

# DIABTÜRK Çocuk Grubu ÇOCUKLUK ÇAĞI DİYABETİNİN KONTROLÜ



**Doç. Dr. Nesibe Andıran**

Keçiören Eğitim Araştırma Hastanesi

Pediyatri Klinik Şefi

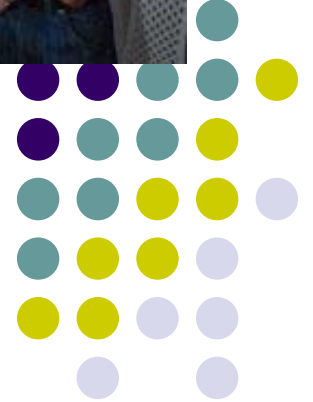
Pediyatrik Endokrinoloji Şef v.

**Prof. Dr. Şükrü Hatun**

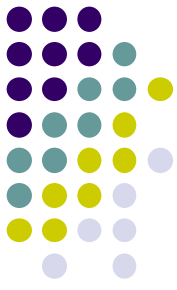
Kocaeli Üniversitesi Pediyatri ABD

ve Pediyatrik Endokrinoloji BD

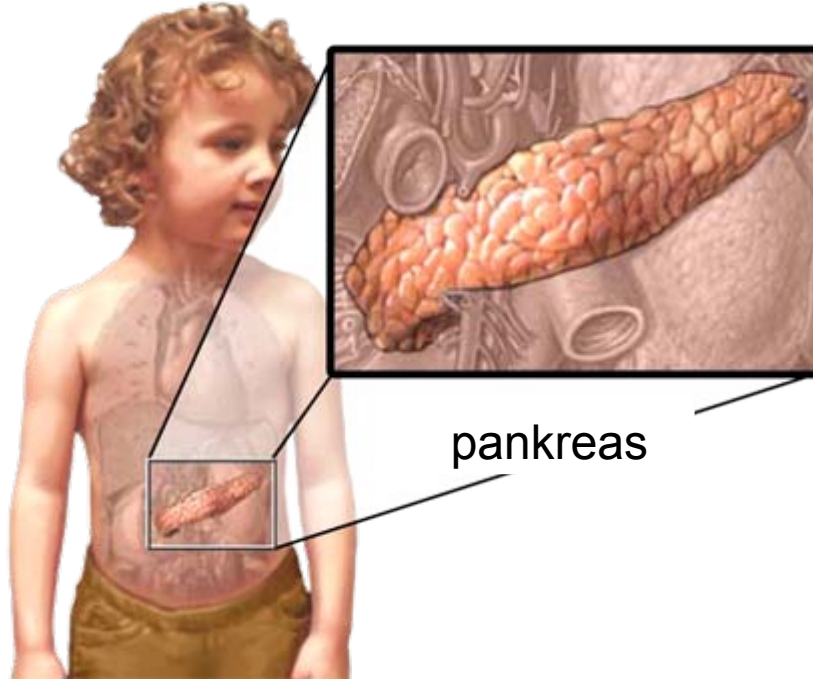
Başkanı



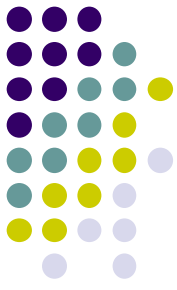
# DİYABET NEDİR?



**İnsülin** salgılanmasındaki bozulma veya salgılanan insülinin iş görememesi sonucu, **kan şekerinin açlık ve toklukta yüksek** bulunması



# KAÇ TİP DİYABET VARDIR?



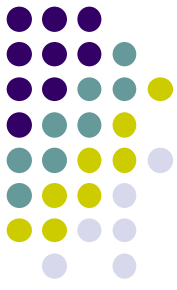
**Tip 1 Diyabet:** İnsülin eksikliği, çocukluk çağında en fazla görülen tip



**Tip 2 Diyabet:** İnsülinin etki gösterememesi, en fazla şişman erişkinlerde ve **seyrek olarak** ergenlerde görülen tip



