

QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara

**ÇFARË ËSHTË DIABETI
ÇFARË DUHET TË
DIMË DHE SI DUHET
T'JU JAPIM PËRKRAHJE
PERSONAVE ME DIABET**



ÇFARË ËSHTË DIABETI

Në përkufizimin e gjendjes mjekësore të quajtur diabetus melitus qëndron: "Diabeti paraqet çrregullim kronik metabolik të karbohidrateve, ku veçoria kryesore është hiperglikemia, gjegjësisht niveli i rritur i sheqerit në gjak", dhe ka dy pika të rëndësishme:

- **Çrregullim i trupit për prodhim ose reagim ndaj insulinës së prodhuar;**
- **Si pasojë e prodhimit të çrregulluar të insulinës, paraqitet çrregullimi i metabolizmit të karbohidrateve, yndyrave dhe proteinave, ku veçoria kryesore është hiperglikemia, gjegjësisht niveli i rritur i sheqerit në gjak.**



BOTA, NE DHE DIABETI

Diabeti është pandemi me rritje të shpejtë – në vitin 2018, 1 prej 11 personave të rritur në botë ka diabet, kurse deri në vitin 2045 secili i dhjeti do të ketë diabet. Në Maqedoni 1 prej 9 personave të rritur ka diabet.

Dymbëdhjetë përqind nga shpenzimet botërore shëndetësore janë për diabet (727 miliardë dollarë).

Дијабетес во СВЕТОТ

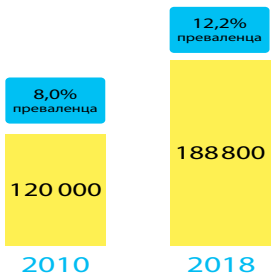
Број на лица со дијабетес
во светот во милиони.
(возрасна група
20 - 79 години)



Prevalenca (shtrirja) e diabetit në Maqedoni – grup mosha 20-79 vjet:

Дијабетес во Македонија

Број на лица со
дијабетес
(возрасна група
20 - 79 години)



Në vitin 2018 në Maqedoni janë regjistruar gjithsej 576 fëmijë dhe adoleshentë me diabet tip 1.

KLASIFIKIMI I DIABETIT

- **Diabetes mellitus tip 1**
 - Pankreasi tajit shumë pak insulinë ose aspak nuk tajit – insulina duhet të futet prej jashtë!
 - Paraqitet nga mosha e hershme – tek fëmijë dhe të rriturit në moshën deri 40 vjet.
- **Diabetes mellitus tip 2**
 - Lloji më i shpeshtë >90 %
 - Sëmundje e moshës më të vjetër
 - Rezistenca ndaj insulinës është e pranishme
 - Nisma e fshehur – mund të kalojnë edhe më shumë se dy vjet derisa të zbulohet
 - Pandemi globale
- **Diabeti gestatik (i shtatzënisë)**
 - Paraqitet në numër të vogël të shtatzënisë (deri 10 %)
 - Glikemia është e rritur vetëm gjatë shtatzënisë dhe normalizohet pas lindjes
 - Gratë me DG duhet të ndiqen më tutje pasi kanë rrezik të rritur që të fitojnë diabet më vonë në jetë.
- **Lloje të tjera më specifike dhe më të rralla të diabetit**

PSE ËSHTË I RËNDËSISHËM ZBULIMI I HERSHËM DHE MJEKIMI I DIABETIT

- **Diabeti është sëmundje afatgjate, e përjetshme, dhe progresive e organizmit**
- **Diabeti është “vrasës i heshtur”** – nivelet e rritura afatgjate të sheqerit në gjak në fakt nuk ndjehen por shkaktojnë dëmtime të mëdha, para së gjithash, të enëve të gjakut – KOMPLIKIME dhe zvogëlim të cilësisë dhe kohëzgjatjes së jetës.

SIMPTOMAT E DIABETIT

Simptomat klinike sipas të cilave e njohim diabetin janë këto në vijim:

- **Urinim i shpeshtë i vëllimshëm (poliuria)**
- **Etje e rritur (polidipsia)**





- Uri e rritur (polifagia)
- Dobësim
- Rraskapitje
- Lodhje dhe përgjumësi
- Probleme me të pamurit, etj.

Tek më shumë se 90 % të fëmijëve me diabet, diabeti ka klasifikim mjekësor si diabet i tipit 1 (i varur prej insulinës). Diabeti i tipit 1 paraqitet papritur dhe përskaj simptomave klasike, pacientët shpesh vijnë në mjek me **simptoma të ketoacedozës**.

