

В вашем классе появился ребенок с сахарным диабетом. У Вас одновременно и чувство тревоги, потому что мало что знакомо про это заболевание, но и чувство ответственности за данного ребенка.

Мы Вам поможем, и вы поймете, что ничего страшного в этом нет. Мы боимся того, чего не знаем.

**ЧТО ТАКОЕ САХАРНЫЙ ДИАБЕТ?** Сахарный диабет — это заболевание обмена веществ, при котором в крови повышается содержание сахара (глюкозы) из-за того, что в организме не хватает инсулина.

Как начинается заболевание? Ребенок был совершенно здоров, вдруг начал очень много пить, даже ночью, резко участилось мочеиспускание. Иногда в школе не мог дожидаться перемены и отпрашивался с урока в туалет. Несмотря на нормальный или даже повышенный аппетит, за короткое время ребенок заметно худел. Затем появилась слабость, утомляемость, усталость от обычного времяпрепровождения и игр, хотелось больше отдыхать. Следующим шагом стала госпитализация, затем впервые прозвучал диагноз «сахарный диабет», и была сделана первая инъекция инсулина. Поверьте, это было шоком для всей семьи, все были расстроены и растеряны.

Основная тяжесть в процессе возвращения ребенка с диабетом к нормальной жизни, конечно, ложится на плечи родителей и ближайшего его окружение. **ВАЖНЕЙШЕЕ МЕСТО ЗДЕСЬ ПРИНАДЛЕЖИТ ШКОЛЕ.** Именно поэтому школьный учитель, в особенности **классный руководитель**, должен иметь необходимую информацию об этом заболевании и его течении.

Сахарный диабет – это хроническое заболевание. Лечение диабета-это многократные ежедневные инъекции инсулина (до пяти- семи уколов в день). Это скорее определенный образ жизни, который требует соблюдения определенных правил контроля своего состояния.

Специфический образ жизни заключается в следующем:

- измерение сахара в крови с помощью глюкометра (даже на уроке), или контроль гликемии с помощью систем длительного мониторинга глюкозы (для этого у ребенка **ВСЕГДА РЯДОМ** должен находиться мобильный телефон, на который привязано устройство)
- соблюдение диеты (подсчет съеденных углеводов), с этой задачей после обучения в «Школе диабета» обычно ребенок справляется самостоятельно или под контролем родителей
- определенный режим приема пищи,

- инъекции инсулина перед едой и для коррекции высокого сахара
- дозированные физические нагрузки.

ДЛЯ ДЕТЕЙ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ НЕТ ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ В ОБЫЧНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЕ и, за очень редким исключением, переводить ребенка на домашнее обучение нет необходимости. Форма обучения на дому может лишь время от времени и в определенной ситуации понадобиться ученику, на какой то короткий период. В школе главным помощником для детей остается УЧИТЕЛЬ. Понятно, что хотелось бы, что бы это было возложено на медицинского работника или другого ответственного, будь у нас в школах хорошо налаженная система помощи ребенку с диабетом или любому другому ребенку с иным хроническим заболеванием. Но пока этого нет, а проблема диабета уже существует. Давай вместе начнем учиться понимать сахарный диабет и стараться вникнуть во все проблемы! Конечно, классному руководителю следует для начала ознакомиться с необходимой информацией о диабете и ознакомить с ней других учителей (отдельная информация также должна быть для школьной медсестры, учителя физкультуры, работников столовой).

Иногда родители больного ребенка не хотят, чтобы в классе знали о диабете, они опасаются (и часто не без основания), что ребенка будут дразнить. Как поступить в этом случае классному руководителю? Следует все-таки достичь согласия с родителями в решении этого вопроса, поскольку совсем сохранить в тайне информацию о заболевании невозможно. Сохранение диагноза в тайне, может быть очень опасно для жизни и здоровья ребенка с диабетом. В случае с критической ситуацией именно одноклассники первыми могут прийти на помощь.

