Автор: Administrator
07.08.2008 18:47 -

Если малыш заболел дабетом, необходимо научиться держать под контролем этот недуг. Основные правила – а их немало – объяснит лечащий врач, но есть и масса других тонкостей.

Мой муж и старшая дочь страдают диабетом 1-го типа, а моя мать – диабетом 2-ого типа. От кого моя трехлетняя девочка унаследует диабет – от отца или бабушки? Что можно сделать, чтобы уберечь ее?

Сначала о диабете 1-ого типа. Если им страдает отец ребенка, то риск унаследовать болезнь у малыша составляет 4-6%. Если больна мать – 2-3%.

Сегодня можно установить, передался ли диабет по наследству вашему ребенку или нет, даже когда сахар крови еще в норме и нет никаких симптомов заболевания.

Для этого делают специальный анализ, который называется **"исследование HLA-системы".** Если выяснится, что у малыша есть генетическая предрасположенность к диабету, нужно постараться сделать так, чтобы болезнь не развилась. Толчком для начала диабета может послужить вирусная инфекция: краснуха, ветряная оспа, гепатит и даже грипп.

Уберечь малыша от этих болезней помогут прививки. Укрепляйте защитные силы его организма закаливанием. Ожирение, злоупотребление сладким, малая физическая активность и заболевания поджелудочной железы тоже играют на руку сахарному диабету.

Поэтому постарайтесь всей семьей придерживаться здорового питания – ешьте больше фруктов и овощей, сокращайте количество сладостей и продуктов с высоким содержанием жиров. Пусть малыш отдает предпочтение активному отдыху на свежем воздухе, вместо того, чтобы свободное время проводить перед телевизором или компьютером.

Проложить дорогу диабету может и серьезный стресс. По возможности защищайте малыша от ненужных переживаний.

Кроме того, необходимо раз в год проверять ребенка – сдавать кровь на сахар. То же самое стоит делать и каждый раз по выздоровлении ребенка от вирусного заболевания, если болезнь протекала тяжело. Эта простая мера поможет вам не пропустить диабет в самом начале, и тогда контролировать его будет значительно легче.

Что касается диабета 2-го типа, то у детей он возникает крайне редко. Как правило, им страдают люди со значительным избытоным весом, перешагнувшие сорокалетний рубеж.

"У моей трехлетней дочери, страдающей диабетом 1-го типа, уже не один месяц сахар практически в пределах нормы. Но, тем не менее, врач не отменяет нам инсулин. Почему?"

Инсулинозависимый диабет, то есть диабет 1-го типа, возникает, когда бета-клетки поджелудочной железы начинают гибнуть. Организм вдруг принимает этих производителей инсулина за их врагов и уничтожает их.

В начале заболевания действительно может возникнуть продолжительная ремиссия – ее еще называют "медовым месяцем". Это происходит, если диабет "поймали", когда он только стартовал, и хорошо его компенсируют – то есть сахар в крови при помощи инъекций инсулина, правильно подобранных диеты и физических нагрузок поддерживается в пределах нормы. Бета-клетки, получив такую инсулиновую поддержку, начинают погибать медленнее. Вот сахар в крови и становится почти нормальным.

Раньше инсулин в этот период отменяли. Но потом поняли, что тогда нагрузка на бета-клетки снова увеличивается и ремиссия очень скоро заканчивается. Если же в это время понемногу все-таки вводить инсулин – период благополучия продлится дольше. Может быть, даже до нескольких лет.

"Скажите, насколько можно доверять визуальным тест-полоскам для определения сахара в крови? Или лучше все-таки пользоваться более дорогими полосками для глюкометров?"

На первых порах с глюкометром работать немного легче, чем с тест-полосками. Нанесли капельку крови на прилагающуюся к нему полоску, и прибор выдает готовые цифры – например, 5 ммоль/л.

Визуальные тест-полоски работают по другому принципу. После соприкосновения с капелькой крови окраска полоски меняется в зависимости от концентрации сахара в исследуемой жидкости. Цвет полоски сравнивают со шкалой-эталоном и тем самым определяют количество сахара в крови.

Но если учесть, что проверять кровь на сахар нужно минимум 4-5 раз в день, то к тест-полоскам родители скоро приноравливаются. Если же неукоснительно следовать инструкции, прилагаемой к тест-полоскам, то с их помощью можно определить уровень сахара не менее точно, чем при помощи глюкометра.

Скажем, время присутствия алой капли на тест-полоске, указанное в инструкции, нужно отслеживать очень четко – с секундомером в руках. Удалять с полоски кровь по истечении необходимого времени нужно только тем способом, который указал производитель – или сухой ваткой или чистой водой.

