



Aralık 2012

## Okulda Diyabet Programı, Fark Yaratan Öğretmenleri Ödüllendirdi

**Türkiye’de bir ilk olan ve Sağlık Bakanlığı Diyabet Kontrol programı kapsamında 2010’da hayata geçirilen “Okulda Diyabet Programı”, diyabet belirtisi olan çocukları fark edip erken tanı konmasını sağlayan 7 öğretmeni Finlandiya’da eğitim gezisi ile ödüllendirdi.**

Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı ve Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet Derneği ile Sanofi tarafından yürütülen “Okulda Diyabet Programı”, diyabet belirtisi olan çocuklara erken tanı konmasına katkı sağlayan ve diyabetli çocukların bakımına destek olan öğretmenlere “**Fark Yaratan Öğretmen Ödülü**” verdi.

Okulda Diyabet Programı kapsamında 2010’dan bu yana 600.000 bine yakın öğretmene ulaşılarak eğitimler verildi. “**Fark Yaratan Öğretmen Ödülü**” ile programın hayata geçirilmesinde özgün katkılarda bulunan öğretmenler ödüllendirilirken, diyabetli çocukların bakımına katkı ve destek sağlayan öğretmenlerin artırılması amaçlanıyor.

### **7 bölgeden 7 öğretmene yurt dışı eğitim gezisi ödülü**

Diyabetli çocukların hayatına olumlu katkılar sunan öğretmenler arasından seçilen 7 öğretmen, Kocaeli Üniversitesi’nde düzenlenen törenle ödülleri kavuştu. Fark Yaratan Öğretmen Ödülü’nü Nevşehir’den Meryem Günay Lokmacı, Düzce’den İsmail Hakkı Aslantaş, İzmir’den Elif Öztürk, Afyonkarahisar’da Nuri Işıklı, İzmir’den Necla Kayadibi, İstanbul’dan Burcu Polat, Ankara’dan Nazile Karabektaş ve Halil Polat (Okulda Diyabet Programı Özel Ödülü) kazandı. Ödül kazanan öğretmenler Finlandiya Diyabet Birliği ile organize edilecek bir eğitim gezisine katılacaklar.

Fark yaratan öğretmenleri seçen jüri, Okulda Diyabet Programı yöneticileri, Sağlık Bakanlığı, Türkiye Halk Sağlığı Kurumu ve Milli Eğitim Bakanlığı yetkililerinden oluşuyor. Jüride bulunan Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanı, Çocuk Endokrinolojisi ve Diyabet Bilim Dalı Başkanı ve Okulda Diyabet Programı Koordinatörü Prof. Dr. Şükrü Hatun, ödül alan öğretmenleri tebrik etti ve şöyle devam etti: “Bugün Türkiye’de 15–20.000 civarında diyabetli çocuk var. Yani zannedilenin aksine diyabet sadece yetişkin hastalığı değil. Diyabetli



öğrenciler okullarda çeşitli zorluklar yaşayabiliyorlar. Okulda Diyabet Programı ile bu zorlukları aşmayı ve farkındalık yaratmayı hedefliyoruz. Şimdiye kadar okullarda verdiğimiz eğitimler sayesinde pek çok öğretmende bilinirlik yarattık ve bu öğretmenlerimiz de diyabetli olduğundan şüphelendikleri çocukları doktora yönlendirdiler. Okulda Diyabet Programı'nın somut sonuçlarını daha iyi görebilmek için Fark Yaratan Öğretmen Ödül programını düzenledik. Müthiş hikayelere sahip öğretmenlerin başvurularını titizlikle değerlendirdik ve 7 bölgeden 7 öğretmenimizi eğitim programı ile ödüllendirdik.”