- Frymëmarrje të thellë dhe të shpejtuar
- Lëkurë dhe gojë e thatë



- Fytyrë e skuqur
- Aromë e (mollave) frutave të kalbur nga goja
- Të përzier ose të vjella, pamundësi për mbajtje të lëngjeve
- Dhimbje në stomak

TERAPIA PËR DIABET: JETA VARET PREJ INSULINËS DHE GLEUKOMETRIT

Insulina është bari i parë, më i vjetër dhe më efikas për zvogëlimin e glikemisë prej çastit kur është zbuluar e deri më tani. Zgjedhja e insulinës varet nga më shumë faktorë, trajtimi është i individualizuar, kurse lloji dhe doza e insulinës gjithmonë përcaktohet nga pediatri amë endokrinolog në Spitalin për sëmundje të fëmijëve në Qendrën Klinike në Shkup.



Insulina pranohet vetëm nëpërmjet injektimit subkutan (nën-lëkurë) me stilolaps insuline ose pompë insuline.



Vet-matja ose vet-kontrolli i sheqerit në gjak me aparate (glukometra) që përdoren në kushte shtëpiake dhe kushte të tjera – çerdhe, shkolla, derisa fëmijët me diabet merren me sport ose thjeshtë luajnë jashtë, është i domosdoshëm për përcaktimin e dozës së insulinës dhe suksesit të trajtimit.

Për kontroll të mirë të diabetit, fëmijët ose prindërit e tyre duhet të matin glikeminë (niveлин



e sheqerit në gjak) tetë ose më shumë herë në ditë: para ngrënies, pas ngrënies, para dhe pas sportimit ose aktiviteteve të tjera sportive, para fjetjes, në mëngjes kur të zgjohen, etj. Në këtë mënyrë rregullohet niveli i sheqerit në gjak, kurse organizmi mbrohet nga mundësia e paraqitjes së HIPERGLIKEMISË (sasisë së lartë të sheqerit në gjak), por edhe nga dukuria e rrezikshme e nivelit të palejueshëm të ulët të sheqerit në gjak - HIPOGLIKEMIA (nën 3,5 milimolë për litër gjak), që nëse nuk parandalohet me kohë mund të shkakton të a.q. KOMË HIPOGLIKEMIKE.

DESET OSNOVNI RREGULLA PËR NDIHMË TË FËMIJËVE ME DIABET

Nëpërmjet këtyre dhjetë rregullave mundemi t'ju ndihmojmë fëmijëve me diabet derisa qëndrojnë në çerdhe, derisa janë në shkollë, në aktivitete sportive, ose thjeshtë derisa luajnë jashtë:

1. Pompa e insulinës si dhe stilografi i insulinës nuk janë barna por mjete që ju ndihmojnë fëmijëve me diabet të tipit 1 të rregullojnë nivelin e sheqerit në gjak.

Duhet të jeni të durueshëm derisa nxënësi juaj ose shoku/shoqja juaj ballafaqohet me vlerat e larta/ulëta të sheqerit në gjak.

2. Fëmijët me diabet mund të mbajnë edhe aparate të posaçme (senzorë të aplikuar në dorë, bark dhe lexues) të lidhura me telefon celular për ndjekje të vazhdueshme të nivelit të sheqerit në gjak. Ndonjëherë ndodh që celulari të tingëllon me alarm duke sinjalizuar vlera të larta ose të ulëta të sheqerit në



gjak. Mos ua merrni ato aparate fëmijëve pasi ashtu mund t'ua rrezikoni shëndetin.

3. Ndonjëherë mund të paraqitet nevoja që fëmijët me diabet të duhet të hanë ose pinë lëngje gjatë orës, aktiviteteve sportive ose derisa luajnë, gjegjësisht kur niveli i sheqerit u bie dhe është i ulët. Këto raste janë urgjente, pasi ndryshe mund të humbin vetëdijen dhe të bien në komë dhe shpëtimi i vetëm në ato raste është intervenimi i shpejtë mjekësor ose i prindërve dhe injektimi i glukagonit – hormon që ju ndihmon personave dhe fëmijëve me diabet të zgjohen nga koma hipoglikemike.

Secila familje që ka fëmijë me diabet të tipit 1 ka injeksion glukagon dhe prindërit e këtyre





fëmijëve dinë si ta aplikojnë për t'ju dhënë ndihmë të parë fëmijëve të tyre.