# Tip 1 Diyabet



- Yaşam boyu insülin tedavisi gereken diyabet
- Çocuklardaki diyabetin %95-98'i
- Ülkemizde tahminen 17.000 hasta var, 1700 / yıl çocukta yeni tanı Tip1 diyabet saptanmakta
- Zirve insidans: 5-7 yaş ve puberte

# Tip 1 Diyabet niçin oluřur?



- Tam nedeni bilinmiyor. Ancak,
  - **Genetik yatkınlık**
  - **Otoimmunitte** (Vücutun kendi hücrelerine karşı savaş başlatması)
  - **Çevresel faktörler**
    - \*Bazı viral enfeksiyonlar,
    - \*İnek sütüne ve gluten içeren gıdalara erken başlanması,
    - \*D vitamini eksikliği (??)
    - \*Kimyasal maddeler/katkı maddeleri (nitrat),
    - \*Stress **diyabet gelişmesinde neden veya hızlandırıcı olarak rol alabilir.**

# Çocuklarda Diyabet Bulguları

- Sürekli susama hissi/ağız kuruluğu
- Çok su içme- “suya doyamama”,
- Çok ve sık idrar yapma
- Sınıfta sık sık tuvalete gitme
- Gece idrara çıkma ve yatağını ıslatma
- İştah artması-küçük çocuklarda görülmeyebilir
- Çok yemesine rağmen kilo kaybı- “çocuğum süzüldü”
- Kolay yorulma ve bitkinlik
- Okula devamda aksamlar ve derslerde başarısızlık
- Hastaların çoğunda diyabet bulgularının süresi bir aydan kısadır

Tanı gecikirse;

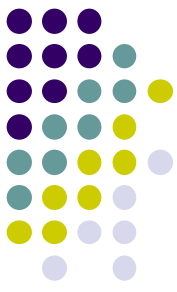
**Diyabetik ketoasidoz/**  
**Diyabet koması** gelişir.

**DKA** Sıklık: ülkemizde%50  
Avrupa'da % 25



**Erken tanı ile diyabet koması sıklığı % 50 azaltılabilir**

# Çocukluk çağında Tip 2 diyabet riski...



- Obezite sıklığı ↑ 2-3 kat artış

6-16 yaş grubunda obezite sıklığı:

8 yılda %5'den %10,5'a (yüksek ekonomik grupta %16,3'e) yükseldi. Bu çocukların en az 1/3'ü erişkin dönemde obezite ve/veya diyabet riski taşıyor (Bereket 2010, Hatun 2009).

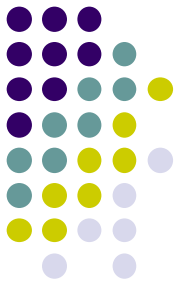
- ABD'de bazı bölgelerde diyabet tanısı konan çocukların % 20 kadarı Tip2 diyabet. Aynı şiddette olmasa da Avrupa bölgesinde de Çocuklarda Tip 2 diyabet sıklığında artış var
- Ülkemizde çocuklarda obezite sıklığı ve şiddeti bu hızla artarsa çocuklarda Tip 2 diyabet yakın bir tehlike olabilir...

# Erişkin obezitesinin temelleri çocuklukta atılmaktadır

- Obez ocukların 40-60% ı erişkin yaşamda da obez kalmaktadır
- Ergenlik ađında da obez ise bu oran %80 e yükselmektedir
- Eriřkin obezitesinde tedavi bařarısı çok dūřüktür

Obezite ile etkili bir savaş ancak çocukluk çağında bařlayan önlemler ile mümkündür.