Некоторые родители не обращают внимания на такие нюансы – а ведь пренебрежение требованиями изготовителя влияет на результаты анализа.

Неоспоримым достоинством визуальных тест-полосок является их доступность – они

значительно дешевле полосок для глюкометра. Да и расходовать "визуалки" можно очень экономно – разрезав каждую вдоль на 3-4 части.

"Скажите, появились ли в последнее время – или, может быть, вот-вот появятся – какие-либо новинки, которые помогут облегчить жизнь детям, страдающим сахарным диабетом, и их родителям?"

К новинкам можно отнести появившийся не так давно ультракороткий инсулин. Классическая схема инсулинотерапии – утром и вечером вводится длинный инсулин, а перед основными приемами пищи – короткий.

"Длинный" поддерживает инсулиновый фон, который постоянно существует в организме здорового человека. А "короткий" имитирует усиленный выброс инсулина, который происходит в организме во время еды.

Так вот, короткий инсулин теперь можно заменить ультракоротким. Что это даст?

Вот один из плюсов "ультра". Короткий инсулин вводится заблаговременно – за 20-30 минут до еды. А ультракороткий начинает действовать сразу после введения – значит, его можно вводить прямо перед едой и даже после нее.

Очень удобно – покормили малыша, а потом ввели инсулин в соответствии с тем, сколько он съел. А с коротким инсулином мамы часто попадали в сложную ситуацию. Ввели инсулин из расчета, что малыш съест тарелку каши, а он проглотил пару ложек и больше ни в какую. Что делать? Приходилось и конфетами докармливать, чтобы сахар не упал.

Другой момент. Короткий инсулин заканчивает свое действие через 4-6 часов после введения. Поэтому через три часа после еды приходилось устраивать малышу небольшой перекус – чтобы еще действующий короткий инсулин не снизил сахар и не возникла гипогликемия. А ультракороткий работает всего 3-4 часа. С ним нет нужды в дополнительном кормлении.

Переходить с короткого инсулина на ультракороткий – дело сложное. Поэтому заменять один препарат на другой нужно только под контролем лечащего эндокринолога.

Другая новинка – лазерный прибор, призванный сделать прокалывание пальчика менее болезненным. В скором времени этот прибор появится в аптеках.

"Моей дочери полтора года. Недавно у нее выявили инсулинозависимый диабет. Я все время боюсь, что не замечу снижения уровня сахара. А часто колоть ей пальчик, чтобы выяснить количество сахара в крови, жалко. Подскажите, как быть?"

Когда сахар падает ниже 4 ммоль/л, есть риск развития гипогликемии. Если в этом случае не оказать ребенку помощь, за несколько часов разовьется гипогликемическая кома.

Однако не стоит относиться легкомысленно и к высоким уровням сахара – более 8 ммоль/л. Гипергликемия – серьезное увеличение уровня сахара в крови – нарастает постепенно в течение 12 дней. Поэтому пропустить ее и допустить развитие гипергликемической комы довольно сложно.

Повышенный уровень сахараопасен отдаленными последствиями – если он частенько будет превышать дозволенные рубежи, могут появиться разного рода осложнения: нарушения зрения, работы почек, воспалительные заболевания ротовой полости.

Как же не пропустить понижение или повышение содержания сахара у маленького ребенка? Нужно знать причины, которые могут привести к этому. Тогда вы вовремя измерите уровень сахара и примете меры – откорректируете количество инсулина и диету – для того, чтобы ситуация не усугубилась.

Понижение уровня сахара может быть вызвано:

- интенсивными или непривычными физическими нагрузками. Скажем, малыш поел меньше, чем обычно, а потом много двигался

- рвотой или жидким стулом при кишечном отравлении

- повышением дозы инсулина

Повышение уровня сахара в крови может произойти из-за:

- непривычно большого количества сладкой и жирной пищи

- пропущенной инъекции инсулина

- простудного заболевания, повышения температуры

- отсутствия привычной физической нагрузки. Скажем, малыш не пошел на тренировку и засел за учебники

- стресса

Конечно, вы случайно можете пропустить фактор, вызывающий нежелательное изменение уровня сахара. Поэтому нужно все время внимательно следить за настроением, состоянием ребенка. Вялость, бледность, потливость, усиление аппетита, беспокойный сон, агрессивность, раздражительность – любое вроде бы беспричинное изменение в поведении и самочувствии малыша нужно считать сигналом для внеочередного измерения уровня сахара в крови.

Автор: Administrator
07.08.2008 18:47 -

По материалам журнала «Женское здоровье»