

## دیابت در کودکان

شایع ترین بیماری غدد در بین کودکان، دیابت می باشد. زمان بروز علائم دیابت کودکان، می تواند از بدو تولد تا نوجوانی باشد. دیابت نوع 1 بیشتر در میان کودکان شایع است در این حالت بدن قادر به تنظیم قند خون نیست زیرا به دلایلی پانکراس از انجام اعمال طبیعی خود باز می ماند. پانکراس که مسئول ترشح هورمون انسولین است دیگر قادر به سنتز و ترشح انسولین نیست. انسولین هورمونی است که برای ذخیره و اکسید اسید گلوکز در کبد و سایر سلولهای بدن ضروری است.

### عوامل خطر:

تاریخچه خانوادگی، ژنتیک، در معرض ویروس بودن از علل احتمالی می باشد.

### علائم:

- ❖ تشنگی بسیار زیاد و به دنبال آن تکرر ادرار
- ❖ از دست رفتن اشتها یا گرسنگی دائمی
- ❖ از دست دادن وزن: علیرغم غذا خوردن بیش از حد
- ❖ خوابیدن بیش از حد معمول
- ❖ بی حالی و بد خوئی کودک

### ❖ تاری دید

❖ شکایت کودک از سردرد و شکم درد.

❖ عصبانیت سریع و نوسانات خلقی و حالات روحی متفاوت

❖ در کودکان 2 تا 3 ساله، وجود هر گونه ترشح چسبناک در ادرار می تواند نشانه ی بالا بودن قند و وجود قند اضافه در ادرار باشد. این علامت نشانه ی احتمالی وجود دیابت است و باید هر چه سریعتر آزمایش تشخیص دیابت انجام گیرد.

### ❖ عفونت تخمیری

❖ یکی از علائم گمراه کننده شب ادراری است.

## عوارض

❖ بیماری های مجاری خونی و قلبی

❖ آسیب عصبی (نوروپاتی)

❖ آسیب کلیوی (نفروپاتی)

❖ آسیب چشمی

❖ آسیب پاها

❖ عوارض پوستی

## آزمایشهای تشخیصی:

چک قند خون BS و قند خون ناشتا FB، آزمایش هموگلوبین گلیکوزیله (A1C)



## درمان دارویی

پایش منظم قند خون، مصرف دوز مناسب انسولین تغذیه سالم و ورزش مرتب به موازات اینکه کودک بزرگ می شود و دستخوش تغییرات می گردد الگوی درمان بیماری هم به تدریج تغییر خواهد کرد. بسته به سن و نیازهای فرزندتان، ممکن است پزشک مخلوطی از انواع انسولین ها را برای استفاده در طی شبانه روز تجویز کند.



دانشگاه علوم پزشکی لرستان

بیمارستان شهید آیت اله مدنی

موضوع: دیابت نوع 1 در کودکان



واحد آموزش به بیمار

شماره تماس: 06633408898

داخلی 117-121

سایت بیمارستان: madani.lums.ac.ir

مقدار غذای مناسب برای کودک بر اساس میزان مصرف انسولین باید به صورت منقسم برای کودک تنظیم شود. در این کار متخصص تغذیه به شما کمک می کند.

قبل از فعالیت شدید مانند ورزش، کودک نیاز به مواد قندی دارد و در این مواقع حتی می توان از قندهای ساده مثل شکلات، آب نبات و ... در صورت نیاز استفاده نمود. البته بهتر است فعالیت ورزشی مداوم، بیش از یک ساعت طول نکشد. کودک هر ساعت باید تغذیه شود. بهتر است مواد قندی ساده ( به جز میوه ها که حاوی املاح و ویتامین هستند) از برنامه غذایی کودک حذف شوند و میوه های خیلی شیرین مانند انگور، خربزه و انجیر نیز به ندرت استفاده گردند. باید بدانید که رژیم غذایی مناسب و منظم در کنار تزریق انسولین برای کنترل بیماری کودک اهمیت زیادی دارد تا ممانع افت قندخون (هیپوگلیسمی) شود.

منبع:

پرستاری کودکان مارلو ، مترجم : سونیا آرزومانیان  
نشر بشری 1400



تغذیه کودک دیابتی

در طول روز باید علاوه بر وعده های غذایی اصلی، حداقل سه نوبت نیز از مواد غذایی مناسب به عنوان وعده های فرعی حاوی نشاسته (در مجموع حداقل 6 وعده غذا در روز) استفاده نماید. تغذیه قبل از خواب کودک مهم است زیرا از افت قند در طول شب جلوگیری می کند. رژیم غذایی مناسب شامل مواد نشاسته ای مثل نان، سیب زمینی، برنج، حبوبات، لبنیات، تخم مرغ و گوشت است. چربی غذا باید کم و بیشتر از نوع نباتی باشد و از غذاهای پرفیبر استفاده گردد. همزمان مواد نشاسته ای باهم مصرف نشوند.