

Praktiline juhis last igapäevatoimingutes abistavale haridusasutuse töötajale

1. Glükomeetri (ehk veresuhkrumõõtja) kasutamine

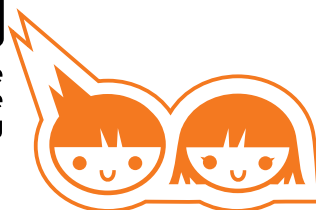
Igale veresuhkrumõõtjate margile vastavad kindlad testribad. Testribad on õhuniiskuse suhtes tundlikud, seetõttu ei tohi neid säilitada niiskes ruumis. Liiga palavas või külmas keskkonnas võib glükomeeter anda veateate (näiteks talvel õues mõõtes). Siis tuleks võimalusel minna siseruumi ja seal mõõtmist korrata.

Veresuhkru mõõtmiseks tuleb:

- Võtta testriba ja asetada see glükomeetrisse.
- Puhastada sõrm (pestes või desinfektsioonivahendiga).
NB! Sõrm peab olema kuiv.
- Torkevahend asetada sõrme välisservale ja vajutada torkevahendi vabastavat nuppu.
- Pigistada õrnalt sõrme, et tuleks veretilka.
- Glükomeetri sees olev testriba panna vastu veretilka, kust veri imendub ise vajalikul hulgal.
- Glükomeeter teeb lühikese piiksu, et kinnitada vereproovi sisestamist ning märkida mõõtmise alustamist. Mitte eemaldada testriba mõõtmise teostamise ajal – sellisel juhul annab glükomeeter veateate.
- Tulemus ilmub ekraanile ning salvestatakse ka automaatselt koos kuupäeva ja kellaajaga.
- Tulemus märkida lapse veresuhkru päevikusse.
- Eemaldada testriba glükomeetrist, mis seepeale automaatselt välja lülitub.

eldü

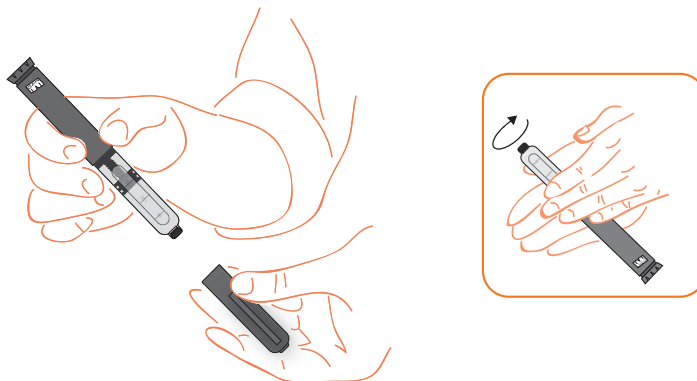
Eesti Laste
ja Noorte
Diabeedi Ühing



2. Pen'i ehk süstesulepea kasutamine

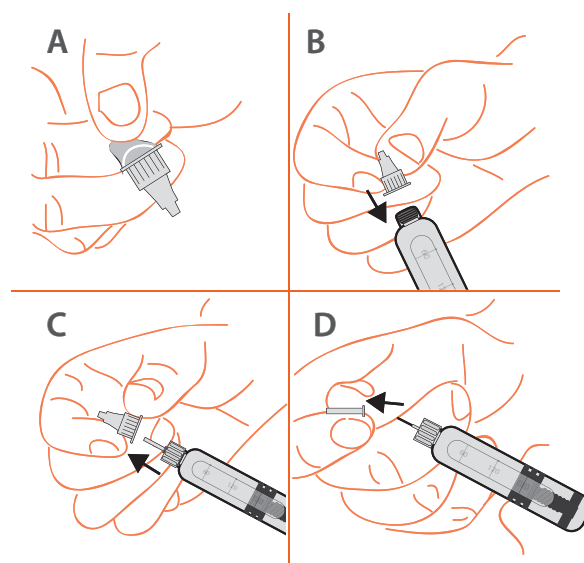
1

- Võta pen'ilt kork.
Kui tegu on seguinsuliiniga (hägune vedelik), rulli pen'i käes, et insuliini segada.



