

I. Признаки сахарного диабета у детей дошкольного возраста:

1. Полидипсия, или патологическая жажда - Одно из самых ярких проявлений диабета.

2. Полиурия, или частое и повышенное мочеиспускание. Из-за постоянной жажды и большого количества выпитой жидкости дети, страдающие от диабета, ходят по малой нужде чаще, чем их здоровые сверстники.



3. Снижение веса.

Несмотря на повышенный аппетит может наблюдаться снижение массы тела. Хотя первоначально вес, наоборот, может несколько увеличиться. Это связано с физиологией во время нехватки инсулина. Клеткам недостает сахара для формирования энергии, поэтому они ищут его в жирах, расщепляя их. Так вес снижается.

4. Долгое заживание ран.

Даже незначительные ссадины и царапины заживают очень медленно. Это связано с нарушениями функционирования сосудистой системы из-за устойчивого повышения уровня глюкозы в крови.

5. Дерматопатия, или поражение кожи.

Из-за диабета дети нередко страдают от кожных заболеваний. На различных частях тела может возникать сыпь, язвы и пятна. Это происходит из-за снижения иммунитета, нарушений в процессах обмена и сосудах.

6. Физическая слабость.

Нет энергии – нет сил у ребенка на игры и движение. Он становится слабым и тревожным. Дети-диабетики отстают в учебе от своих друзей и не так активны на занятиях физической культурой. После прихода домой из учебного заведения ребенок хочет спать, выглядит усталым, не хочет ни с кем общаться.



7. Запах ацетона во время выдоха.

Еще один характерный признак появления диабета. В воздухе рядом с ребенком пахнет уксусом или кислыми яблоками.



II. Как проявляется сахарный диабет у детей младшего и среднего школьного возраста.

Выявлению диабета у детей школьного возраста будут предшествовать признаки:

1. более частые, чем обычно, походы в туалет по малой нужде, в том числе ночью;
2. постоянная жажда;
3. сухость слизистой;
4. потеря веса;
5. дерматиты;
6. нарушения в работе внутренних органов.

Все эти физические факторы сочетаются с психологическими, так называемыми нетипичными проявлениями сахарного диабета:

- тревожностью и подавленностью;
- усталостью и слабостью;
- падением успеваемости;
- нежеланием контактировать со сверстниками.

Мамы и папы, любите своих детей, не игнорируйте их проблемы и тревоги.

III. Первые признаки сахарного диабета у детей старшего школьного возраста.

Подростковый диабет - явление, которое происходит после 15 лет. Симптомы сахарного диабета у подростков являются типичными и при отсутствии лечения - усугубляются.

У подростков распространены такие симптомы сахарного диабета:

- низкая работоспособность в сочетании с постоянной утомляемостью;

- неустойчивые эмоции, плаксивость и раздражение;
 - апатия и нежелание что-то делать;
 - кожные проблемы - грибок, нейродермит, фурункулы, угри;
 - зуд и чесание;
 - кандидоз половых органов;
 - частые проявления простуды;
 - жажда даже после большого количества выпитой жидкости;
 - частое посещения туалета
 - нарушениях менструального цикла у девушек;
 - может повышаться давление, отмечается рост холестерина в крови;
- нарушается микроциркуляция крови, подросток испытывает чувство онемения, страдает от судорог.

IV. Профилактика сахарного диабета у детей.

Дети, страдающие от диабета, должны принять за правило выпивать по стакану чистой питьевой воды перед каждым приемом пищи. И это минимальное требование. Кофе, сладкие напитки, газированная вода в счет употребляемой жидкости не идет. Такие напитки пойдут только во вред.

Если у ребенка лишний вес (чаще всего при диабете II типа), по максимуму сокращайте калории в еде. Высчитывайте не только углеводы, но и растительные и животные жиры. Кушать вашему ребенку нужно чаще, но не много. Придерживайтесь рекомендаций по правильному питанию вместе с ребенком. За компанию легче преодолевать трудности.

Включите в детский рацион овощи, готовьте из них оригинальные блюда. Пусть ребенок полюбит свеклу, кабачки, капусту, редиску, морковку, брокколи, лук, чеснок, фасоль, брюкву, фрукты

Министерство здравоохранения Нижегородской области ГБУЗ НО «Нижегородский областной центр медицинской профилактики»



Сахарный диабет у ребенка