



# Diyabet

## Rahatsızlığı tanımak ve yönetmek

Diyabet, vücudun glukozu enerjiye dönüştürme yöntemi olması gerektiği gibi çalışmadığı için kandaki glukoz (şeker) miktarının çok yüksek olduğu, ömür boyu süren bir durumdur. **Ancak, dikkatli bir yönetimle, diyabetli çocuklar hiçbir eksiklik hissetmeden sağlıklı ve aktif bir yaşam sürmeye devam edebilirler.**

**Tip 1 diyabet** genellikle çocuklukta ortaya çıkar. Eğer tedavi edilmezse, çok ciddi sağlık sorunlarına neden olabilir. Durumun erken teşhisi, acil durumlar nedeniyle hastaneye kaldırılmayı önleyebilir. Ebeveynler, bakıcılar ve dadılar semptomları öğrenirlerse, rahatsızlık erken dönemlerde tespit ve tedavi edilebilir. Semptomlar hızlı bir şekilde ortaya çıkabilir. Eğer endişeleniyorsanız, derhal pratisyen hekiminize danışın.

Tip 1 diyabet, çocuklarda en yaygın görülen diyabet şeklidir. Ancak tip 2 diyabet de yaygınlaşmaya başlamıştır. Bunun sebebi yetersiz diyet, egzersiz eksikliği ve aşırı kilolu olmaktır (bkz. sayfa 43).

### Tip 1 diyabetin yönetilmesi

Tip 1 diyabetli çocukların tüm hayatları boyunca tedavi almaları gerekir. Bu durum tüm aileyi etkileyeceği için, ailedeki herkesin rahatsızlığın yönetimiyle ilgili bilgi edinmesi gerekir.

Çocuğunuzun kan şekeri seviyesinin çok düştüğü ve titreme, terleme, yorgunluk, baş ağrısı veya davranış değişiklikleri gibi semptomların görüldüğü hipoglisemi (veya hipo) durumunu nasıl tespit edeceğinizi, engelleyeceğinizi ve tedavi edeceğinizi öğrenebilirsiniz.

### 1.

Geceleri altını ıslatmayan bebeğim altını ıslatmaya ve normalden daha fazla sıvı tüketmeye başladı.

### 2.

Bu durum başka sebeplere bağlı olabilir, ancak diyabet ihtimalini de düşünün.

### 3.

Çocuğunuzu pratisyen hekime götürün.

## **Pratisyen hekim diyor ki:**

### **Belirtileri bilmeniz çok önemlidir. Örneğin:**

- Normalden çok daha fazla idrar yapması.
- Sürekli susması ve sıvı tüketmek istemesi.
- Sürekli çok yorgun hissetmesi ve uyumak istemesi.
- Belirli bir sebebi yokken kilo kaybetmesi.

### **Diğer belirtiler:**

- İdrar yaparken kaşıntı veya ağrı.
- Görmede bulanıklık.
- Herhangi bir yerinin kesilmesi durumunda daha uzun iyileşme süresi.

Kaynak: [www.diabetes.co.uk](http://www.diabetes.co.uk)

## **İlk günler**

Teşhisin hemen ardından, siz ve çocuğunuz uzman bir diyabet bakım ekibiyle tanıştırılmalıdır.

Bakım ekibi, diğer görevlilerin yanı sıra, şu kişilerden oluşabilir:

- Diyabette uzmanlaşmış bir danışman pediatrist.
- Çocuk diyabetinde uzmanlaşmış bir hemşire.
- Çocuk ihtiyaçlarını bilen bir diyetisyen.
- Çocuklarda uzmanlaşmış bir psikolog.

Çocuğunuz hastanede ilk tedavisini aldıktan sonra, çocuğunuzun diyabetini evde yönetmek için kendinize yeterince güveneceksiniz.

Yine de, diyabet bakım ekibinizde düzenli olarak iletişime geçeceksiniz.