### **Sanofi Hakkında**

Dünyanın önde gelen ilaç şirketleri arasında yer alan Sanofi, hastaların ihtiyaçları doğrultusunda tedavi çözümleri keşfeder, geliştirir ve hizmete sunar. Sanofi dünya çapında sağlık alanındaki yedi güç kaynağı şunlardır: diyabet çözümleri, aşılar, yenilikçi ilaçlar, sık rastlanmayan rahatsızlıklar, tüketici ürünleri, gelişen pazarlar ve hayvan sağlığı. Sanofi Paris (EURONEXT: SAN) ve New York (NYSE: SNY) borsalarında işlem görmektedir. Ayrıntılı bilgi için: [www.sanofi.com](http://www.sanofi.com)

**Basın Bilgi:** Medyaevi İletişim – Ayçin Noyan 0212 351 91 81 – 0 530 222 51 95

### **EDİTÖRE NOT**

#### **➤ Çocuklarda diyabet ile ilgili bilinmesi gerekenler**

#### **Türkiye’de ve dünyada diyabetli çocuk sayısı**

Çocuklarda (18 yaş altında) Tip 1 diyabet sıklığı ülkelere göre değişmektedir. Avrupa bölgesinde her yıl 100.000 çocuktan 15’i diyabete yakalanırken bu rakam Finlandiya’da 50/100.000 dolayındadır. Türkiye’de Tip 1 diyabet insidansı bilinmemekle birlikte yakında yapılan bir çalışmada 6-18 yaş grubunda Tip 1 diyabet prevalansı 6.6/10.000 bulunmuştur. Bu durumda ülkemizde 18 yaş altında 18.000 civarında diyabetli çocuk olduğu söylenebilir.

#### **Cocuklarda şeker hastalığının belirtileri:**

- > Çok su içme,
- > Sık sık ve çok miktarda idrar yapma,
- > Gece idrar yapmak için tuvalete kalkma ya da altına kaçırma,
- > İştah artmasına rağmen kilo kaybetme,
- > Kız çocuklarda genital bölgede kaşıntı,
- > Bazen halsizlik, hafif ateş, karın ağrısı gibi genel yakınmalar.

#### **Şeker hastalığına bağlı koma (diyabet koması) belirtileri:**

- > Bulantı, kusma,
- > Karın ağrısı,



- > Gözlerde çöküklük,
- > Derin ve hızlı nefes alma (solunum sıkıntısı),
- > Ağızda aseton kokusu

### **Diyabetli çocukların okul hayatı**

Gündüz zamanlarının çoğunu okulda geçiren diyabetli çocuklar temel olarak şu sorunlarla karşılaşabilmektedir: Okulda beslenme planlarına uygun yemek bulamamak, insülin yapmak için uygun ortamların olmaması ve kan şekeri düşüklüğü gibi acil durumlarda acil tedavi yapılamaması. Okulda Diyabet Programı ile çocuklarda diyabet konusunda farkındalıkları artan öğretmenler, diyabetli çocukların okula adaptasyonu konusunda daha fazla rol üstlenmeye ve diyabetli çocukların ihtiyaçları konusunda daha fazla bilinçlenmeye başladı. Zira diyabetli çocuklar, ömür boyu sürececek bir hastalığa sahip olmanın verdiği ruhsal yükü daha fazla ilgiye ve özene ihtiyaç duyuyor. Okulda Diyabet Programı bu anlamda önemli bir misyon üstlenmiş oluyor.

Diyabetli çocukların okul yaşamı boyunca sağlıklarının korunması ve kendilerini güvende hissetmeleri için öğretmenler ve ailelerin yakın işbirliğine ihtiyaç vardır. Tip 1 diyabetli çocukların tedavisinde kan şekerinin yakın takibi ve doğru insülin tedavisi çok büyük önem taşır. Bu nedenle okulda öğretmenlerin, yöneticilerin, okul hemşiresinin ve personelinin diyabet konusunda bilgili ve bilinçli olması, diyabetli çocukların hayatını kolaylaştırmakla birlikte okulda gelişebilecek ağır hipoglisemi diyabetik ketoasidoz gibi komplikasyonları ve sonuçlarını önler. Ayrıca Tip1 diyabetli çocuklara erken tanı konması ve tedavi gecikmesinde kaynaklanan sorunların önlenmesi için öğretmenlere büyük görev düşmektedir.

