

Ozaveščanje o sladkorni bolezni na OŠ Koseze



Renata Javornik, specialna pedagoginja, Center Janeza Levca

Sladkorna bolezen je ena najbolj razširjenih kroničnih bolezni na svetu; njena pogostost pa iz leta v leto narašča. Po najnovejših ocenah Mednarodne zveze za diabetes (IDF) iz leta 2019 kaže, da ima sladkorno bolezen že vsak enajsti Zemljan, skupno več kot 463 milijonov ljudi. Dve tretjini jih živi v urbanih naseljih, vendar imajo sladkorno bolezen trikrat pogostejše v revnejših okoljih. Kar polovica ljudi na svetu (zlasti v manj razvitih deželah) pa naj sploh ne bi vedela, da ima to bolezen. To velja zlasti za sladkorno bolezen tipa 2, ki se prikrade bolj neopazno in je bila običajno pogostejša pri odraslih. V zadnjih letih pa vse pogostejše ugotavljajo sladkorno bolezen tipa 2 tudi pri otrocih in mladostnikih, predvsem kot posledico nezdrave prehrane in spremenjenih gibalnih navad.

Sladkorna bolezen pri otrocih

Za sladkorno bolezen tipa 1 ali, kot jo včasih imenujejo, od insulina odvisen ali juvenilni diabetes je veljalo, da se pojavlja predvsem pri otrocih. Po statističnih podatkih naj bi jo imelo več kot milijon otrok in najstnikov. Z njo se srečujemo tudi na osnovnih šolah in v vrtcih v Sloveniji. Pri nas vsako leto na novo zboli od 50 do 60 otrok in mladostnikov. Pred 25 leti je bilo število pol manjše, zdaj pa število obolelih vsako leto narašča.

Na Osnovni šoli Koseze, kjer delujem v okviru mobilne specialno-pedagoške službe Centra Janeza Levca, ima sladkorno bolezen na predmetni stopnji kar pet učencev. Učitelji smo dobro seznanjeni s sladkorno boleznijo teh učencev, z morebitnimi zapleti bolezni in kako bi jim lahko pomagali v primeru hipoglikemije ali hiperglikemije. Občasno se na to temo organizirajo tudi predavanja za učitelje.

Prilagoditve in dodatna pomoč učencem s sladkorno boleznijo

Po Zakonu o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (ZUOPP), ki določa načine in oblike izvajanja vzgoje in izobraževanja za otroke s posebnimi potrebami, se lahko tudi otroci s sladkorno boleznijo usmerijo v izobraževalni program s prilagojenim izvajanjem in z dodatno strokovno pomočjo. Starši teh učencev lahko na Zavod za šolstvo Republike Slovenije podajo zahtevo za uvedbo postopka usmerjanja otroka in s tem zaprosijo za dodatno strokovno pomoč in potrebne prilagoditve v procesu poučevanja in ocenjevanja. Komisija odloči, ali otrok glede na vrsto in stopnjo primanjkljaja, ovire oziroma motnje potrebuje dodatno strokovno pomoč. Otroku se zagotovijo metodične in časovne prilagoditve pri izvajanju pouka ter pri preverjanju in ocenjevanju znanja ter dodatna strokovna pomoč s strani ustrezno usposobljenega strokovnega delavca.

Pri učencih s sladkorno boleznijo so lahko prisotna nihanja ravni glukoze v krvi (hipoglikemija ali hiperglikemija), zaradi česar takrat težko razmišljajo; zato je prav, da se določene prilagoditve upoštevajo (npr. preložitev ocenjevanja zaradi hipoglikemije, možnost umika v določen prostor, kjer si izmerijo krvni sladkor ali si injicirajo insulin), četudi nimajo odločbe o usmeritvi v izobraževalni program s prilagojenim izvajanjem in z dodatno strokovno pomočjo.

Zakon otrokom s sladkorno boleznijo omogoča dodatnega strokovnega delavca kot začasnega spremljevalca, da bi spremljal otrokovo počutje in sproti reševal morebitne zaplete pri hipoglikemijah (znižana vrednost glukoze v krvi) in hiperglikemijah (zvišana vrednost glukoze v krvi). Za tabore in dneve dejavnosti ga pri nas po potrebi zagotovi šola, v šoli v naravi pa te otroke spremlja usposobljena medicinska sestra.

Izobraževanja o sladkorni bolezni za učitelje

Za učitelje se pripravljajo izobraževanja o sladkorni bolezni in kako lahko pomagamo, oziroma spremljamo učence, ki imajo to bolezen. Pediatrska klinika v Ljubljani ob začetku šolskega leta organizira izobraževanje za učitelje na osnovnih šolah in vzgojitelje v vrtcih, v katerih so otroci s sladkorno boleznijo tipa 1. Podobna izobraževanja potekajo tudi preko leta, kadar starši šolo ali vrtec seznani, da je njihov otrok zbolel za sladkorno boleznijo tipa 1.