Erişkin dönemdeki obezite ve diyabetin önlenmesinin temeli çocukluk ve ergenlik dönemindeki girişimlere bağlı:

- obezitenin önlenmesi,
- sağlıklı beslenme ve
- hareketli yaşam tarzının benimsenmesi

# Çocukluk Çağı Diyabet Programı Geliştirme Süreci

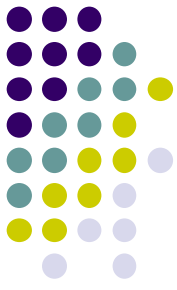


- **17 Nisan 2009:** Sağlık Bakanlığı Türkiye Diyabet Kontrol Programı I.Danışma Kurulu toplantısı
- **25 Nisan 2009:** Dernek bünyesinde “Çocuk Diyabet Grubu” nun kurulması
- **3 Ekim 2009:** Diyabet 2020 Projesi Kapsamında Ankara’da geniş katılımlı bir toplantı ve alt grupların oluşturulması
- **16-17 Ocak 2010:** Diyabet 2020 Projesi Kapsamında İstanbul’da ikinci toplantı ve programın ayrıntılandırılması

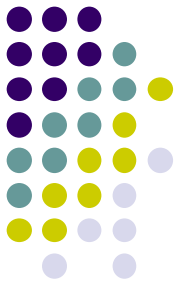
- **15-20 Şubat 2010:** Sağlık Bakanlığı Türkiye Diyabet Kontrol Programı Stratejik Plan ve Eylem Planı Toplantısı
- **9 Mart 2010:** Çocukluk Çağı Diyabet Programı’na Türkiye Diyabet Önleme ve Kontrol Programı kapsamında “**Çocukluk Çağı Diyabetinin Kontrolü**” başlığı ile son şeklinin verilmesi.

- **24 Nisan 2010:** Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet Derneği, Milli Eğitim Bakanlığı ve Sağlık Bakanlığı arasında “**Okulda Diyabet Programı**” işbirliği protokolü imzalanması
- **12 Kasım 2010:** “Okulda Diyabet Programı” nın ulusal tanıtım toplantısı ile İstanbul’da başlatılması

# ÇOCUKLUK ÇAĞI DİYABETİNİN KONTROLÜ



- **Hedef 1.** 0–18 yaş grubunda bulunan fazla kilolu, obez, tip1 ve tip 2 diyabetli çocukların ulusal sağlık bilgi sistemi üzerinden kayıt altına alınması
- **Hedef 2.** Diyabetli çocukların bakım ve tedavi standartlarının geliştirilmesi
- **Hedef 3.** Tip 1 diyabetli çocuklara erken tanı konulması  
**“Okulda Diyabet Programı”**
- **Hedef 4.** Ülkemizdeki bütün diyabetik çocukların ve ailelerinin standart/yeterli diyabet eğitimi alması
- **Hedef 5.** Çocukluk çağı obezite sıklığının azaltılması.  
**“Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat”**
- **Hedef 6.** Tip 1 diyabetli çocuklara yönelik sosyal güvenlik şemsiyesinin bütün tedavi ve izlem ihtiyaçlarını kapsayacak şekilde genişletilmesi



# Hedef 1. Kayıt: 18 yaş altı diyabet, “veri seti”

## DIYABET İLK GELİŞ FORMU

### Kimlik bilgileri

- Ad, soyad:
- TC kimlik no:
- Telefon:
- Doğum tarihi:

### Başvuru tarihi:

Takvim yaşı: ..... yaş.....ay , Cinsiyeti: Kız erkek

Tanı (Diyabet türü): Tip 1 Tip 2 MODY BGT/BAG Diğer:

İlk tanı yaşı:

İlk tanı şekli: 1) DKA

2) diyabetik ketozis

3)Hiperglisemi

Diyabet eğitimi almış mı? Evet hayır

Özgeçmiş: gebelik haftası:

Doğum ağırlığı:

sık enfeksiyon geçirme

Soygeçmiş:Anne, baba ve ikinci derece akrabalarda diyabet

öyküsü: 1) var....: Tip 1DM Tip 2 DM MODY Her ikisi??

