



## معلمین گرامی روی صحبت ما با شماست



اگر دانش آموز مبتلا به دیابت دارید بدانید:

- 1- کودکان مبتلا به دیابت با یکدیگر متفلوت هستند.**  
هریک از دانش آموزان شما ممکن است هنگام افت قند خون علائم متفاوتی را نشان دهند. انسولین- مقدار غذا- ورزش- بیماری- اضطراب و هر تغییری در برنامه روزانه ممکن است مقدار قند خون را تغییر دهند.
- 2- موقعیت خاص این دانش آموزان را در نظر بگیرید.**  
گاهی لازم است علاوه بر ساعات تغذیه و به محض احساس افت قند خون، کودک یک ماده دارای قند ساده بخورد. در بعضی موارد هم اگر کودک خوردن میان وعده را فراموش کرد این وظیفه شماست که به او یادآوری کنید.
- 3- هرگز به دانش آموز خود برچسب نزنید.**  
هیچگاه کودکی را با نام دیابتی از سایر دوستانش جدا نکنید. این افراد تمایل دارند مانند سایر دانش آموزان کلاس با آنها رفتار شود.
- 4- دلسوزی نکنید.**  
این کودکان به دلسوزی شما نیاز ندارند بلکه می خواهند آنها را درک کرده، پذیرفته و حمایت کنید.
- 5- همیشه آماده باشید.**  
همیشه یکی از انواع قندهای سریع الاثر را به همراه داشته باشید، بخصوص هنگام ترک مدرسه مثلاً "در گردش های علمی. بهترین شکل آن میتواند یک قوطی آب میوه باشد.
- 6- از دیگران کمک بگیرید.**  
اگر کودک دچار افت قند شده هرگز او را تنها نگذارید و در صورت ترک کلاس نیز کسی را همراه او بفرستید.
- 7- برای خروج کودک از کلاس سختگیر نباشید.**  
اجازه دهید کودک در مواقع لازم براحتی از دستشویی استفاده کند چرا که وی بدنبال افزایش قند خون تکرار ادرار پیدا کرده و نیز مایعات بیشتری می نوشد.
- 8- صبور باشید.**  
افزایش و کاهش قند خون ممکن است تمرکز و یادگیری کودک را کاهش دهد. تغییر در نمرات کودک ممکن است بدلیل همین مسئله باشد پس گاهی لازم است مطالب را مجدداً تکرار کنید.
- 9- همکاری یک اصل است.**  
ارتباط خود را با والدین، کودک و مربی بهداشت حفظ کنید تا بتوانید در مواقع لزوم کمک کنید.
- 10- آگاهی توانایی است در ارتقای آن بکوشید.**  
سعی کنید بیش از پیش در باره دیابت بیاموزید. افزایش مهارت شما در انجام کارهایی مثل اندازه گیری قند خون یا تزریق انسولین و گلوکاگون باعث میشود که کودک، والدین او و حتی خود شما احساس امنیت و آرامش بیشتری داشته باشید.