



Vaša RAKÚSKA značka pre zdravie

DETI TRPIACE DIABETOM



Informačná príručka s cennými radami



wellion®
CALLA^{light}



NO
CODE



- VEĽKÉ ČÍSLICE
- OZNAČENIA
JEDLA
- JEDNODUCHÉ
POUŽÍVANIE



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

Je dôležité vedieť, že deti trpiace diabetom sa tiež môžu zabávať a zúčastňovať sa všetkých vzrušujúcich hier a aktivít a nechcú byť vnímané ako „choré“. Dokonca ani deti trpiace diabetom sa nemusia všetkého vzdať.

- Diabetes 1. typu nie je spôsobený nesprávnou stravou.
- Diabetes nie je nákazlivý.
- Diabetici môžu viesť normálny život vďaka celoživotnej liečbe inzulínom.

Ak si nie ste istí, či zvládnete návštevu dieťaťa trpiaceho diabetom alebo starostlivosť o takéto dieťa z okruhu Vašich priateľov, najprv zorganizujte jednu či dve návštevy za prítomnosti rodičov dieťaťa. V pokoji budete môcť vopred odpozorovať situáciu a rodičia Vám počas rozhovoru alebo pri pozorovaní detí môžu dať zopár tipov.

Čo je diabetes?

Diabetes mellitus je metabolické ochorenie, pri ktorom pankreas produkuje **príliš málo** inzulínu alebo **žiadny inzulín**, aj keď má tento telu vlastný hormón zásadný význam pre telo a je zodpovedný za reguláciu hladiny glukózy v krvi.

Existujú rôzne typy diabetu. Deti zvyčajne trpia **diabetom 1. typu**, kedy telo nevyrába vôbec žiadny inzulín (absolútny nedostatok inzulínu). Nedostatok inzulínu spôsobuje, že telo nie je schopné metabolizovať cukor v tele alebo cukor z prijatého jedla.

Telu chýba energia, preto začne rozkladať telesný tuk. Ak čo najrýchlejšie nedôjde k doplneniu inzulínu a jeho nedostatok pretrváva, hromadenie produktov rozkladu povedie k otrave organizmu. Z tohto dôvodu sa musia diabetici celý život liečiť podávaním inzulínu viackrát denne, aby sa glukóza dokázala dostať do buniek tela. Inzulín sa vpichuje do tukového tkaniva pod kožou pomocou inzulínového pera. Niektoré deti používajú inzulínovú pumpu. Pre deti je tiež veľmi dôležitá **vyvážená strava** a **fyzická aktivita**.

Na rozdiel od zdravých detí, u ktorých telo produkuje správne množstvo inzulínu, u detí trpiacich diabetom je potrebné koordinovať jedlo a inzulín. Na kontrolu sa niekoľkokrát denne, najmä pred každým podaním inzulínu, meria hladina glukózy v krvi pomocou glukomera. Je to súčasťou každodenného života detí trpiacich diabetom a po chvíli sa z toho stane rutina.

wellion®

CALLA^{mini}



NO
CODE



- BEZ KÓDOVANIA
- MALÝ A PRAKTICKÝ
- VEĽKÉ ČÍSLICE



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

Čo ovplyvňuje hladinu glukózy v krvi – dôležité vedieť

- Inzulín **ZNIŽUJE** hladinu glukózy v krvi
- Fyzická námaha **ZNIŽUJE** hladinu glukózy v krvi (počas hry je potrebné naplánovať malé občerstvenia, aby sa predišlo nízkej hladine glukózy v krvi)
- Sacharidy **ZVYŠUJÚ** hladinu glukózy v krvi



Jedlá a nápoje

Deti trpiace diabetom nepotrebujú špeciálnu stravu alebo potraviny označené ako vhodné pre diabetikov. Strava by mala pozostávať zo **zdravých potravín**, povolené sú aj malé množstvá sladkostí. Aby sa predišlo nedorozumeniam, je potrebné porozprávať sa o tom s rodičmi dieťaťa.

