

IMPORTANTE!!!

Quello che il personale scolastico deve conoscere sul diabetico insulino-dipendente

Cos'è il diabete

Il diabete mellito insulino-dipendente, definito anche “IDDM”, o “diabete di tipo 1” è una patologia derivata dalla mancata produzione da parte del pancreas, di un ormone con effetto ipoglicemizzante:

l'insulina.

Date le conoscenze mediche attuali, questa patologia non è reversibile e quindi le cellule del pancreas che non producono l'insulina non possono più “guarire” e tornare a riprendere la loro funzionalità.

Le terapie del diabete sono mirate a prevenire gli squilibri glicemici, (di glucosio nel sangue) e consistono nella somministrazione d'insulina attraverso iniezioni sottocutanee praticate con siringhe monouso o apposite “penne”, e nello stretto controllo dell'alimentazione, consistente in una dieta appropriata, priva di zuccheri e povera di grassi.

Cos'è l'ipoglicemia

Quando il livello di glicemia nel sangue è basso, (inferiore a 60 mg/dl) avviene un'ipoglicemia. Ciò può essere dovuto, ad esempio, alla mancata assunzione d'alimenti agli orari prestabiliti o ad un eccessivo esercizio fisico (anche una lunga corsa per arrivare a scuola). In questo caso, il diabetico percepisce alcuni segnali d'allarme. Alcuni di questi segnali possono essere percepiti anche da chi gli sta attorno. Se questi segnali sono riconosciuti e trattati al loro insorgere, si possono prevenire eventuali stati confusionali, perdite di conoscenza o stati convulsivi

Segnali premonitori di crisi ipoglicemiche

Di cui si accorge l'osservatore: (insegnante)

- Pallore
- Sonnolenza
- Difficoltà di concentrazione
- Irritabilità
- Crisi di pianto

Di cui si accorge il diabetico:

- Tremore
- Fame eccessiva
- Mal di testa, vertigini
- Dolori addominali, nausea
- Annebbiamento della vista
- Aumento della sudorazione
- Sonnolenza
- Difficoltà di concentrazione
- Difficoltà di coordinazione dei movimenti
- Crisi di pianto

Solitamente il diabetico conosce tutti questi sintomi, e dovrebbe essere incoraggiato dagli insegnanti a non trascurarli.

Quando può verificarsi un'ipoglicemia

E' più probabile che un'ipoglicemia si possa verificare durante la lezione d'educazione fisica (in seguito all'attività motoria), oppure prima del pasto, ma altri fattori possono modificare il "normale" andamento della glicemia, come ad esempio una lunga corsa affannosa per arrivare a scuola in orario, la tensione nervosa, lo stress, una malattia infettiva ed altri.

In caso di crisi ipoglicemica

Dato che la crisi ipoglicemica è provocata da una mancanza di zuccheri, la prima cosa da fare è reintegrarli al più presto. Una crisi ipoglicemica grave, può provocare anche svenimento o perdita di conoscenza.

1. Solo se il diabetico è cosciente (non svenuto), somministrare immediatamente un bicchiere di Coca Cola, o aranciata zuccherata, o succo di frutta zuccherato o acqua zuccherata, oppure due/tre zollette o cucchiaini di zucchero. Se è incosciente, passare al punto 3. (La somministrazione di bevande o alimenti in individui in stato d'incoscienza, può precludere la pervietà delle vie aeree con conseguente soffocamento nonché causare broncopolmoniti.)
2. Se dopo cinque, dieci minuti non vi è alcun miglioramento, provvedere a ripetere la somministrazione come al punto 1. (Lo zucchero, se adagiato sotto la lingua, entra in circolo più velocemente).
3. Se anche ripetendo la somministrazione la situazione non migliora, è necessario che sia praticata, da personale medico, un'iniezione di Glucagone (un ormone che alza rapidamente il livello della glicemia).

Situazioni particolari

La persona affetta da diabete può aver bisogno di misurare il livello della glicemia più volte nell'arco della giornata e/o di praticarsi iniezioni d'insulina.

E' **auspicabile** che in queste circostanze **sia consentito l'accesso ad un locale igienicamente sicuro come l'infermeria**, la segreteria, un'aula libera, in cui il diabetico possa operare liberamente e nel rispetto della sua privacy.

Altre esigenze non prorogabili possono consistere nel doversi recare al bagno anche con una certa frequenza (poliuria), e nel dover assumere immediatamente delle bevande o degli alimenti ai primi sintomi d'ipoglicemia.

La dieta e i pasti

Anche gli addetti alla refezione dovrebbero essere messi al corrente delle necessità dietetiche dei soggetti diabetici, che devono seguire una dieta prestabilita (con un ridotto apporto di grassi e priva di zuccheri).

Lo schema alimentare deve comprendere una merenda a metà mattinata ed una metà pomeriggio.

In caso di problemi AVVISARE Famigliari:

Madre _____ tel. _____

tel. Cellulare _____ Note _____

Padre _____ tel. _____

tel. Cellulare _____ Note _____

Medico curante:

Nome _____ tel. _____

tel. Cellulare _____ Note _____

Pronto soccorso:

_____ tel. **118**

Centro diabetologico:

_____ tel. _____

N.B. Il testo suindicato è pubblicato solo a scopo informativo, perciò non rispondiamo per differenze, imprecisioni o errori rispetto al testo originale ed ufficiale.

Per suggerimenti e informazioni: assitdiab@tiscalinet.it