

PRED ZAČATÍM ŠKOLSKÉHO ROKA

Ešte koncom júna sme si zistili, kedy sú v našej škole prestávky a ktorá z nich je desiatová. Letné prázdniny sme využili na úpravu režimu tak, aby dcéra mohla desiatovať spolu s ostatnými deťmi (mala som istotu, že na to určite nezabudne a zároveň som vedela, že jej to nebude musieť nikto špeciálne v inom čase pripomínať).

V priebehu leta sa nám podarilo dosiahnuť aj predtým nepredstaviteľnú vec – dobré glykémie pred desiatou. Dovtedy sme stále bojovali s tým, že napriek rannej dobrej glykémii a raňajkám bohatým na vlákninu sa glykémie pred desiatou pravidelne šplhali nad 15 (a nebolo to ani kontra na nočné hypoglykémie, tie sme nemávali). Keď sme zvýšili ranný inzulín, glykémia pred desiatou zostala v podstate nezmenená, ale pred obedom mala dcéra peknú hypoglykémiu. Nakoniec nám pomohla táto trojkombinácia:

1. ranný inzulín sme nechali zvýšený,
2. z raňajok sme vylúčili mlieko,
3. presunuli sme 0.5 SJ z raňajok do desiatej.

Výsledkom tejto zmeny sú glykémie pred desiatou takmer také isté, ako ráno, nikdy predtým sme to nezažili. Dcéra má teraz paradoxne na desiatu (2.5 SJ) viac SJ ako na raňajky (2 SJ). Konzultovali sme to aj s diabetologičkou – podľa nej je to síce trochu neobvyklé, ale pokiaľ to dcére vyhovuje, tak je to v poriadku.

V poslednom augustovom týždni, keď už boli deti rozdelené do tried, sme sa stretli s triednou učiteľkou a vychovávateľkou v školskom klube. Odovzdali sme im „ťahák pre učiteľku“ (obsahuje základné informácie o dieťati a jeho diagnóze, nájdete ho na stránke www.diabetikinfo.sk) a vysvetlili sme im podstatu dcérinho režimu. Na stretnutí bola aj zástupkyňa, ktorá súhlasila s tým, že dcéra môže nosiť so sebou do školy mobilný telefón pre prípad mimoriadnej situácie. Zároveň sme sa s vedúcou školskej jedálne dohodli na tom, ako budeme mať zabezpečené obedy v školskej jedálni tak, aby vyhovovali aj glykémiam.

A čo sa páčilo najviac mojej dcére? Keď som jej koncom prázdnin vytlačila menovky, na ktorých mala svoju fotku, meno a triedu. Označili sme nimi pre istotu všetko, čo mala v taške, aj samotnú tašku ☺.