Potraviny môžeme rozdeliť do dvoch skupín:

- 1 Potraviny bohaté na sacharidy**, ktoré sa počítajú v chlebových jednotkách – 1 chlebová jednotka zodpovedá zhruba 12 g sacharidov
- 2 Potraviny, ktoré obsahujú veľmi málo sacharidov, alebo neobsahujú žiadne sacharidy.**

Množstvo inzulínu podávané dieťaťu treba prispôbiť množstvu sacharidov.

Sacharidy sa nachádzajú napríklad v nasledujúcich potravinách:

- Obilniny a potraviny a jedlá vyrobené z obilnín/kukurice (pečivo, cestoviny, müsli, pizza, ...)
- Zemiaky, ryža
- Ovocie, ovocné šťavy, sušené ovocie, džemy, kompóty
- Mlieko, jogurty a mliečne výrobky
- Cukor, med, sladkosti, sušienky, koláče, zmrzlina a sladené nápoje

Nasledujúce potraviny nezvyšujú hladinu glukózy v krvi (alebo ju zvyšujú iba mierne). Pri podávaní veľkého množstva týchto potravín deťom buďte opatrní, mohlo by to tiež spôsobiť zvýšenie hladiny glukózy v krvi.

- Surová zelenina (mrkva, kaleráb, paradajky, sladká paprika) a šaláty, bylinky
- Mäso, údeniny, hydina
- Nesladené ovocné a bylinkové čaje, voda
- Sladené limonády
- Žuvačky a cukríky bez cukru



- **BEZ KÓDOVANIA**
- **FUNKCIA NAVYŠE: MERANIE HLADINY KETÓNOV V KRVI**
- **OSVETLENÝ VSTUP NA TESTOVACIE PRŮŽKY**



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

Hypoglykémia – príliš nízka hladina glukózy v krvi

Pri **hypoglykémii** je hladina glukózy v krvi príliš nízka. Najmä pri športovaní a intenzívnom cvičení sa môže nízka hladina glukózy v krvi objaviť rýchlo, ak popri tom nie je podané menšie občerstvenie.

Možné príčiny

- Vpichnutie príliš veľkého množstva inzulínu
- Zabudlo sa na občerstvenie
- Zvýšená fyzická aktivita bez jedla navyše
- Hnačkové ochorenia



Typické príznaky:

- Problémy s koncentráciou až zmätenosť
- Chvenie
- Zvýšená srdcová frekvencia
- Studený pot
- Problémy s rovnováhou
- Zmeny nálad, podráždenosť, agresivita

Príznaky sú rôzne v závislosti od toho, ako rýchlo, alebo ako nízko, hladina glukózy klesne.

Vtedy je čas dieťaťu rýchlo podať glukózu, najprv približne 12 – 24 gramov rýchlo dostupných sacharidov (napríklad invertný cukrový sirup, pomarančový džús, cola, ... – ŽIADNE „light“ produkty!). Potom skontrolujte hladinu glukózy v krvi a prípadne naďalej podávajte cukry.

Ak už dieťa trpiace diabetom nie je schopné prehĺtať, alebo je už v dôsledku hypoglykémie dokonca v bezvedomí, nesmie sa podávať žiadne tuhé ani tekuté jedlo.

V takom prípade dieťa uložte do **stabilizovanej polohy** a informujte pohotovostného lekára (diagnóza: diabe-

tes – silná hypoglykémia s bezvedomím). Zachovajte pokoj a ostaňte s dieťaťom až do príchodu **pohotovostného lekára**. Ten dieťaťu bezpečne a rýchlo pomôže.

Aby sa predišlo nízkej hladine glukózy v krvi (hypoglykémii), mali by deti trpiace diabetom mať možnosť kedykoľvek sa najesť alebo napiť, napríklad aj vtedy, ak v danom čase nie je naplánovaná žiadna prestávka.

