

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:

- Võta testriba ja aeta see glükomeetrisse, mõõtja lülitub selle peale ise sisse.
- Puhasta sõrm (pestes või desinfektsioonivahendiga).
NB! Sõrm peab olema kuiv.
- Torkevahend aeta sõrme välisservale ja vajuta torkevahendi vabastavat nuppu.
- Pigista õrnalt sõrme, et tuleks veretilka.
- Glükomeetri sees olev testriba pane 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.
- Eemalda testriba glükomeetrist, mis seepeale automaatselt välja lülitub.

eldü

Eesti Laste
ja Noorte
Diabeedi Ühing

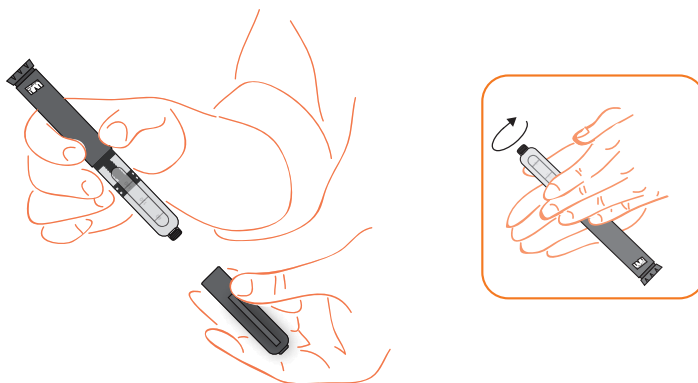


2. Pen'i ehk süstesulepea kasutamine

1

Võta pen'ilt kork.

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



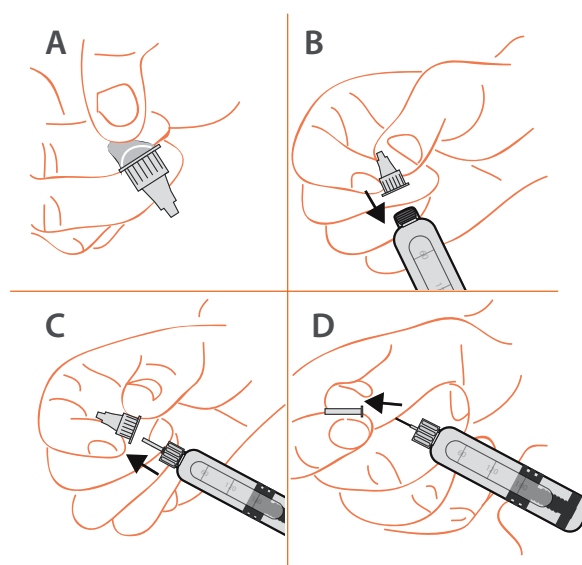
2

A. Eemalda pen'i nõela pakendilt kaitsepaber, jäta nõel pakendisse.

B. Hoia nõela pakendi otsast ja keera see pen'i külge.

C. Eemalda nõela pakend, nõel jääb pen'i otsa.

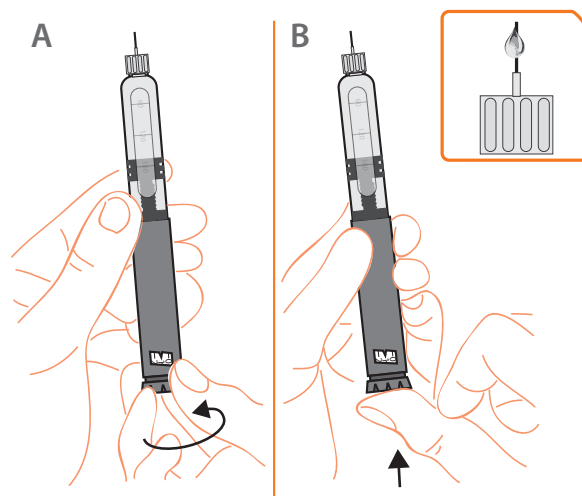
D. Eemalda nõelalt kaitsekork.



3

A. Kontrollimiseks keera pen'i doseerimisnupust 2-3 ühikut.

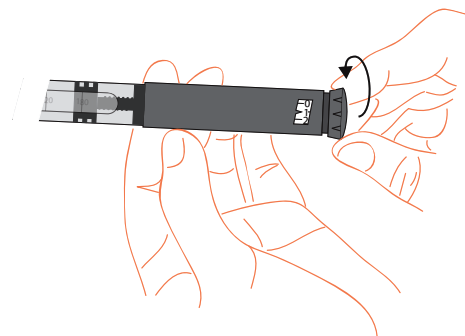
B. Vajuta doseerimisnupule ja vaata, kas nõela otsa ilmub insuliinitilk. Kui ei ilmu, siis korda tegevust, kuni insuliinitilk on näha.



4

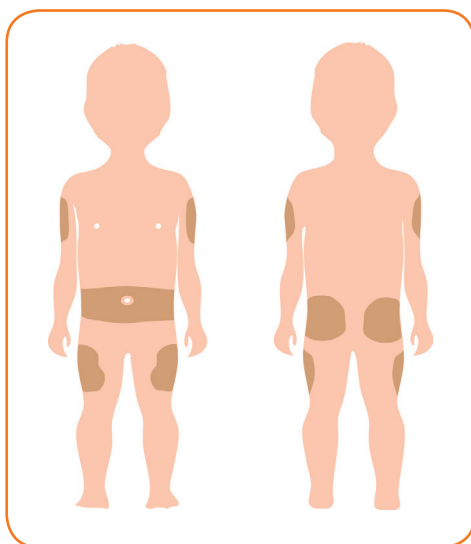
Keera doseerimisnupust ette vajalik insuliinikogus.

Nuppu saab vajadusel keerata ka tagasi.

