



ÇOCUKLARDA DİYABET

- **DİYABET NEDİR?** Vücudumuzda kan şekerinin normal değerler arasında tutulmasını sağlayan insülinin salgılanmasındaki bozulma veya salgılanan insülinin iş görememesi sonucu, kan şekerinin açlık ve toklukta yüksek bulunmasıyla karakterli bir hastalıktır.
- **KAÇ TİP DİYABET VARDIR?**
 - 1) **TİP 1 DİYABET:**İnsülin üretimi tamamen durmuştur.Vücut insülin üretememektedir.Genellikle çocukluk çağında görülür. Tip 1 Diyabeti tedavi edecek bir metod bulunmamıştır.
 - 2) **TİP 2 DİYABET:**İnsülin üretimi azalmıştır.İnsülin görevini yapamamaktadır.Yetişkin diyabeti olarak bilinmesine rağmen son yıllarda gençlerde ve çocuklarda da görülmeye başlanmıştır.Bu hastalığın en önemli etkeni şişmanlıktır. Tip 2 Diyabetin önlenmesinde hastalığın en önemli nedenlerinden olan şişmanlık hakkında insanların bilinçlendirilmesi oldukça önemlidir.
- **DİYABET NİÇİN OLUŞUR?** Tam nedeni bilinmiyor.Ancak,genetik yatkınlık;otoimmünite (Vücudun kendi hücrelerine karşı savaş başlatması);bazı enfeksiyon hastalıkları;yiyeceklerdeki katkı maddeleri vb. diyabet gelişmesine yol açabilir.
- **DİYABETLİ HASTALARDAKİ BULGULAR:**
 - 1) Sürekli susama hissi/ağız kuruluğu,
 - 2) Çok su içme- “suya doyamama”,
 - 3) Çok ve sık idrar yapma,
 - 4) Sınıfta sık sık tuvalete gitme,
 - 5) Gece idrara çıkma ve daha önce yatağını ıslatmayan çocukların yatağını ıslatmaya başlaması,
 - 6) İştah artması,
 - 7) Çok yemesine rağmen kilo kaybı,
 - 8) Kolay yorulma ve bitkinlik, durgunluk, çabuk yorulma, uykuya eğilim,
 - 9) Hastalığın ileri evrelerinde karın ağrısı ve halsizlik, vb. Çocuğunuz bu belirtilerden bazılarını gösteriyorsa mutlaka doktora götürün.
- **DİYABETİN YOL AÇABİLECEĞİ İSTENMEYEN DURUMLAR:** Hipoglisemi (Kan şekeri düşüklüğü); Diyabet koması (Ketoasidoz); Büyüme geriliği; Ergenliğin gecikmesi; İnsülin yapılan yerlerde şişlikler; Eklemlerde hareket kısıtlılığı; Ciltte yaralar; Görmede azalma (Katarakt) vb.Tedavi görmeyen çocuklarda bulantı,kusma,karın ağrısı,gözlerde çöküklük,hızlı ve derin nefes alma,ağızda aseton kokusu gibi belirtilerle kendini gösteren diyabet koması görülür.
- **ÇOCUKLARDA DİYABET NASIL TEDAVİ EDİLİR?** Şeker Hastalığının tedavisinde insülin tedavisi, beslenme planı ve egzersiz yer almaktadır. Egzersiz yapılması tedaviyi destekler,ancak egzersiz yapılabilmesi için kan şekerinin normal olması gerekir.Kan şekeri yüksek ya da düşükse egzersiz yapılmamalıdır.Günlük beslenme 3 ana ve 3 ara öğün olarak düzenlenir.Tüketilen besinler önemlidir.Beslenme planına uyulmaması durumunda şeker düşmesi ya da yükselmesi görülebilir.

BENİM ÇOCUĞUM ŞEKER HASTASI MI?



- Çocuğunuz her zamankinden daha fazla su içmeye başlarsa
- Geceleri tuvalet için kalkmaya veya yatağını ıslatmaya başlarsa
 - İştahı iyi olduğu halde kilo kaybederse

**Çocuğunuzda
şeker hastalığı
olabilir.**

**En yakın hekime
başvurun.**



Lütfen siz daha sağlıklı bir yaşam tarzı seçin!

Okulda
diyabet
programı

Yemeklerimi
hızlı yedim.

"Abur-cubur" a
ve şekerli içeceklere
bağımlı oldum...

Kahvaltı
etmeden
okula geldim.

Egzersiziz
yapmaya
işendim.

Farkında
olmadan
şişmanladım.



DiabTürk

Okulda
diyabet
programı


Barış Ekin tip-1 diyabetle 2 yaşında tanıştı.
Çok su içiyor, tuvalete daha sık gitmeye
başlıyor, aşırı kilo kaybediyor ve kendini her
zaman yorgun hissediyordu.



Barış Ekin Yeşildağ
/ İstanbul

Tip-1 Diyabet Her Yaşta

Daha fazla bilgi için

 #diyabetheryasta


T1Diyabetiler Derneği
www.t1dd.org


TC Sağlık Bakanlığı
www.beslenme.gov.tr

Daha Sağlıklı Bir Gelecek İçin

Kendini Diyabetten Korum

