

Ensiapukaapissa tulisi olla:

- **ENSIAPUOHJEET**
liian matalan ja korkean verensokerin varalle
- **VASTUHENKILÖTIEDOT**
- henkilöistä, jotka tuntevat hoidon
- **HOITO-OHJEET**, josta selviää
- verensokerin mittaukerrat ja -ajat sekä tulosten tulkinta
- insuliinimäärät ja pistosajat
- ohje hiilihydraattimäärästä ruokailuun liittyen
- ohje miten toimitaan kussakin tilanteessa
- **HÄTÄENSIAVUKSI**
hiilihydraattipitoista välipalaa (Siripiri, hunajaa tai siirappia)
- Glucagonpakkaus (hormoni, joka vapauttaa maksasta sokeria verenkiertoon) ja pistämisohje. Edellyttää, että joku osaa tarvittaessa pistää glucagonin.
- Vanhempien yhteystiedot ja lapsen oman hoitoyksikön puhelinnumerot.

RETKELLE MUKAAN:

- Hoitovälineet
- Hoito-ohjeet
- Yhteystiedot (vanhemmat, hoitoyksikkö)
- Ylimääräistä välipalaa
- Häätäensiapu (Siripiri, hunajaa tai siirappia.)

Opas lasten parissa työskenteleville DIABEETIKKOLAPSEN ENSIAPU



Matala verensokeri eli HYPOGLYKEMIA (HYPO)

Alle 4,0 mmol/l oleva verensokeripitoisuus on liian matala. Tajuttomuus seuraa yleensä verensokeripitoisuuden laskettua alle 2,0 mmol/l:aan.

Oireita

- heikotus, vapina, huimaus, hikoilu, sydämen tykytys
- näläntunne
- päänsärky, pahoinvointi
- suun puutuminen
- käsien ja jalkojen pistely
- näön hämärtyminen ja kaksoiskuvat
- poikkeava käytös, kuten levottomuus, äkkipikaisuus

Oireet ovat yksilöllisiä!

Lapsi ei välttämättä tunnista oireitaan!

Ennakoi tilanteet, joissa oppilaan verensokeri voi laskea liian alas:

- ruokailun viivästyminen
- välipalan unohtuminen
- runsas ja pitkäkestoinen liikunta
- liian suuri insuliiniannos

ENSIAPUOHJE:

Insuliinituntemusten ensiavuksi on HETI syötävä tai juotava jotakin nopeasti vaikuttavaa hiilihydraattipitoista ruokaa, esimerkiksi jotakin näistä:

- 4-8 palaa sokeria tai rypälesokeria (Siripiri, Dexal)
- lasillinen (1-2 dl) täysmehua tai sokerillista virvoitusjuomaa
- hedelmä
- purkki tai puikko jäätelöä
- 1 rkl siirappia tai hunajaa
- 1-2 rkl rusinoita

Tässä tilanteessa lapsi voi olla vastahakoinen, joten voit joutua olemaan tiukkana! Elleivät oireet helpotu noin 10 minuutissa, kannattaa lapselle antaa lisää syötävää. Tajuttomalle EI KOSKAAN saa antaa syömistä tai juomista tukehtumisvaaran vuoksi. Jos diabeetikko on tajuton laita hänet kylkiasentoon, sivele posken limakalvolle hunajaa tai siirappia. Soita 112 ja soita myös vanhemmille!

Korkea verensokeri eli HYPERGLYKEMIA

Korkean verensokerin (yli 15 mmol/l) oireita voivat olla jano, pissahätä ja väsymys.

Syynä voi olla liian pieni insuliiniannos, flunssa, stressi, liikaa ruokaa, valvominen, uudet olot jne.

ENSIAPUOHJE:

Korkeaa verensokeria voidaan tarvittaessa korjata lisäinsuliinilla. Korjaus vanhemmilta saadun ohjeen mukaan.



Lisätietoja diabeteksestä:

www.diabetes.fi
www.tampereendiabetesyhdistys.fi