The background features a repeating pattern of stylized blue hands, each with a white circle on its palm, arranged in a circular pattern. In the center, a larger, solid blue circle is formed by the hands holding it together. The text is centered within this circle.

Σακχαρώδης
Διαβήτης και
εφηβεία

Ένα αυτοάνοσο νόσημα

Ο νεανικός σακχαρώδης διαβήτης ή τύπου 1 παρουσιάζεται όταν το πάγκρεας δεν παράγει καθόλου ινσουλίνη. Πρόκειται για τον σπανιότερο από τους 2 τύπους και συνήθως εμφανίζεται στην παιδική ηλικία.



Συμπτώματα του Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου 1

- αυξημένη όρεξη (πολυφαγία)
- αυξημένη δίψα (πολυδιψία)
- συχνή και μεγάλη σε ποσότητα ούρηση (πολυουρία)
- απώλεια βάρους
- μερικές φορές διαταραχή της όρασης
- διαταραχή της ανάπτυξης στα παιδιά
- ευαισθησία στις λοιμώξεις.



Διαγνωστικά κριτήρια για το Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου 1

- Συμπτωματολογία διαβήτη (πολυουρία, πολυδιψία, πολυφαγία και αδικαιολόγητη απώλεια βάρους), σε συνδυασμό με τυχαία εύρεση σακχάρου αίματος πάνω από 200 mg/dl
- Γλυκοζυλιωμένη αιμοσφαιρίνη πάνω από 6,5%.
- Σάκχαρο αίματος νηστείας πάνω από 126 mg/dl.
- Σάκχαρο αίματος 2 ώρες μετά τη χορήγηση 75 γρ. γλυκόζης πάνω από 200 mg/dl.
- Σάκχαρο αίματος νηστείας μεταξύ 100 και 125 mg/dl, ή σάκχαρο αίματος 2 ώρες μετά τη χορήγηση 75 γρ. γλυκόζης μεταξύ 140 και 199 mg/dl, ή γλυκοζυλιωμένη αιμοσφαιρίνη 5,7 – 6,4% χαρακτηρίζονται ως προ-διαβήτης.

Αντιμετώπιση ΣΔΤ1

- η έγκαιρη διάγνωση της νόσου
- η εκπαίδευση του διαβητικού ασθενούς σε σχέση με τις διαιτητικές του συνήθειες
- η εκπαίδευση του διαβητικού ασθενούς στον αυτοέλεγχο του σακχάρου και τη χορήγηση ινσουλίνης.



Ψυχολογία οικογένειας

ΓΟΝΕΙΣ

- Φόβος
- Άγχος
- Απογοήτευση
- στεναχώρια



Ψυχολογία οικογένειας

ΈΦΗΒΟΣ

- Άτυχος
- Αδικημένος
- καταπιεσμένος
- διαφορετικός
- περιθωριοποιημένος



Η «εκπαίδευση» της οικογένειας

- διάφορες ινσουλίνες που κυκλοφορούν
- νέου τύπου ινσουλίνες
- υπογλυκαιμίες
- υπεργλυκαιμίες
- άσκηση
- ασθένειες
- διατροφή
- τρόπος χορήγησης ινσουλίνης
- μέτρηση σακχάρου αίματος
- πρόγραμμα ημέρας του διαβητικού
- ψυχολογία του διαβητικού
- στόχοι για το διαβήτη και τον ασθενή.



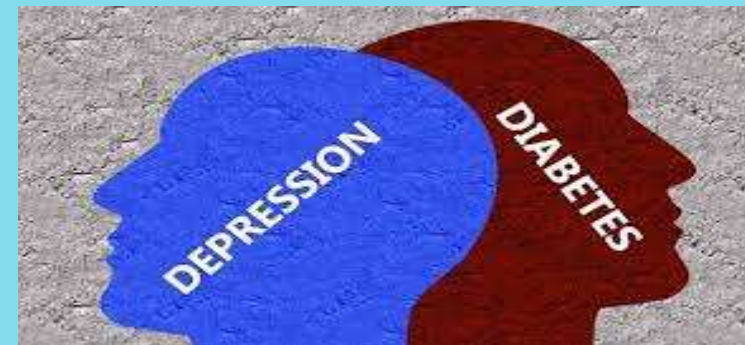
Η «εκπαίδευση» της οικογένειας

- διαβητολόγο
- ψυχολόγο
- διαιτολόγο
- νοσηλεύτρια εκπαιδευμένη στον διαβήτη



Θεραπεία ομαδικής γνωστικής συμπεριφοράς για τους εφήβους με ΣΔΤ1 και κατάθλιψη

- ενεργητική ακρόαση
- γνωσιακή αναδιάρθρωση
- παρακολούθηση της διάθεσης
- στρατηγικές αντιμετώπισης της συμπεριφοράς
- δεξιότητες επικοινωνίας και επίλυσης προβλημάτων
- ψυχοεκπαίδευση για την κατάθλιψη στο ΣΔΤ1
- κοινωνική στήριξη
- στρατηγικές επίλυσης προβλημάτων