Tekmovanje učencev o poznavanju sladkorne bolezni

Zveza društev diabetikov Slovenije v sodelovanju z društvom diabetikov in organizacijami s področja zdravstva vsako leto organizira tekmovanje v poznavanju sladkorne bolezni za osnovne in srednje šole. Pri izvedbi lahko sodelujejo tudi drugi ustre-



Inzulinska črpalka in senzor za neprekinjeno merjenje glukoze v krvi



Peresnik za injiciranje insulina, sprožilna naprava za odvzem glukoze, merilnik in li-stiči za merjenje glukoze v krvi

zni strokovnjaki, učitelji in starši tekmovalcev. Cilj tekmovanja je širjenje in poglobljanje znanja o sladkorni bolezni in o zdravem življenjskem slogu, ki preprečuje pojav sladkorne bolezni.

V šolskem letu 2019–20 je potekalo že 22. tekmovanje o sladkorni bolezni, na katerega se je preko razpisa prijavila tudi naša šola. Na šoli delam kot mobilna specialna pedagoginja z otroki s posebnimi potrebami. V to skupino prištevamo tudi učence s sladkorno boleznijo, ki so opredeljeni kot dolgotrajno bolni otroci. Kot mentorica sem prevzela priprave in organizacijo tekmovanja na šolskem nivoju. Sodelovalo je osemnajst učencev od 6. do 9. razreda, med njimi tudi dve učenki s sladkorno boleznijo. Dosegli so lepe uvrstitve na šolskem in tudi državnem nivoju.

Že na pripravah se je pokazalo, da učenci o sladkorni bolezni tipa 1 veliko vedo; predvsem kako ukrepati ob nizkih in visokih vrednostih glukoze v krvi. V okviru priprav so učenci spoznali delovanje inzulinske črpalke, senzor za neprekinjeno merjenje glukoze v krvi, spoznali so delovanje glukometra za določanje glukoze v krvi, injekcijo glukagena za primer hude hipoglikemije ter 'pen' za injiciranje insulina. Veliko smo govorili o zdravem prehranjevanju, štetju ogljikovih hidratov, akutnih in kroničnih zapletih sladkorne bolezni, prvi pomoči, telesni dejavnosti in športu.

V času koronavirusa

Ker je tekmovanje o sladkorni bolezni potekalo v času epidemije koronavirusa, smo se navezali tudi na aktualne teme tega trenutka, in sicer, kakšne so nevarnosti in zapleti, ki jih lahko sproži covid-19 pri ljudeh s sladkorno boleznijo. Zaradi epidemije smo bili mentorji deležni spletnega seminarja pod okriljem Zveze društev diabetikov Slovenije v sodelovanju s strokovnjaki zdravstvene stroke. Šolsko tekmovanje smo izvedli na šoli, državno pa je potekalo preko spletne aplikacije na daljavo. Na šolskem tekmovanju je deset naših učencev osvojilo bronasto priznanje, dve učenki pa sta se uvrstili naprej na državno tekmovanje in ena je prejela bronasto priznanje.

Šolsko leto 2020 je bilo za nas mentorje ter organizatorje velik izziv. Preizkusili smo nove načine podajanja znanja o epidemiji nove dobe – sladkorni bolezni, nekaj v živo in nekaj preko različnih spletnih aplikacij. Prepričana sem, da so takšna tekmovanja za učence zelo koristna, saj s tem lažje pomagajo sošolcem in širijo znanje o zdravem načinu življenja tudi v domačem okolju.



Literatura

Gradivo iz seminarja mentorjev za pripravo na tekmovanje v znanju o sladkorni bolezni (2020): Zveza društev diabetikov Slovenije. Orešnik Jelačić, M. (2015): Otrok s sladkorno boleznijo v prvi triadi, *Didakta*, let. 25 (št.184): str. 2–6.
Pravilnik o tekmovanju iz znanja o sladkorni bolezni za osnovne in srednje šole. Zveza društev diabetikov. Dostopno na <http://www.diabetes-zveza.si>, 2. 10. 2020.
Vir 1: <https://www.idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes/facts-figures.html>
Vir 2: <http://www.idf.org/our-activities/education/idf-school-of-diabetes.html>
Zakon o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami (2011) Uradni list RS, št.58. Dostopno na <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=201158&stevilka=2714>. 24. 9. 2015.