4. Në disa raste, kur niveli i sheqerit i fëmijëve me diabet është shumë i lartë ose i ulët, mund të mos flasin me juve ose mos të kuptojnë se çfarë ju thonë. **Keni kuptim, jini të durueshëm, ndihmojuni.**

Nëse ju thonë se kanë simptoma të sheqerit të ulët (zbehtësi, djersë të ftohtë, rras-kapitje, zalisje), **mos i lini të vetëm**, mos i dërgoni jashtë klasës ose tek pedagogu. Në



ato çaste atyre ju duhet e gjithë vëmendja juaj, pasi mund të humbin vetëdijen. Nëse janë në shkollë mos i dënioni se nuk janë të përqendruar gjatë orës ose nëse nuk mund të përfundojnë testin. **Pritni derisa të stabilizojnë nivelin e sheqerit në gjak.**

5. Kur ka nivel të lartë të sheqerit në gjak, fëmija, nxënësi, duhet shpesh të shkon në tualet dhe mes tjerash, ka shumë etje dhe nevojë të pijë shumë ujë, si dhe shenja të sjelljes nevrrike e të pezmatuar. Keni kujdes për këto simptoma dhe ndiqni gjendjen e tij/saj.
6. Nëse vëreni se fëmija me diabet ose nxënësi juaj me diabet nuk ju kushton vëmendje ose sillet çuditshëm, kontrollojani nivelin e sheqerit në gjak ose nëse ka aparat për ndjekje të vazhdueshme të nivelit të sheqerit, shihni vlerat në lexuesin ose telefonin e tij/saj. **Ndoshta fëmija bie në hipoglikemi ose ka sheqer të ulët në gjak.**
7. Nëse fëmija nuk ju dëgjon mirë ose nuk i ndjek udhëzimet e juaja, duhet t'i ndihmoni. Mos e vlerësoni mosbashkëpunimin e tij/saj

në çaste të caktuara me vrazhdësi. Ndoshta përqendrimi i tij/saj është i/e zvogëluar për shkak të oscilimeve në vlerat e sheqerit në gjak.

Në rastet e tilla është shumë e rëndësishme të matet sheqeri në gjak.

8. Mos i thoni shokut ose nxënësit tuaj: “sheqerash” ose “diabetik”.

Ajo është ofenduese – ato janë thjeshtë fëmijë – fëmijë me diabet. Sot, diabeti konsiderohet si gjendje me të cilën mund





Тресење



Потење



Треперење на усните



Збунетост



Поспаност



Раздразливост



Нервоза

të jetohet normalisht, kurse shndërrohet në sëmundje në çastin kur për shkak të rregullimit të keq paraqiten komplikime.

- Disa ditë sheqeri në gjak mund shumë të ndryshon dhe fëmija të ndjehet shumë keq. Kjo ndjenjë është shumë e ngjashme sikur kur dikush ka grip ose është nën ndikim të alkoolit, **andaj duhet të keni kuptim dhe durim me fëmijët me diabet.**

- Fëmijët me diabet duhet të ndjekin shumë rregulla dhe parime: ndjekja e rregullt e sheqerit në gjak, ngrënia e rregullt e vakteve dhe zemrave të ditës, injektimi i disahershëm në ditë i insulinës dhe rregullimi i dozave.

Bashkëpunimi me fëmijët me diabet është i **NEVOJSHËM** dhe i **DOMOSDOSHËM**, si për ata, ashtu edhe për rrethin ku ata jetojnë, mësojnë, socializohen, edukohen dhe arsimohen.

Vetëm nëpërmjet sjelljes së duhur ndaj tyre dhe gjendjes me të cilën jetojnë – diabeti, jeta e tyre, qëndrimi në institucione dhe aktivitetet në të cilat kyçen do të lehtësohen, gjegjësisht do të kenë rrjedhje normale – të njëjtë sikur edhe për fëmijët e tjerë.

SHKURTIMISHT

- Diabeti nuk dhemb, por komplikimet nga diabeti mund të jenë vdekjeprurëse dhe të shkaktojnë dëme të mëdha dhe cilësi të çrregulluar të jetës.
- Diabeti është sëmundje me rritje dramatike.
- Zbulimi i hershëm dhe terapia përkatëse në kohë mundën dukshëm të zvogëlojnë ose të ngadalësojnë paraqitjen e komplikimeve nga diabeti.





QENDRA E RESURSEVE
e prindërve të fëmijëve
me aftësi të kufizuara

QENDRA E RESURSEVE

rr. Vasko Karangeleski 33

1000 Shkup

++389 78 449 851

++389 78 449 852

www.resursencentar.mk

Hartimi i broshurës është mundësuar me mbështetjen financiare e UNICEF-it, në kuadër të projektit: "Rritja e Mundësive për Inkluzion dhe Përmirësimi i Cilësisë së Jetës së Fëmijëve me Aftësi të Kufizuara me anë të Fuqizimit të Prindërve dhe Familjeve të Tyre".

unicef 

Qëndrimet e shprehura në këtë broshurë janë vetëm të autorëve dhe nuk duhet patjetër të përputhen me qëndrimet dhe politikat e UNICEF-it.