Θεραπεία ομαδικής γνωστικής συμπεριφοράς για τους εφήβους με ΣΔΤ1 και κατάθλιψη

Αποτελεσμάτα

- Καλά επίπεδα γλυκόζης
- Δεξιότητες επίλυσης προβλημάτων
- Επαναπροσδιορισμός του χαρακτήρα

Βελτίωση της ψυχικής υγείας των εφήβων με ΣΔΤ1: πρωτόκολλο για μια τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη δοκιμή για την υποστήριξη εφήβων και γονέων

- κατάθλιψη και το άγχος



φτωχότερη προσαρμογή της νόσου και μεταβολικό έλεγχο

- συχνότερη νοσηλεία και η σχολαστική προσκόλληση στην αυτο-φροντίδα του διαβήτη



με υψηλότερο άγχος

Βελτίωση της ψυχικής υγείας των εφήβων με ΣΔΤ1: πρωτόκολλο για μια τυχαιοποιημένη ελεγχόμενη δοκιμή για την υποστήριξη εφήβων και γονέων

- Καλή σχέση γονέων – εφήβων ➡ ισορροπημένη διαχείριση του διαβήτη
- Κακή σχέση γονέων – εφήβων ➡ φτωχότερη ρύθμιση ΣΔΤ1



Σακχαρώδης Διαβήτης τύπου 2 σε εφήβους

Ομάδες υψηλού κινδύνου ➔

- έφηβοι με παχυσαρκία
- συγγενείς με ΣΔΤ2
- παρουσία κλινικών χαρακτηριστικών της αντίστασης στην ινσουλίνη



Συμπεριφορά στο Σακχαρώδη Διαβήτη Τύπου 2

- πρόληψη της παχυσαρκίας
- καλή διατροφή
- μέτρια άσκηση



Πρόληψη για το ΣΔΤ2

- έγκαιρη ανίχνευση της διαταραχής της ρύθμισης της γλυκόζης



Τι περιμένουμε στο άμεσο μέλλον

- Μεταμόσχευση παγκρέατος
- Εισπνεόμενη ινσουλίνη
- Νέοι μετρητές σακχάρου



Βιβλιογραφία

- Reinehr, Thoma.s., 2013 Dec 15. Type 2 **diabetes mellitus** in children and adolescents.
- World J **Diabetes** PMID doi: 10.4239/wjd.v4.i6.270 (ημερομηνία πρόσβασης 14/01/2019).
-
- Pediatr J. 2012 Jun. Health-Related Quality of Life in Adolescents With or at Risk for Type 2 **Diabetes Mellitus**. PMC. 2016 Mar 16 doi: 10.1016/j.jpeds.2011.11.026 (ημερομηνία πρόσβασης 14/01/2019).
-
- Deborah, Edwards., 2014 Sep. An ongoing struggle: a mixed-method systematic review of interventions, barriers and facilitators to achieving optimal self-care by children and young people with Type 1 **Diabetes** in educational settings. BMC Pediatr doi: 10.1186/1471-2431-14-228. (ημερομηνία πρόσβασης 14/01/2019).
-
- Hackworth, Naomi J., 2013 Dec 17. Improving mental health of adolescents with Type 1 **diabetes**: protocol for a randomized controlled trial of the Nothing Ventured Nothing Gained online **adolescent** and parenting support intervention. BMC Public Health. doi: 10.1186/1471-2458-13-1185 (ημερομηνία πρόσβασης 14/01/2019).
-
- Cumba-Avilés, Eduardo., 2016 Sep 13. Cognitive-Behavioral Group Therapy for Latino youth with Type 1 **Diabetes** and depression: A case study. Clin Case Stud. 2017. doi: 10.1177/1534650116668270. (ημερομηνία πρόσβασης 14/01/2019).
-



world **diabetes** day

14 November