*ДЛЯ ИНФОРМАЦИИ. Кстати, в развитых зарубежных странах, где проблема диабета давно и эффективно решается на всех уровнях, ребенок с диабетом, большую часть своего времени проводящий в школе, чувствует, в первую очередь, заботу учителя, а учитель отвечает за жизнь своего ученика. Как больной диабетом, РЕБЕНОК ИМЕЕТ ПРАВО НА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ и, при необходимости, может не посещать школу в какой-либо учебный день недели. В ИНДИВИДУАЛЬНОМ ПОРЯДКЕ МОЖЕТ БЫТЬ РЕШЕН ВОПРОС ОБ ОСВОБОЖДЕНИИ РЕБЕНКА С ДИАБЕТОМ ОТ ВСЕХ ИЛИ ЧАСТИ ЭКЗАМЕНОВ. Это решение должно приниматься коллегиально, с участием врачей, учителей и родителей. Директор школы, где обучается ребенок, решает, кто из*

*учителей (классный руководитель, завуч и т.д.) возьмет на себя обязанности по выполнению организационных аспектов проблемы реабилитации ребенка в школе и будет контролировать состояние дел по этому вопросу.*

1. Какие критические состояния у ребенка с сахарным диабетом могут требовать помощи?

**Гипогликемия** - резкое снижения уровня сахара в крови. Это состояние может угрожать жизни, если вовремя не принять меры.

Симптомы легкой гипогликемии:

- нарушение концентрации внимания и речи
- необоснованная агрессия
- бледность кожи
- выступающий холодный пот
- чувство голода
- дрожь в теле, слабость, головокружение, головная боль
- чувство страха или беспокойство (нервозность)

Возникнуть гипогликемия может в любое время – на перемене, на уроке, во время написания контрольной работы. Поэтому и принимать необходимые меры нужно **НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНО**, как только ребенок почувствовал первые симптомы (выпить сок или сладкий чай, съесть 2-4 кусочка сахара, фрукт). Ни в коем случае не нужно ждать перемены! Если сразу не купировать (предотвратить) гипогликемию, ребенок может потерять сознание. Поэтому у сладкого ребенка должна быть «привилегия» - возможность измерить уровень сахара в крови, взять из портфеля углеводы и съесть их **ВО время** урока, когда это ему необходимо!

Следует также решить вопрос о том, где будут храниться продукты, которые могут понадобиться для купирования «гипо» (сок, сахар и пр.), если их не оказалось в портфеле ребенка. Небольшой набор углеводов (сок, сахар и т.п.) может и должен находиться в классе или у классного руководителя, в шкафу.

Младшим школьникам просто нужно напоминать о времени еды, инъекции инсулина. Бывают очень застенчивые дети: они боятся насмешек товарищей, стесняются съесть бутерброд или яблоко на перемене. Таких детей следует успокоить и убедить, что все, что им требуется «по болезни».

«Гипо» – единственное состояние, которое можно отнести к критическим и с которым учитель может столкнуться на уроке, во время занятий физкультурой, на экскурсии, при уборке школьного класса. Однако,

как правило, проявления гипогликемии ограничиваются легкими симптомами, которые без труда купируются ребенком самостоятельно. Но учитель должен знать, как важно школьнику с диабетом вовремя поесть и что может случиться, если не дать ребенку возможности выполнить все необходимые процедуры. Не нужно закрывать класс на ключ, не убедившись, что ученик взял с собой завтрак, перед экскурсией необходимо проверить, есть ли у него в портфеле еда, а учителю физкультуры – убедиться, что ученик поел перед уроком и после него. Это небольшое правило позволит избежать сложных ситуаций. Тяжелая гипогликемия, сопровождающаяся судорогами или потерей сознания – очень редкая ситуация, в которую большинство детей никогда в жизни, к счастью не попадут, но знать о ней учителя обязательно должны.

Симптомы тяжелой гипогликемии:

- спутанность мыслей
- нарушение координации движений
- нарушение речи
- судороги
- потеря сознания и как следствие кома

Развитие тяжелой гипогликемии очень опасно, но не надо бояться(!), а просто научиться вовремя замечать (!! ) и быстро реагировать (!! ) на легкую гипогликемию.

**Гипергликемия** В отличие от гипогликемии, которая проявляется моментально, симптомы высокого сахара нарастают постепенно, в течение нескольких дней.

