**"Дети тоже болеют диабетом"**

**Уважаемые педагоги и родители, обратите внимание на своего ребенка и при малейших признаках обратитесь к врачу.**

**Кто из детей наиболее подвержен риску заболеть сахарным диабетом?**

1. У кого есть родственники, имеющие этот диагноз.
2. У кого уже обнаружены другие нарушения обмена веществ.
3. Кто при рождении имел большую массу тела (свыше 4,5 кг).
4. У кого наблюдается снижение иммунитета.

**Какие события в жизни ребенка чаще всего провоцируют начало заболевания?**

1. Вирусное инфекционное заболевание.
2. Сильное нервное потрясение.

**По каким ранним признакам можно предположить начало развития диабета?**

1. У ребенка повышается потребность в сладком.
2. Он трудно переносит большие перерывы между приемами пищи, испытывает мучительное чувство голода.
3. Через полтора — два часа после еды ощущает сильную слабость.

**А если диабет уже набрал силу, что вам укажет на это?**

1. Сильная жажда, обильное мочеотделение.
2. Резкое изменение аппетита.
3. Стремительная потеря веса.
4. Сонливость, раздражительность, повышенная утомленность.

**Что должны делать родители в стремлении уберечь ребенка от сахарного диабета?**

1. Прежде всего реально оценить, насколько велик у него диабетический риск.
2. Побеседовать по этому поводу с детским эндокринологом, почитать популярную медицинскую литературу.
3. Закаливание, регулярное занятие физкультурой, доброжелательный психологический микроклимат в семье — эти и другие профилактические меры помогут вашему ребенку противостоять провоцирующим факторам — стрессам и инфекциям.
4. Щадите его поджелудочную железу!
5. Выбирайте свежие ягоды, соки, фрукты вместо конфет и пирожных.
6. О том, что ваш ребенок подвержен повышенному диабетическому риску, должны знать его воспитатель в детском саду, школьный учитель, участковый педиатр.
7. И самое главное — вы не должны допустить, чтобы болезнь была обнаружена на поздней стадии.
8. При первых симптомах ее развития обращайтесь к детскому эндокринологу.
9. Если случилось так, что ребенок уже находится в крайне тяжелом состоянии, и врач «скорой» решил везти его в больницу, обязательно предупредите о возможном диагнозе. Тогда ребенка доставят по назначению — в эндокринологическое отделение, а не в хирургию, не в инфекционную больницу и т.п.