



## ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

## КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

пер. Антоненко, дом 8, Санкт-Петербург, 190031  
Тел.(812) 417-34-54, Факс (812) 417-34-56  
E-mail: kobr@gov.spb.ru  
www.k-obr.spb.ru

Заместителям глав  
административных районов  
Санкт-Петербурга

Комитет по образованию  
№ 03-28-8612/19-0-0  
от 21.08.2019



## Уважаемые руководители!

Комитет по образованию направляет памятку по организации помощи обучающимся, страдающим сахарным диабетом, разработанную Комитетом по здравоохранению.

Обращаем Ваше внимание, что ранее в администрации районов Санкт-Петербурга было направлено письмо Комитета по образованию от 11.06.2019 № 03-12-525/19-0-1 «О направлении пособия «Дети с диабетом в школе» для сведения и использования в работе.

Кроме того, на официальном сайте Санкт-Петербургское общественной организации «Санкт-Петербургское диабетическое общество» (<http://spbdo.ru/nashi-knigi>) размещено Методическое пособие для классных руководителей, учителей и школьного персонала «Дети с сахарным диабетом в школе».

Просим обеспечить информирование руководителей образовательных учреждений и педагогических работников на совещаниях о заболевании сахарным диабетом, а также распространить методические материалы в образовательных учреждениях, находящихся в ведении администраций районов Санкт-Петербурга.

Приложение: на 2 л. в 1 экз.

С уважением,  
заместитель председателя Комитета

И.А.Асланян

**Быть учителем – это ежесекундно и одновременно быть ответственным за 30, а иногда и больше не всегда ответственных маленьких людей, и в один прекрасный день в Вашем классе может появиться ребенок с САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ.**

**В этом нет ничего страшного ни для Вас, ни для него.**

## **Что такое диабет?**

**САХАРНЫЙ ДИАБЕТ** — это заболевание, которое характеризуется повышением уровня глюкозы крови (гипергликемией), которая возникает в результате дефицита секреции инсулина или нарушения его действия.

**ПОМНИТЕ:** основная проблема при сахарном диабете связана с инсулином, а высокий уровень глюкозы крови — лишь следствие этой проблемы.

**ВАЖНО:**

Сахарный диабет не развивается от того, что кто-то ел много сладкого

Сахарный диабет в настоящее время **НЕИЗЛЕЧИМ** и

Сахарный диабет **НЕ ЗАРАЗЕН**

**ВАЖНО ПОМНИТЬ**, что дети с сахарным диабетом **МОГУТ** участвовать во всех видах школьной и внешкольной активности наравне со своими одноклассниками.

Они **МОГУТ** посещать занятия физической культурой, участвовать в соревнованиях, выступать на концертах и питаться в школьной столовой.

В отличие от других им только необходимо измерить уровень сахара и ввести необходимое количество инсулина.

## **Что такое инсулин?**

**ИНСУЛИН** — это гормон, вырабатываемый бета-клетками поджелудочной железы, действие которого приводит к снижению уровня глюкозы крови.

Основная цель инсулинотерапии — воспроизведение нормальной функции поджелудочной железы.

Для введения инсулина применяются:

- Инсулиновые шприцы
- Шприц ручки
- Инсулиновые помпы

Выполнение инъекции инсулина **НЕ ТРЕБУЕТ** специальных стерильных условий, таких как процедурный кабинет.

## **Что такое самоконтроль?**

**САМОКОНТРОЛЬ** — это комплекс мероприятий, направленный на оценку состояния углеводного обмена ребенка в текущий момент времени.

### **САМО(стоятельный)КОНТРОЛЬ**

Для оценки уровня глюкозы (сахара) дети пользуются индивидуальными глюкометрами.

Данная **НЕОБХОДИМАЯ** процедура:

- **БЕЗОПАСНА** для ребенка и окружающих
- **НЕ ТРЕБУЕТ** проведения в специализированном кабинете, то есть может проводиться в классе, рекреации, столовой... в любом помещении при необходимости
- **НЕПРОДОЛЖИТЕЛЬНАЯ** по времени (5-10 секунд)

**От Вас не требуется проведение самих манипуляций ребенку, дети могут все сами, но могут и забыть, поэтому лучшей помощью с Вашей стороны будет просто НАПОМИНАНИЕ об этой необходимости.**

**Ребенок с сахарным диабетом - прежде всего ребенок и с ним может произойти все что угодно и когда угодно.**

**Наличие сахарного диабета не приводит к увеличению частоты чего бы то ни было.**

**Но есть то, что может случиться только с ним.**

### **Что такое гипогликемия?**

**ГИПОГЛИКЕМИЯ** – это состояние, которое развивается при снижении уровня глюкозы крови менее 3,9ммоль/л

**ГИПОГЛИКЕМИЯ** бывает:

При погрешностях инсулинотерапии:

- Неверный расчет дозы инсулина перед едой
- Ребенок ввел инсулин, но не успел съесть необходимое количество углеводов

Как следствие интенсивной физической активности

- Избыточная активность на переменах
- Интенсивная нагрузка на занятиях физической культурой

### **Симптомы гипогликемии**

Изменение настроение, раздражительность

Нарушение внимания

Бледность

Повышенная потливость

Слабость

Головокружение, головная боль

Потеря сознания

Судороги

### **Что делать при гипогликемии?**

Первая помощь при легкой гипогликемии не требует участия медицинского персонала, так как средства купирования гипогликемии, как правило есть у каждого ребенка с сахарным диабетом. Это **УГЛЕВОДЫ**.

Не следует отправлять ребенка с симптомами гипогликемии в медицинский кабинет самостоятельно. Следует дать ему принять углеводы и, при необходимости, пригласить медицинскую сестру в класс.

На купирование гипогликемии, как правило, уходит несколько минут.

После купирования гипогликемии большинство детей могут продолжать занятия в обычном режиме.

### **Куда обращаться за помощью?**

При возникновении экстренных ситуаций, до момента прибытия бригады скорой/неотложной медицинской помощи, пожалуйста, свяжитесь с родителями ребенка или, при отсутствии такой возможности, с лечащим врачом, который наблюдает ребенка с сахарным диабетом.

Также Вы всегда можете обратиться за помощью/советом/рекомендацией к врачам Городского детского эндокринологического центра

Телефон – 506-06-06 #7104

Телефон родителей – +7 (\_\_\_) \_\_\_\_ - \_\_\_\_ - \_\_\_\_

**СПАСИБО ВАМ ПОМОЩЬ, ВНИМАНИЕ И ПОНИМАНИЕ!**