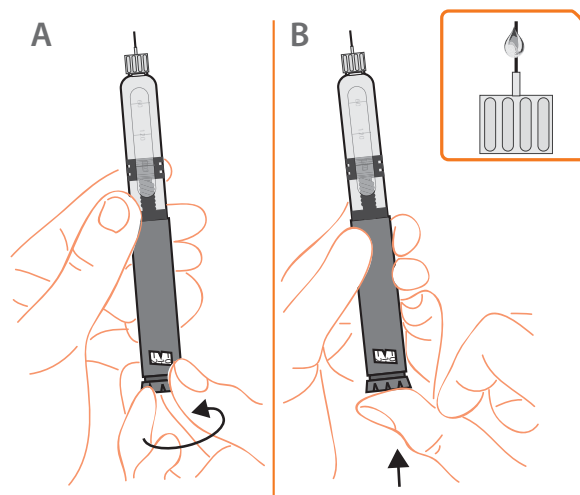
2

- A. Eemalda pen'i nõela pakendilt kaitsepaber, jätta nõel pakendisse.
B. Hoida nõela pakendi otsast ja keera see pen'i külge.
C. Eemalda nõela pakend, nõel jääb pen'i otsa.
D. Eemalda nõelalt kaitsekork.



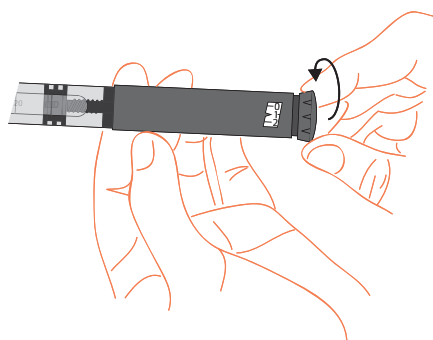
3

- A. Keera pen'i doseerimisnupust 2-3 ühikut.
B. Vajuta doseerimisnupule ja vaata, kas nõela otsa ilmub insuliinitilk. Kui ei ilmu, siis korda tegevust, kuni insuliinitilk on näha.



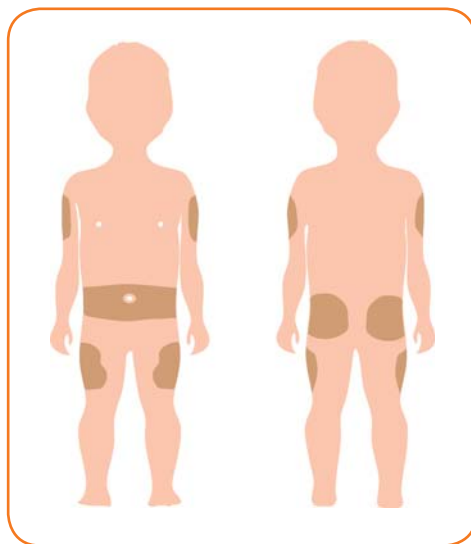
4

- Keera doseerimisnupust ette vajalik insuliinikogus.
Nuppu saab vajadusel keerata ka tagasi.



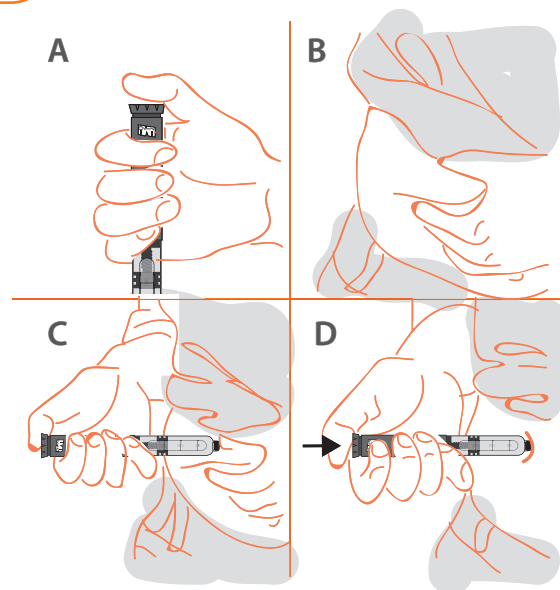
5

Süstimiseks sobivad kohad:



6

- Hoia pöialt doseerimisnupu kohal.
- Võta teise käe sõrmede vahele nahavolt.
- Sisesta nõel 90° nurga all (kõhnematel võib ka väiksem nurk olla).
- Lase nahavolt lahti, vajuta alla doseerimisnupp ja loe kümneni, enne kui nõela välja tõmbad.