Hyperglykémia – príliš vysoká hladina glukózy v krvi

Pri hyperglykémii je hladina glukózy v krvi príliš vysoká, čo znamená dlhodobé riziko pre zdravie diabetika, pretože dlhodobá vysoká hladina glukózy v krvi poškodzuje cievy a nervy.

Typické príznaky:

- Smäd
- Zvýšené nutkanie na močenie
- Vyčerpanosť/letargia
- Únava



Neliečená hyperglykémia môže viesť k diabetickej kóme.

V takom prípade je potrebné dieťaťu zmerať hladinu glukózy v krvi a dať mu napiť vody. Rodičov dieťaťa je potrebné informovať a ak je hladina glukózy v krvi aj naďalej vysoká, je potrebné oznámiť to aj lekárovi.

Nezabudnite vpichnúť predpísané množstvo inzulínu.

wellion®

INVERTNÝ CUKROVÝ SIRUP



10 vrecúšok
cca 12-15g/vrecúško

ORANGE

s pomarančovou príchuťou



ca. 40 g

GOLD

s vanilkovou príchuťou



ca. 15 g

1SHOT



POSILNENIE ENERGIE

Okamžité a dlho pôsobiace posilnenie energie s tromi typmi cukru (glukóza, fruktóza, sacharóza)



IDEÁLNY PRI ŠPORTOVANÍ

Dokáže sa rýchlo absorbovať aj pri suchých ústach.

Wellion ORANGE
Wellion GOLD
Wellion 1SHOT

8

Art.Nr. WELL001
Art.Nr. WELL002
Art.Nr. WELL003

wellion®

FRIGO

MED COOLER BAG



UCHOVÁVAJTE SVOJ INZULÍN V CHLADE!



ANTIBAKTERIÁLNY

Špeciálna antibakteriálna impregnácia vnútorného vrecka



BEZ NAPÁJANIA NA ZDROJ ENERGIE

Aktivuje sa studenou vodou, nie je potrebný zdroj napájania



BEZ MRAZNIČKY

Nie je potrebná mraznička ani žiadny chladiaci prvok

RÝCHLO A JEDNODUCHO

Art.Nr. WELLFRIGOL
Art.Nr. WELLFRIGOXXL

FRIGO L 21 x 11 cm
FRIGO XXL 22 x 19 cm

Všetky výhody Wellion Klubu GRÁTIS!
Jednoducho vyplňte registračnú kartu na poslednej strane a pošlite ju na adresu MED TRUST Slovakia

Výhody členstva vo Wellion klube:

- **Glukomer zdarma pri registrácii**
vrátane 10 ks testovacích prúžkov
- **Vernostný darček Wellion pre členov – naše ďakujem**
Pošlite nám 8 ks uzáverov z krabičiek testovacích prúžkov (Wellion LEONARDO/NEWTON/LUNA/MED TRUST Light bal.50ks) s viditeľnou šaržou & dátumom spolu s vašou adresou a vybraným darčekom. Vyberte si svoj darček:
Invertný cukor GOLD alebo 1SHOT, alebo Wellion krém
- **Naša online non stop ponuka www.wellion.sk**
Videá ku produktom, Manuály/príručky na stiahnutie, Informačné články o zdraví, Wellion Klub
Vaše zdravie je našim záujmom!
- **Osobné poradenstvo & servis zdarma – naša silná stránka už viac než 20 rokov**
 - Náhradné batérie do vášho glukomera raz ročne zdarma
 - Zdarma denník diabetika
 - Radi vám zodpovieme vaše otázky a osobne vám poradíme
- **Karta diabetu = klubová karta Wellion Klubu**
vo formáte praktickej karty (anglicky/slovensky)



Prihlásenie do Wellion KLABU

O ÁNO, chcem sa stať bezplatne členom Wellion KLABU a využívať mnohé výhody členstva. Pošlite mi, prosím, ZDARMA ako darček na privítanie môj vybraný glukomer. (Na zadnej strane označte prístroj, ktorý si želáte, a vyplňte celú kartu)