### **Diyabetli çocuklara erken tanı konması ve tedavileri neden bu kadar önemli?**

Tip 1 diyabetli çocuklarda kan şekeri dengesi çocuğun yaşam kalitesini ve okul başarısını doğrudan etkilemektedir. Kan şekeri dengesi bozuk olan çocuklar bitkin ve halsiz olmakta, okula devam sorunu yaşamaktadırlar. Özellikle sınav zamanlarında kan şekeri düşüklüğü geçici de olsa öğrenme gücüne yol açarak okul başarısını doğrudan etkilemektedir. Bunların dışında kan şekeri yüksekliğinin uzun yıllar devam etmesi böbrek yetmezliği, görme kaybı ve damar/sinir zedelenmesi gibi sorunlara neden olmaktadır.

### **Öğretmenlere ve okul idaresine düşen görevler**

Öğretmenlerin ve okul idaresinin diyabetli çocuklara yaklaşımında en az 4 konu kritik önem taşıyor:

1. Sınıflarında zayıflayan, çalışkan olduğu halde okulu aksatan ve özellikle de dikkat çekici sıklıkta tualete giden çocukların durumlarını aileleri ile konuşmak ve bu şekilde diyabetin erken dönemde tanısını sağlamak.
2. Okullarındaki diyabetli çocukların kendilerine getirdikleri mektubu ve bu program kapsamında ulaştırılan "Okulda Diyabet Bakım Rehberi"ni okuyarak sınıflarındaki diyabetli çocuklara destek olmak ve acil durumlarda çocuklara yardım etmek.



3. Diyabetli çocuğun iznini almak kaydıyla sınıfta diyabet konusu ile ilgili bilgilendirme yaparak farkındalık yaratmak ve diyabetli çocuklara empati ile yaklaşılmasını sağlamak

4. Diyabetli çocukların sağlık durumları ve ruhsal sorunlarını aile ile paylaşarak işbirliği içinde diyabetli çocuklara destek olmak

### **Çocuklarda şeker hastalığı nasıl tedavi edilir?**

Diyabet hastalığının tedavisinde insülin, beslenme planı ve egzersiz yer almaktadır.

**İnsülin:** Tip 1 diyabet, ömür boyu devam eden kronik bir hastalıktır. Vücutta pankreastan üretilmeyen insülin, deri altına enjeksiyon yoluyla verilerek tedavi edilir. Böylece insülin ihtiyacı karşılanır ve bu çocuklar normale yakın bir yaşam sürdürebilirler. Tip 1 diyabet tedavisinde insülin kullanmanın yanı sıra, beslenmenin düzenlenmesi ve düzenli egzersiz de büyük önem taşımaktadır. İnsülin enjeksiyonu (iğnesi) diyabetlinin insülin ihtiyacına göre değişmekle birlikte genelde günde dört kez yapılır. Her çocuk için kullanılması gereken insülin şeması doktoru tarafından düzenlenmelidir. İnsülin kullanan diyabetlilerde günün belli zamanlarında kan şekeri ölçümü yapılarak izlenmesi gereklidir. **Bu konuda aile ve çocuğun diyabet ekibi tarafından eğitilmesi ve diyabetli çocukların doğru dozlarda insülin iğnesi olmaları çok önemlidir.**

**Beslenme:** Günlük beslenme planı da kişiden kişiye değişmekle birlikte çocuklarda üç ana üç ara öğün şeklinde düzenlenmektedir. Beslenme planı, diyabet hastalığının tedavisi ve kontrolünde büyük önem taşımaktadır. Beslenme planına uyamayan çocuklarda kan şekeri düşüklüğü ya da şekerin fazla tüketilmesinde kan şekerinin yükselmesi söz konusu olacaktır. **Bu nedenle çocukların okulda/sınıfta öğün almasının desteklenmesi ve kontrol edilmesi çok önemlidir.**

**Egzersiz:** Diyabet hastalığının tedavisinde insülin, sağlıklı beslenme programı ve egzersiz bir bütün olarak ele alınmalıdır. Egzersiz yapılabilmesi için kan şekerinin çok düşük ya da çok yüksek olmaması gerekmektedir. **Egzersiz konusunda çocuğun desteklenmesi hem diyabet tedavisine destek olması hem de çocuğun akranlarından uzaklaştırılmaması ve kendini daha iyi hissetmesi için büyük önem taşır.**