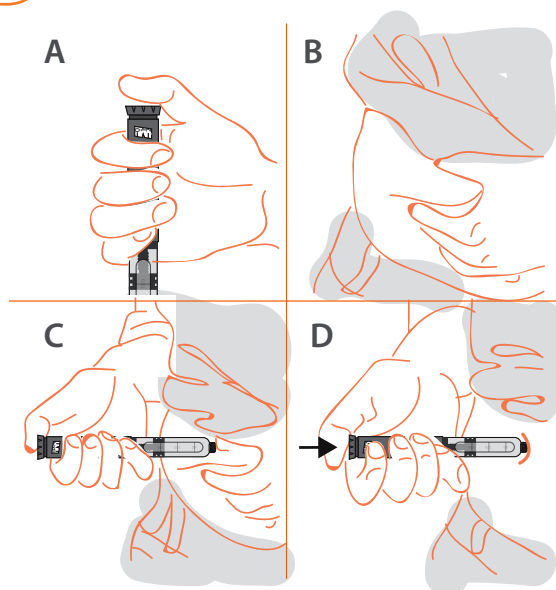


5

Süstimiseks sobivad kohad:

**6**

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



3. Insuliinipumba kasutamine

Pumbaga on võimalik insuliinidoose paindlikult seadistada. Pumbas on kasutusel vaid üks, kiiretoimeline insuliin. Kuid selle annustamise eri viisid on eri nimetustega. Basaal on insuliinikogus, mida pump pidevalt väikestes kogustes automaatselt annustab. Kui keha insuliinivajadus on teatud kellaaegadel suurem või väiksem, on pumbas võimalik vastavaks ajavahemikuks seadistada kõrgem või madalam basaalinsuliini kogus. On pumbasid, mis katkestavad basaalinsuliini annustamise, kui veresuhkur langeb liiga madalaks ning taaskäivitab selle, kui veresuhkur taas tõuseb.

Boolus on insuliinikogus, mis manustatakse enne süsivesikuid sisaldava toidu söömist või kõrge veresuhkrutaseme korral selle langetamiseks. Boolusinsuliini annustamine ei toimu automaatselt nagu basaalinsuliini annustamine, vaid selleks tuleb pumbanuppe vajutades anda pumbale vastavad käsklused. Selleks saab pumba sisestada veresuhkru näit ja toidu süsivesikusisaldus, misjärel pump arvutab vajaliku insuliinikoguse. Et vältida insuliini üleannustamist, arvestab ja näitab pump pidevalt, kui suur hulk varem annustatud boolusinsuliini organismis veel mõju avaldab. Kõik booluse doosid on pumbas kellaajaliselt näha, mis lihtsustab ülevaate saamist.

Nii lasteaias kui ka algkoolis vajavad lapsed abi toidu süsivesikute koguse hindamisel, veresuhkru mõõtmisel ja boolusinsuliini annustamisel pumbaga.

Kuna insuliinipumbasid 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.

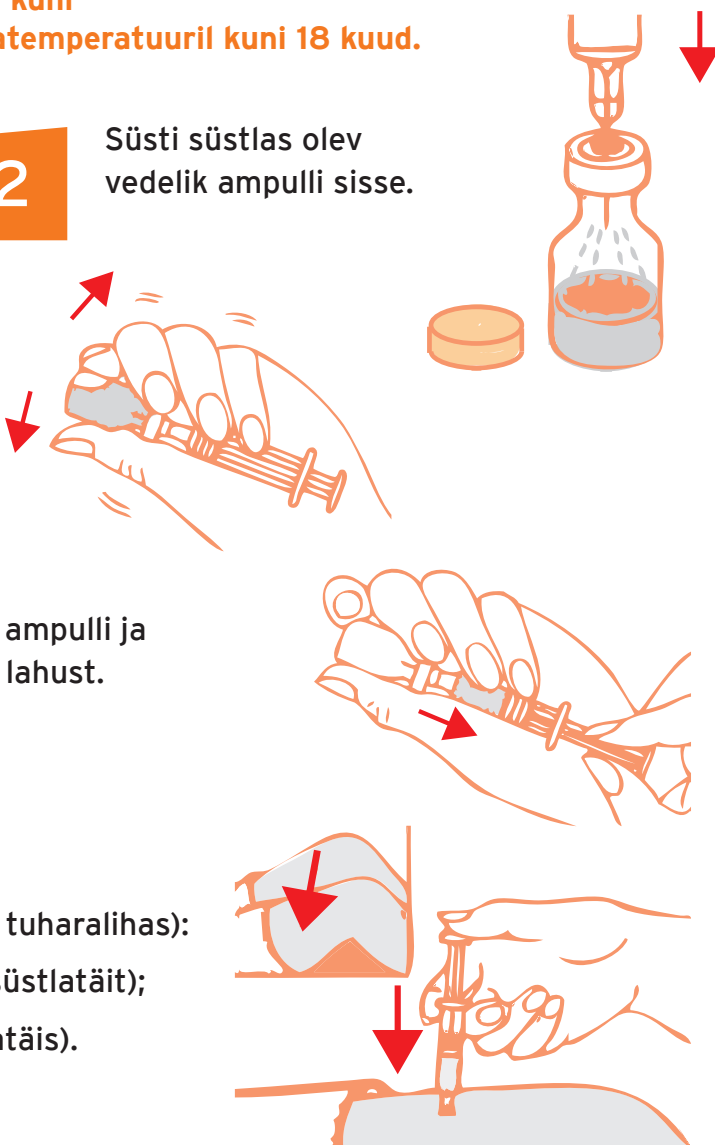
4

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 lasteaias ja koolis“ vahenditest aastal 2014. Tasuta jagamiseks.



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development



Eesti Haigekassa