**ПРИЧИНЫ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ САХАРА КРОВИ БЫВАЮТ РАЗНЫЕ:**

- недостаточная доза инсулина
- слишком большое количество еды
- любой стресс
- простудное заболевание

При этом ребенок начинает много пить и часто мочиться, и, следовательно, может несколько раз в течение урока или нескольких уроков отпрашиваться в туалет. Важно это понимать и спокойно отнестись к нему, не раздражаясь и не акцентируя на этом внимание других учеников. Обычно родители заранее договариваются с учителем о том, что их ребенку достаточно просто поднять руку, а учителю спокойно разрешить ему выйти.

Здесь, важно правило «золотой середины», чтобы ребенок не пользовался этим для личной выгоды, чтобы пропустить контрольную или

раньше закончить себе урок. В этом случае важно разговаривать, и напоминать, что данное привилегия, это элемент коррекции гликемии, и данное пренебрежение может закончиться неблагоприятно.

Для коррекции гипергликемии достаточно сделать дополнительную инъекцию инсулина, с чем ребенок вполне самостоятельно справляется.

2. ПИТАНИЕ В ШКОЛЕ Использование современных инсулинов, позволило сделать жизнь детей с диабетом максимально приближенной к жизни их здоровых сверстников. Это относится и к режиму питания. Инсулинотерапия сейчас подстраивается под привычное питание ребенка, а не питание под инсулинотерапию. Если ребенок обедает в школе, следует обязательно проследить за тем, чтобы перед обедом он проконтролировал свой уровень сахара крови по глюкометру или НМГ (это можно сделать в классе, если ребенок не стесняется пользоваться глюкометром при одноклассниках, или в медицинском кабинете, или дать ему возможность определить уровень сахара без посторонних). Инъекция может быть выполнена абсолютно в любом месте. ТОЛЬКО НЕ В ТУАЛЕТЕ, куда иногда прячутся от лишних глаз дети. Это может быть кабинет, учительская, медицинский кабинет (для того необходимо оговорить, кто будет обеспечивать доступ на время отсутствия медицинского сотрудника). Процедура занимает всего несколько секунд: достаточно достать шприц-ручку, снять защитный колпачок, установить необходимую дозу инсулина и, сделав укол, убрать шприц-ручку в портфель или в карман. Еда ребенка с диабетом почти не отличается от той, которая предлагается в школьной столовой. Достаточно исключить продукты, содержащие чистый сахар, например сладкий компот заменить несладким чаем.

Учитель должен разрешить ребенку с диабетом принимать пищу в определенное для него время, независимо от того, в каких обстоятельствах он находится – в классе или на экзамене, экскурсии или во время похода в театр. Просто нужно убедиться, что у ребенка есть с собой еда, которую он сможет съесть в нужное время. Если же ученик должен сдавать зачет или экзамен, желательно подобрать для этого время так, чтобы оно не совпадало со временем приема пищи.

УЧИТЕЛЮ ФИЗКУЛЬТУРЫ

Важно так же помнить, что **диабет не является противопоказанием для занятий спортом**. Учитель физкультуры должен быть в курсе, что у ребенка диабет!

Физические нагрузки не запрещены ребенку, напротив, в умеренных объемах и под контролем спорт и физические упражнения ему **показаны**. Ребенок с диабетом получает от врача рекомендации, как ему вести себя при физических нагрузках. Ребенок так же, как и одноклассники, может участвовать в спортивных соревнованиях и других мероприятиях, где есть физические нагрузки. Если ребенок принимает участие в спортивном мероприятии, например, в соревновании, кроссе или футбольном матче, у него должен быть в кармане сахар, а у организаторов соревнования – «пепси» или другой сладкий напиток. Физические упражнения заставляют организм «сжигать» сахар быстрее, чем в обычной обстановке, что способствует более быстрому снижению уровня сахара в крови. Поэтому учителю физкультуры необходимо иметь в виду, что дети с диабетом перед занятиями должны обязательно проконтролировать сахар крови, поесть или, в крайнем случае, съесть что-то сладкое (например, шоколадку). Особенно внимательно следует наблюдать за ребенком в плавательном бассейне, так как вода и плавание сильно снижают уровень сахара крови. О чем должен помнить учитель физкультуры или тренер, имея в своей группе ребенка с диабетом:

- перед началом занятий и после них следует убедиться, что ребенок не только успел переодеться, но и определил свой уровень сахара и при необходимости поел
- если уроки физкультуры сдвоенные или проходят на улице (например, зимой на лыжах), следует убедиться, что у ребенка с собой (или у учителя) есть продукты для купирования «гипо» (сахар, «пепси», сок) и дополнительная еда (бутерброд, фрукты, молочный шоколад и т.д.)
- если у ребенка все же возникло состояние «гипо», и вы сумели с ним справиться, но решили отправить ребенка в школу с занятий на улице или в класс из спортивного зала, найдите ему сопровождающего
- если ребенок участвует в спортивных соревнованиях или других мероприятиях, следует чаще обращать на него внимание, контролируя его состояние

ПСИХОЛОГУ

Важнейшей задачей является проблема психологической реабилитации ребенка с диабетом. Она имеет два непростых аспекта: как правильно подготовить класс и объяснить, что ребенок болен диабетом (почему он должен есть в определенное время, что такое «гипо», как помочь ему в критической ситуации и т.д.), и как помочь ребенку вернуться в класс после установления диагноза. В этом может помочь небольшой урок, где можно рассказать детям о некоторых аспектах этого заболевания, продемонстрировать, как проводится контроль гликемии. Для этого родители, классный руководитель и психолог должны первоначально найти общий язык и оговорить проведение ознакомительного урока в классе, особенно если этот ученик первый с данным диагнозом.

Чаще всего родители считают главным следить только за физическим состоянием ребенка, упуская многие важные моменты его психики. Их не следует винить за это – контроль за гликемией требуют очень многих усилий и времени. Следует подсказать им, чем живет ребенок в данном возрасте, что для него является главным в жизненной ситуации в тот или иной момент его развития. При необходимости провести встречу, порекомендовать литературу.

В НАЧАЛЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ РЕБЕНОК БЫВАЕТ БУКВАЛЬНО РАЗДАВЛЕН НОВОСТЬЮ О ТОМ, ЧТО ОН БОЛЕН. ДА И САМА БОЛЕЗНЬ, КОТОРАЯ ТРЕБУЕТ ЕЖЕДНЕВНЫХ УКОЛОВ ИНСУЛИНА, ОПРЕДЕЛЕННОГО РЕЖИМА ПИТАНИЯ И ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ, УЖ ОЧЕНЬ НЕОБЫЧНА И СТРАШНА. МНОГОМУ НУЖНО УЧИТЬСЯ, ОТ МНОГОГО ОТКАЗАТЬСЯ. Дети с диабетом не должны стать объектом особого покровительства. Они должны в равной мере выполнять все школьные правила, как и другие дети. Речь идет лишь о некоторой дополнительной заботе о них. Вместе с тем, они требуют ненавязчивого, осторожного присмотра.

ОЧЕНЬ МНОГО ПРОБЛЕМ ВОЗНИКАЕТ У ПОДРОСТКОВ, БОЛЬНЫХ САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ. ВЕДЬ В ЭТОМ ВОЗРАСТЕ ИДЕТ АКТИВНЫЙ ПРОЦЕСС ЖИЗНЕННОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ, ПОИСКА СВОЕГО МЕСТА СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ, РАЗМЫШЛЕНИЯ НАД СОБСТВЕННЫМ «Я». БОЛЕЗНЬ НАКЛАДЫВАЕТ ОТПЕЧАТОК НА ЭТОТ ПРОЦЕСС – ПОДРОСТКИ «КОМПЛЕКСУЮТ», ИМ КАЖЕТСЯ, ЧТО БОЛЕЗНЬ ОТТОЛКНЕТ ОТ НИХ ДРУЗЕЙ, ОНИ НЕ СМОГУТ СОЗДАТЬ НОРМАЛЬНУЮ СЕМЬЮ, ПОЛУЧИТЬ ЛЮБИМУЮ ПРОФЕССИЮ, УСТРОИТЬСЯ НА РАБОТУ. ПОЭТОМУ ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ С ДИАБЕТОМ НУЖНО ПОМОЧЬ НАЛАДИТЬ ОТНОШЕНИЯ СО СВЕРСТНИКАМИ, ПОСТАРАТЬСЯ СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ОНИ «НЕ

ВЫПАДАЛИ» ИЗ ОБЩЕГО КРУГА ИНТЕРЕСОВ И ДЕЛ КЛАССА, ДАТЬ ШАНС РЕАЛИЗОВАТЬ СЕБЯ. В этом важна помощь школьного психолога.