3. Insuliinipumba kasutamine

Insuliinipumbas on kasutusel vaid üks, kiiretoimeline insuliin. Insuliinipumba abil on võimalik ööpäevast baasinsuliini kogust manustada organismi pideva nahaaluse infusioonina. See kogus programmeeritakse ette vastavalt lapse individuaalsetele vajadustele. Lisaks sellele on aga vajalik igal toidukorral manustada täiendav insuliinikogus – boolusinsuliin –, mida saab teha ise aparraadi nupule vajutades. Manustatava insuliini kogus on vaja ise arvutada. Enne sööki mõõdetakse kõigepealt veresuhkur, seejärel valitakse koos lapsega sobiv (vastavalt lapse diabeediravi juhiste) toidu- ning insuliinikogus. Seejärel võib hakata laps sööma. Täiskasvanu peab kindlasti jälgima, et laps ka ettemääratud toidu ära sööb ning ilma õpetajale ütlemata juurde ei võta. Kui laps soovib süüa rohkem, siis peab manustama ka vastava lisakoguse insuliini. Nii lasteaias kui ka algkoolis vajavad lapsed abi toidu süsivesikute koguse hindamisel, veresuhkru mõõtmisel ja boolusinsuliini annustamisel pumbaga.

Uuemad insuliinipumbad on varustatud vastava tarkvaraga, mis aitab arvutada boolusinsuliini vajalikku kogust, võttes arvesse lapse veresuhkru väärtust ja tema insuliinitundlikkust. Selleks peab ise sisestama pumba söödavate süsivesikute koguse (g) ja veresuhkru väärtuse ning pumba ekraanile kuvatakse vajalik manustatav insuliinikogus. Samuti on võimalik kasutada nahaalust glükoosisensorit (pideva glükoosimõõtmise süsteem), mis registreerib regulaarselt suhkru väärtused aparraadi ekraanil. Insuliinipumbad on sel juhul varustatud alarmsüsteemiga, mis annab teada aparraadi riketest ning liigkõrgetest või -madalatest veresuhkru väärtustest.

Kõrge veresuhkru korral peab manustama lapsevanemaga eelnevalt kokkulepitud lisainsuliini koguse, et langetada veresuhkru taset. Pärast insuliini manustamist peab kontrollima veresuhkru taset 1-2 tunni möödudes (vastavalt lapse diabeediravi juhiste). Kõrge veresuhkru põhjus võib olla õhk kateetris – seetõttu on vajalik alati kontrollida, ega kateetris ei ole õhumulle. Kui need leitakse, peab ühendama pumba lapse küljest lahti ning väljutama õhu, manustades boolusinsuliini. Kindlam on alati helistada sellisel juhul lapsevanemale ning küsida nõu. Kindlasti peab helistama, kui veresuhkru ei õnnestu langetada alla 15 mmol/l 3 tunni jooksul või lapsel esineb loidus, iiveldus või oksendamine.

Kuna insuliinipumpasid on erinevaid, siis on täpne juhend toodud lapse diabeediravi juhistes.

4. Glükagooni kasutamine

Glükagoonikomplekt koosneb süstlast, kus on lahus ravimi segamiseks, ja ampullist, kus on glükagoonipulber. Glükagoon on hormoon, mis tõstab veresuhkru taset. Glükagooni tuleb kasutada juhul, kui laps on kaotanud madala veresuhkru tõttu teadvuse. Teadvusetule lapsele ei tohi midagi suhu panna; veresuhkru tõstmiseks tuleb süstida glükagooni. Samal ajal tuleks kutsuda kiirabi, öeldes, et tegemist on teadvuse kaotanud diabeeti põdeva lapsega, ning võtta ühendust lapsevanemaga.

Glükagoonikomplekt säilib külmkapis kuni pakendil märgitud kuupäevani või toatemperatuuril kuni 18 kuud.

