

Сахарный диабет 1 типа и школа

Многие родители и дети с диагнозом «сахарный диабет 1 типа (СД1)» очень переживают за то, как вести себя в школе и как будут реагировать учителя или одноклассники. Однако, посещение школы не должно становиться кошмаром для ребенка.



Коммуникация между родителями/учителями и медицинскими работниками - ключ к комфортному нахождению ребенка в школе. Компенсированное течение СД1 является необходимым условием для хорошей успеваемости и полноценного участия ребенка в жизни школы.

Контроль



В школе необходимо поговорить с классным руководителем, учителями о том, что ребенок нуждается в повышенном внимании, а также о том, какая медицинская помощь ему может понадобиться в случае высокого или низкого уровня сахара крови.

Ребенку в портфель рекомендуется положить дневник самоконтроля, глюкометр, тест-полоски.

Всю информацию о состоянии здоровья ребенка необходимо передать школьному медперсоналу.

СД1 и урок физкультуры



Если уровень сахара в крови вашего ребенка находится в пределах целевых значений, то обычно занятия спортом не противопоказаны.

Учитель физкультуры должен быть проинформирован о том, что у ребенка СД1, а также следить за тем, чтобы ученик измерил уровень гликемии до, на перемене (при необходимости) и после урока.

Питание и перекусы



Если вашему ребенку необходимо измерить уровень сахара крови и перекусить, учителей необходимо проинформировать, в какое время школьнику необходимо это делать.

Это не должен быть туалет. Необходимо всем вместе обсудить, каким помещением ребенок может воспользоваться или же, например, может ли он обратиться к школьной медсестре.

Отсутствие в школе

Необходимо проинформировать педагогов, что могут возникнуть ситуации, когда ребенок может отсутствовать на уроках. Безусловно, не следует злоупотреблять доверием учителей и намеренно пропускать занятия.

Буллинг и диабет



К сожалению, все, что чем-то отличает ребенка от остальных, может сделать его мишенью для хулиганов. Невозможно защитить школьника от всех плохих людей, которые могут встретиться на его пути, но руководство школы может пойти на встречу и организовать полезные санитарно-просветительские классы по здоровью, где медицинский работник может объяснить детям, что такое сахарный диабет, как он протекает и, самое главное, что дети с диабетом такие же, как и все остальные школьники.

Сахарный диабет и школьные поездки



Психологи не рекомендуют запрещать детям с диабетом школьные поездки. Для комфортного путешествия и безопасности ребенка следует положить в рюкзак глюкометр, тест-полоски, дневник самоконтроля, питание для перекусов в дороге. Обязательно попросить информировать родителей о состоянии здоровья ребенка, а также поделиться контактами лечащего врача. Если предполагается длительная поездка, то лучше заранее составить небольшую карту из лечебных учреждений города/городов или населенных пунктов, которые расположены по пути следования.