## ОБЩИЕ ПРАВИЛА

О ЧЕМ НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ, ЕСЛИ РЕБЕНКУ ПОСТАВЛЕН ДИАГНОЗ «ДИАБЕТ»:

1. РЕБЕНОК С ДИАБЕТОМ ВСЕГДА ДОЛЖЕН ИМЕТЬ В ДОСТУПНОМ МЕСТЕ ПРИ СЕБЕ ГЛЮКОЗУ (САХАР ИЛИ СЛАДКИЙ НАПИТОК), ОСОБЕННО В КЛАССЕ, ВО ВРЕМЯ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ, ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ВО ВРЕМЯ ИГР И ЭКСКУРСИЙ.

2. ЕСЛИ ВЫ ЯВЛЯЕТЕСЬ КЛАССНЫМ РУКОВОДИТЕЛЕМ, УБЕДИТЕСЬ В ТОМ, ЧТО ДРУГИЕ УЧИТЕЛЯ ЗНАЮТ О ДИАБЕТЕ ВАШЕГО УЧЕНИКА, ПОСТАРАЙТЕСЬ СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ К НЕМУ ПРАВИЛЬНО ОТНОСИЛИСЬ ВЗРОСЛЫЕ И СВЕРСТНИКИ.

3. НИКОГДА НЕ ЗАДЕРЖИВАЙТЕ РЕБЕНКА С ДИАБЕТОМ В ШКОЛЕ ПОСЛЕ ЗАНЯТИЙ В ТО ВРЕМЯ, КОГДА ЕМУ НУЖНО СДЕЛАТЬ УКОЛ И ПООБЕДАТЬ, А ТАКЖЕ НА УРОКЕ (СДВОЕННЫХ УРОКАХ), ПЕРЕМЕНЕ, ПОСЛЕ КОТОРЫХ ОН ДОЛЖЕН ПЕРЕКУСИТЬ.

4. ИНОГДА РЕБЕНОК С ДИАБЕТОМ ПЬЕТ ЧАЩЕ, ЧЕМ ДРУГИЕ ЗДОРОВЫЕ ДЕТИ. ЭТО ВЫЗВАНО ПОВЫШЕНИЕМ УРОВНЯ САХАРА КРОВИ. НЕ ДУМАЙТЕ, ЧТО ОН ХОЧЕТ ПОШУТИТЬ НАД ВАМИ, КОГДА ЖАЛУЕТСЯ НА ЖАЖДУ ИЛИ ЧАСТО ПРОСИТСЯ ВЫЙТИ.

5. ЕСЛИ РЕБЕНКУ С ДИАБЕТОМ НЕЗДОРОВИТСЯ, НИКОГДА НЕ ОТПРАВЛЯЙТЕ ЕГО ОДНОГО В МЕДИЦИНСКИЙ КАБИНЕТ ИЛИ ДОМОЙ – ТОЛЬКО С СОПРОВОЖДЕНИЕМ; ЕСЛИ ВОЗНИКНЕТ НЕОБХОДИМОСТЬ ОТПРАВИТЬ ЕГО ДОМОЙ, УБЕДИТЕСЬ, ЧТО ДОМА ЕСТЬ КТО-ТО ИЗ ВЗРОСЛЫХ.

6. МОЖНО НАДЕЯТЬСЯ, ЧТО ДЕТИ С ДИАБЕТОМ, ДАЖЕ В МАЛОМ ВОЗРАСТЕ, ЗНАЮТ МНОГОЕ О СВОЕЙ БОЛЕЗНИ И ОСОБЕННОСТЯХ ЕЕ ПРОЯВЛЕНИЯ. ПОЭТОМУ, ЕСЛИ ТАКОЙ РЕБЕНОК ОБРАЩАЕТСЯ К ВАМ И ГОВОРИТ, ЧТО В ОТНОШЕНИИ ЕГО НУЖНО ЧТО-ТО ПРЕДПРИНЯТЬ, ПОЖАЛУЙСТА, ПРИСЛУШАЙТЕСЬ К НЕМУ И ПРИМИТЕ ПРАВИЛЬНОЕ РЕШЕНИЕ.