1

Eemalda ampullilt kork.

2

Süsti süstlas olev vedelik ampulli sisse.

3

Loksuta ampulli käes, et pulber vedelikus lahustuks.

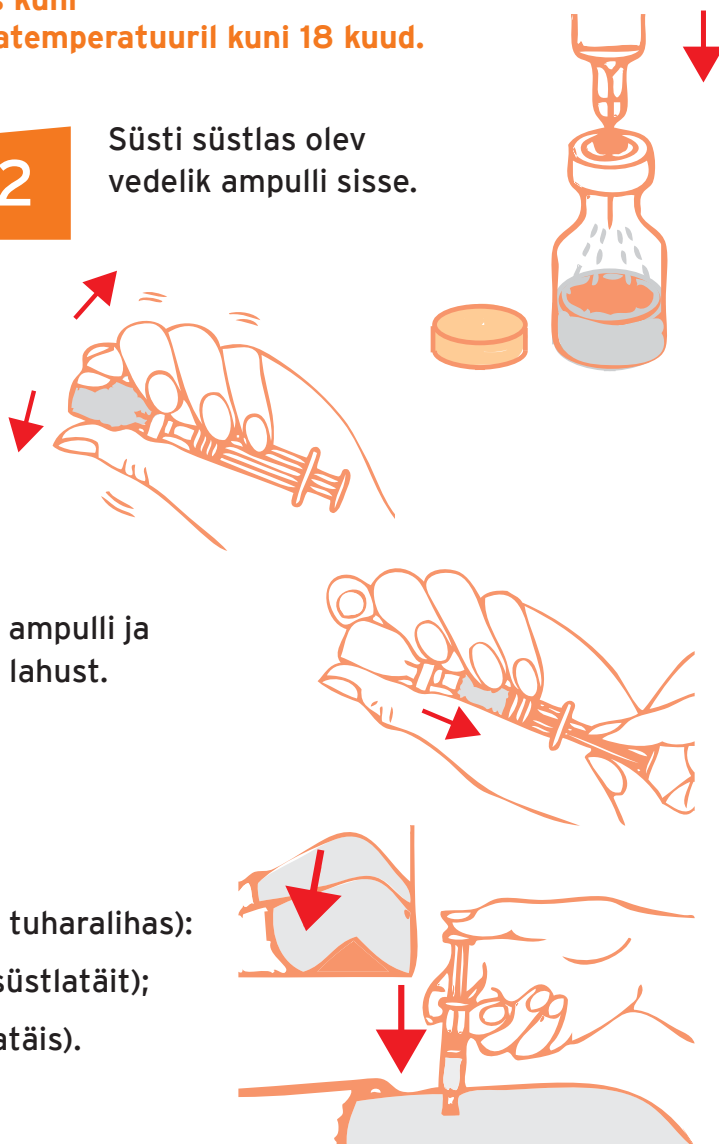
4

Pane kaasas oleva süstla nõel ampulli ja tõmba süstlasse vajalik kogus lahust.

5

Süsti lihasesse (reie-, käe- või tuharalihas):

- lasteaialapsed 0,5 ml (pool süstlatäit);
- koolilapsed 1 ml (terve süstlatäis).



10-15 minutit pärast glükagoonisüsti peaks laps teadvusele tulema. Siis peab laps kindlasti midagi sööma ja tuleb mõõta tema veresuhkru taset. Tänu glükagoonile veresuhkur küll tõuseb kiirelt, kuid võib uuesti kiirelt ka langeda. Laps võib kaevata iivelduse üle või oksendada. Sellisel juhul tuleks laps kindlasti haiglasse viia, et talle saaks veenisiseselt glükoosi manustada. Glükagooni kasutamist ei tasu karta – seda ei saa üle annustada ning ainuke kõrvalmõju võib olla iiveldus ja oksendamine.

Koostaja: Eesti Laste ja Noorte Diabeedi Ühing.

Trükise valmimist on rahastatud Eesti Haigekassa projekti „Tervise edendamine lasteaia- ja koolis“ vahenditest aastal 2014. Tasuta jagamiseks.



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Eesti Haigekassa