Meno

Príezvisko

Ulica

PSČ / obec

E-mail (na zaslanie špeciálnych ponúk)

Dátum narodenia

Súhlasím tým, aby MED TRUST Slovakia s.r.o. si uložila a využívala moje údaje vrátane údajov týkajúcich sa zdravia a by ma poštou, telefonou, e-mailom informovala o výrobkoch a službách MED TRUST Slovakia s.r.o. Môj súhlas môžem kedykoľvek odvolať telefonicky, e-mailom alebo osobne. Telefón: +421 911 374 734, office@medtrust.sk, MED TRUST Slovakia s.r.o., Popradská 80, 821 06 Bratislava

Dátum, podpis



Nie je potrebné nalepiť známku



Tel.: +421 911 374 734

Odpovedná karta

MED TRUST Slovakia s. r. o.
Popradská 80
821 06 Bratislava

WELL19SK-20240701

wellion® *Club*

Zaregistrujte sa teraz ZDARMA
a bez záväzkov do Wellion Klubu
a užívajte si množstvo výhod členstva vo
Wellion Klube.

ZAREGISTRUJTE SA TERAZ ONLINE NA
www.wellion.sk/wellion-club

Vyberte si ZDARMA jeden z glukomerov Wellion ako
darček na privítanie (zaškrtnite políčko).
Bližšie informácie o týchto glukomeroch nájdete na www.wellion.sk.



Pozrite si aktuálne všeobecné podmienky klubu Wellion, naše Vyhlásenie o
ochrane osobných údajov a prehľad výhod klubu Wellion na www.wellion.sk

wellion®



Vaša RAKÚSKA
značka pre zdravie

Sme tu vždy pre Vás!

Tel.: +421 911 37 47 34

www.wellion.sk



THE MEDICAL SERVICES COMPANY

MED TRUST Slovakia s r. o.

Popradská 80

821 06 Bratislava

Tel.: +421 911 374 734

office@medtrust.sk · www.wellion.sk

PREHĽAD DÔLEŽITÝCH ÚDAJOV NA PRIJATIE NÁPRAVNÝCH OPATRENÍ:

Meno dieťaťa:

Telefónne číslo rodičov:

Otec:

Matka:

Telefónne číslo ošetrojúceho lekára:

Ďalšie dôležité telefónne čísla:

Normálna hladina glukózy v krvi/Hladina glukózy v krvi dieťaťa:

PREHĽAD DÔLEŽITÝCH ÚDAJOV NA PRIJATIE NÁPRAVNÝCH OPATRENÍ:

✓ Meranie hladiny glukózy v krvi:

Pripomenúť meranie hladiny glukózy v krvi môjmu dieťaťu o (presný čas) _____.

Ak je hladina glukózy v krvi nižšia ako _____ mmol/l , podajte môjmu dieťaťu _____ gramov invertného cukrového sirupu alebo _____ iných sacharidov/sladkých džúsov.

Ak je hladina glukózy v krvi vyššia ako _____ mmol/l, je nutné informovať rodičov.

✓ Pichanie inzulínu:

O (presný čas) _____ by sa mali do tukového tkaniva stehna alebo brucha vpichnúť nasledujúce dávky inzulínu:.

Pri vysokých vonkajších teplotách (nad 30 °C) by sa mal inzulín uchovávať v chlade (v chladničke alebo chladiacom puzdre Wellion FRIGO, ktoré nepotrebuje elektrickú energiu)

✓ Jedlá, ktoré je nevyhnutné dodržať, aby sa predišlo nízkej hladine glukózy v krvi:

_____ Hodín: _____ Hodín: _____

_____ Hodín: _____ Hodín: _____

✓ Pri **intenzívnej fyzickej aktivite a športe** si všimajte, či sa neobjavia príznaky nízkej hladiny glukózy v krvi, a liečte ich:

- Podajte dieťaťu sacharidy alebo invertný cukrový sirup
- Zmerajte hladinu glukózy v krvi
- Ak je to potrebné, podajte dieťaťu viac sacharidov