7. В СИТУАЦИИ С «ГИПО» ПОСТУПАЙТЕ ТАК, КАК РАССКАЗАНО ВЫШЕ В ДАННОМ МАТЕРИАЛЕ



8. ОНИ ЧАСТО НУЖДАЮТСЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКЕ, ДОЛЖНЫ ЧУВСТВОВАТЬ, ЧТО НЕ ОДИНОКИ, А ЯВЛЯЮТСЯ ЧАСТЬЮ КОЛЛЕКТИВА СВЕРСТНИКОВ КЛАССА.

9. ПОСТАРАЙТЕСЬ СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ДЕТИ С ДИАБЕТОМ ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ В БОЛЬШИНСТВЕ ШКОЛЬНЫХ И КЛАССНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ. КОНЕЧНО, ЭТО ТРЕБУЕТ БОЛЬШОГО ВНИМАНИЯ И ОРГАНИЗАЦИОННЫХ ХЛОПОТ, ЧАСТО УЧИТЕЛЮ ЛЕГЧЕ ЗАПРЕТИТЬ РЕБЕНКУ С ДИАБЕТОМ УЧАСТВОВАТЬ В ПОХОДАХ, ЭКСКУРСИЯХ, СОРЕВНОВАНИЯХ И ПР. НО ТОГДА РЕБЕНОК ОСТАНЕТСЯ ОДИН НА ОДИН СО СВОЕЙ БОЛЕЗНЬЮ, БУДЕТ ОГРАНИЧЕН ТОЛЬКО РАМКАМИ ДОМА И СЕМЬИ, А ЕМУ НУЖНЫ ТАКИЕ ЖИЗНЕННЫЕ СИТУАЦИИ, В КОТОРЫХ ОН ПОЛУЧАЛ БЫ ОПЫТ, ОБЕСПЕЧИВАЮЩИЙ ЕМУ СПОСОБНОСТЬ САМОМУ СПРАВЛЯТЬСЯ СО СВОИМ НЕДУГОМ. ЕСЛИ ЗАПЛАНИРОВАН ПОХОД ИЛИ ЭКСКУРСИЯ, МОЖНО ПРИГЛАСИТЬ РОДИТЕЛЕЙ ИЛИ БАБУШКУ (ДЕДУШКУ) РЕБЕНКА ПРИНЯТЬ УЧАСТИЕ В ЭТОМ МЕРОПРИЯТИИ – ОНИ СМОГУТ ПОМОЧЬ УЧИТЕЛЮ И НЕНАВЯЗЧИВО ПРОКОНТРОЛИРОВАТЬ РЕБЕНКА. ПРОЯВИВ ТЕРПЕНИЕ, ВНИМАНИЕ И ТАКТ, ВЫ ПОМОЖЕТЕ ВАШЕМУ УЧЕНИКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ОКРУЖАЮЩЕМУ МИРУ, НЕ БОЯТЬСЯ БОЛЕЗНИ, А НАУЧИТЬСЯ УПРАВЛЯТЬ ЕЮ.

10. ВО МНОГИХ ШКОЛАХ, ГДЕ МЕДИЦИНСКАЯ СЕСТРА НАХОДИТСЯ В КАБИНЕТ В ТЕЧЕНИЕ ВСЕГО УЧЕБНОГО ДНЯ, ИМЕННО ОНА МОЖЕТ ПОМОЧЬ УЧИТЕЛЮ И САМОМУ РЕБЕНКУ В РЕШЕНИИ ЕГО ПРОБЛЕМ (СДЕЛАТЬ ИНЪЕКЦИЮ ИНСУЛИНА, ПРОВЕРИТЬ УРОВЕНЬ САХАРА, СЛЕДИТЬ, ЧТОБЫ РЕБЕНОК ВВЕЛ ИНСУЛИН ПРАВИЛЬНО). ЕЙ СЛЕДУЕТ ОБЯЗАТЕЛЬНО ВСТРЕТИТЬСЯ С РОДИТЕЛЯМИ РЕБЕНКА И ПРЕДЛОЖИТЬ ИМ ПРИНЕСТИ В ШКОЛУ ДУБЛИКАТ ВЫПИСКИ ИЗ ИСТОРИИ ЕГО БОЛЕЗНИ.

**В ШКОЛЕ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ (СКОРАЯ ПОМОЩЬ), ТЕЛЕФОНЫ, ПО КОТОРЫМ В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ МОЖНО СРОЧНО СВЯЗАТЬСЯ С РОДИТЕЛЯМИ.**