DR. SHREYA'S ENDOCRINOLOGY CLINIC

आओ स्कूल चलें ।

मधुमेह या डायबिटीज (शुगर की तकलीफ) छोटे बच्चों को भी हो सकती है
लेकिन
मधुमेह के साथ जीवन अन्य बच्चों के समान हँसते खेलते पढते बसर
किया जा सकता है ।

आओ देखें अध्यापक तथा सहपाठियों को क्या जानना जरूरी है।

1. मधुमेह छुआछूत की बीमारी नहीं है ।
2. यह बच्चे सब कुछ कर सकते है जो अन्य बच्चे करते हैं। इन्हें खेलकूद, पिकनिक इत्यादि में भाग लेना सम्भव ही नहीं, आवश्यक है ।
3. इनको सही समय पर खाना खाना आवश्यक है। कृपया ध्यान दें कि यह अपना टिफिन पूरा खत्म करने के बाद ही खेलने जायें, जिससे शूगर कम न हो ।
4. यदि लंच का समय नहीं हुआ है और इन्हें भूख लग रही है तो इन्हें खाने की अनुमति दी जाये।
5. खेलकूद या पी.टी. के पहले इन्हें कुछ अतिरिक्त खाने या पीने की जरूरत हो सकती है, जिससे शूगर कम न हो ।
6. इन्हें शौचालय बार–बार इस्तेमाल करने की ज़रूरत हो सकती है। इसकी अनुमति बिना हिचकिचाहट के उन्हें दी जाये ।
7. यदि इन्हें स्कूल में इन्सुलिन इंजेक्शन लेने की या शूगर टेस्ट करने की जरूरत हो तो इन्हें साफ सुथरा अलग कमरा उपलब्ध करायें ।

रक्त में शूगर कम होना : (Low Sugar, Hypo)

1. इस के लक्षण इस प्रकार से होते हैं, जैसे– नींद आना, थकावट, पढाई में ध्यान न देना, सुस्ती, घबराहट, पसीना आना, कम्पन इत्यादि । इनमें से कोई भी ऐसा लक्षण इन्हें हो तो इन्हें 2 चम्मच चीनी/ग्लूकोज खाने को दिया जाये साथ में 4 बिस्कुट खाने को दें तथा अभिभावक को फोन करें ।
2. अभिभावक इन्हें लगने वाली कुछ जरूरी वस्तुएँ जैसे ग्लूकोज पाउडर, बिस्कुट, जूस आपको देंगे जो हर समय कक्षा में उपलब्ध होनी चाहिये ।
3. पूरे दिन की स्कूल ट्रिप में जब यह जायें तो इस बात का ध्यान रखना आवश्यक है कि साथ में अतिरिक्त खाने का सामान उपलब्ध हो ।
4. चार–पांच दिन की स्कूल ट्रिप में यह भाग ले सकते हैं बशर्ते यह अपने साथ ग्लूकोज मीटर, स्ट्रिप्स, इन्सुलिन इंजेक्शन ले जायें ।

आपातकालीन स्थिति

यदि Low sugar के कारण बच्चों कुछ भी ठीक से खा न पायें तो दो चम्मच चीनी या ग्लूकोज का लेप बनाकर गाल के अन्दर लगायें । 10–15 मिनट में जब यह कुछ बेहतर महसूस करने लगे तो बैठाकर दूध–बिस्कूट खिलायें। इस दरमियान इनके अभिभावकों को बुला लें ।

Low Sugar के कारण यह बेहोश हों या गहरी नींद में हो सकते हैं, इस स्थिति में इन्हें खाने के लिये कुछ भी न दें, पर चीनी या ग्लूकोज का लेप गाल के अन्दर लगायें । इन्हें बाई करवट पर सुलायें । ध्यान रहे कि चोट न लगे । तुरन्त अभिभावकों को फोन करें। अभिभावकों के आने तक इन्हें निकटतम चिकित्सालय अथवा डाक्टर के पास ले जायें जहाँ ग्लूकोज ड्रिप लगाये जाने की व्यवस्था हो।

माँ का नाम तथा फोन नम्बर ....

पिता का नाम तथा फोन नं. ....

डाक्टर का नाम तथा फोन नं. ....

डाक्टर का नाम तथा फोन नं. ....

यदि कोई अध्यापक या कर्मचारी डायबिटीज और इन्सुलिन इंजेक्शन के बारे में जानते हैं तो उन्हें इस बच्चे की देखभाल की अतिरिक्त जिम्मेदारी सौपें। ऐसा व्यक्ति बच्चे को लो शूगर के कारण बेहोशी की अवस्था में ग्लूकागॉन का इन्जेक्शन भी दे सकेंगे।