabetesyhdistys.fi