

ذیابیطس

پہچاننا اور قابو رکھنا



ذیابیطس ایک تاحیات برقرار رہنے والا عارضہ ہے جس میں خون میں پائے جانے والے گلوکوز (شکر) کی مقدار بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے کیوں کہ گلوکوز کو توانائی میں تبدیل کرنے والا جسم کا طریقہ اس طرح کام نہیں کر رہا ہے جس طرح اسے کرنا چاہئے۔ تاہم، محتاط نظم کے ساتھ، ذیابیطس والے بچے بھرپور، صحت مند اور سرگرم زندگیاں جیتے رہنا جاری رکھ سکتے ہیں۔

ٹائپ 1 ذیابیطس عام طور پر بچپن میں ہوتا ہے۔ اگر بلا علاج کے چھوڑ دیا جائے تو یہ بہت سنگین طبی پریشانیوں کا سبب بن سکتا ہے۔ اس عارضہ کی جلد تشخیص ایمرجنسی کی صورت میں اسپتال میں داخلہ کو روک سکتی ہے۔ اگر والدین، نگہداران اور بچوں کی دیکھ بھال کرنے والے افراد علامات جانتے ہوں تو یہ شروع ہی میں پہچانی جا سکتی ہیں اور ان کا علاج کیا جا سکتا ہے۔ علامات بہت تیزی سے پیش رفت کر سکتی ہیں۔ اگر آپ فکر مند ہیں تو اپنے جی پی سے فوراً ملیں۔

ٹائپ 1 ذیابیطس بچوں میں ذیابیطس کی سب سے عام قسم ہے، تاہم اب ٹائپ 2 ذیابیطس بڑھ رہا ہے۔ یہ غیر مناسب کھانا کھانے، ورزش نہ کرنے اور زیادہ بھاری بھرم ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے (دیکھیں صفحہ 43)۔

ٹائپ 1 ذیابیطس پر قابو رکھنا

ٹائپ 1 ذیابیطس والے بچوں کو پوری زندگی علاج کی ضرورت ہوتی ہے۔ گھرانے کے ہر فرد کو اس کے بارے میں جاننا ضروری ہے کیوں کہ اس پر قابو رکھنا پورے گھرانے کو متاثر کرے گا۔ آپ کو بتایا جائے گا کہ اس وقت ہائپوگلائسیمیا، (یا ہائپوز)، کی شناخت کس طرح کی جائے، اسے کس طرح روکا جائے اور اس کا علاج کس طرح کیا جائے، جب آپ کے بچے کے خون کی شکر کی سطح بہت نیچے آجائے اور ان میں کپکپی، پسینہ بہنے، تھکان، سر درد یا رویہ میں تبدیلیوں جیسی علامات پائی جائیں۔

1.

چلنا پھرنا سیکھنے کی عمر والے میرے بچے نے، جو رات میں پیشاب نہیں کرتا تھا، بستر گیلا کرنا شروع کر دیا ہے اور معمول سے زیادہ سیال پی رہا ہو۔

2.

ذیابیطس پر غور کریں، اگرچہ یہ متعدد چیزوں کی بنا پر ہو سکتا ہے۔

3.

اپنے بچے کو جی پی سے ملانے کے لئے لے جائیں۔

جی پی کہتے ہیں

علامات کو جاننا اہم ہے:

- معمول سے زیادہ پیشاب کرنا۔
- پیاسا ہونا اور ہر وقت سیال پینے کا خواہاں ہونا۔
- بہت تھکان محسوس کرنا اور ہر وقت سونے کا خواہاں ہونا۔
- بلا کسی ظاہری وجہ کے وزن کم ہونا۔

دیگر علامات:

- پیشاب سے خارش یا تکلیف۔
- بینائی دھندلی ہو سکتی ہے۔
- اگر ان کا کوئی حصہ کٹ جائے تو لگتا ہے کہ ٹھیک ہونے میں زیادہ وقت لگتا ہے۔

ذریعہ: www.diabetes.co.uk

ابتدائی ایام

تشخیص کے فوراً بعد، آپ اور آپ کا بچہ ذیابیطس کی نگہداشت سے متعلق کسی متخصص ٹیم سے متعارف کرائے جانے چاہئیں۔

- دیگر لوگوں کے علاوہ، آپ کی نگہداشت کی ٹیم میں شامل ہو سکتے ہیں:
- ایک ایسا صلاح کار ماہر امراض اطفال جو ذیابیطس میں خصوصی مہارت رکھتا ہو۔
- بچوں کے ذیابیطس کے متخصص نرس۔
- ایک ایسا ماہر تغذیہ جو بچوں کی ضروریات سے واقف ہو۔
- بچوں سے متعلق مہارت رکھنے والا ایک ماہر نفسیات۔

ایک بار جب اسپتال میں انہیں اپنا ابتدائی علاج مل جائے گا تو آپ گھر پر اپنے بچہ کے ذیابیطس پر قابو رکھنے کے تعلق سے زیادہ پراعتماد محسوس کریں گے۔

آپ ابھی بھی اپنے ذیابیطس کی نگہداشت سے متعلقہ ٹیم کے ساتھ برابر رابطہ میں رہیں گے۔