2) yok

## Antropometrik ölçümler:

- Boy: HSDS
- VA: ... VKİ
- İA:
- İA%:

## Fizik Muayene

- KB:
- Cilt/İnsülin enjeksiyon yerleri: 1) doğal 2) lipohipertropi 3) lipoatrofi
- Puberte:
- kızlar erkekler
- Meme testis
- PK uzatılmış penis boyu
- AK PK
- AK AK

## Laboratuvar

- Kan şekeri:
- Mg:
- HbA1c:
- ALT:
- AST:
- Kreatinin:
- LDL:
- HDL:
- Trigliserid:
- TİT:
- İdrar kültürü(gerekirse):
- Mikroalbuminüri\*
- Spot idrarda albumin : 1) var (30-300 mg albumin /gr kreatinin) 2) yok
- 24 saatlik idrarda albumin atılımı : 1) var( 20-200 mcg albumin /dak) 2) yok
- \*> =10 yaş , > =5 yıllık diyabetli

## Tedavi: 1) insülin sc

- 2) tıbbi beslenme
- 3) egzersiz
- 4) Diğer

İnsülin pompası: 1) var 2) yok

- Diyabete Ek hastalıklar: 1) hashimato tiroidit  
2) çölyak  
3) hipertansiyon  
4) dislipidemi  
5) diğer

- Anti-GAD: ICA(adacık hücre antikorü):
- TSH
- Anti-TPO: 1) pozitif 2) negatif 3) bakılmadı
- Gliadin antikorü. 1) pozitif 2) negatif 3) bakılmadı
- Endomisyum antikorü: 1) pozitif 2) negatif 3) bakılmadı
- Doku-transglutaminaz antikorü: 1) pozitif 2) negatif 3) bakılmadı
- IgA: Normal Düşük

## KOMPLİKASYONLAR

### NEFROPATİ

- Mikroalbuminüri
- Spot idrar (üç ayda bir) : 1) var 2) yok (<30mg albumin /gr kreatinin)
- 24 saatlik idrarda (yılda bir) : 1) var 2) yok (<30 mg albumin/gün)
- Hipertansiyon: var yok
- EVRE1: GFR>90 ML/DK/1,73M<sup>2</sup>
- EVRE2: GFR 60-89 ML/DK/1,73M<sup>2</sup>
- EVRE3:GFR 30-59 ML/DK/1,73M<sup>2</sup>
- EVRE4: GFR15-29 ML/DK/1,73M<sup>2</sup>
- EVRE5: GFR<15 ML/DK/1,73M<sup>2</sup>
- GFR<60 ML/DK/1,73M<sup>2</sup> ALTINDA NEFROLOJİ KONSULTASYONU İSTENMELİ UYARISI ÇIKMALI

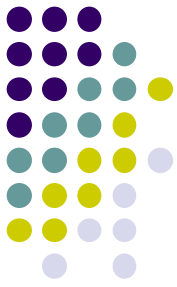
### NÖROPATİ: PERİFERİK POLİNÖROPATİ

- OTONOM NÖROPATİ... (hipoglisemi duyarsızlığı)
- RETİNOPATİ (yılda bir göz muayenesi)
- NON PROLİFERATİF RETİNOPATİ
- PRE-PROLİFERATİF RETİNOPATİ
- PROLİFERATİF RETİNOPATİ
- MAKULA ÖDEMI

### Diğer:



# DİYABET DEVAM FORMU



## Tanılar:

Başvuru nedeni :

- 1)genel kontrol
- 2) DKA/diyabetik ketozis
- 3)Hiperglisemi
- 4) hipoglisemi
- 5) Diğer: ?

## Antropometrik ölçümler

- Boy: ..yazalım..(persentil seçelim) HSDS:sistem direkt hesaplayıp atsın
- VA: ...
- İA:
- İA%:

## Fizik Muayene

- KB:
- Cilt/İnsülin enjeksiyon yerleri: 1) doğal 2) lipohipertropi 3) lipoatrofi
- Puberte:
- kızlar erkekler
- Meme testis
- PK uzatılmış penis boyu
- AK PK
- AK AK

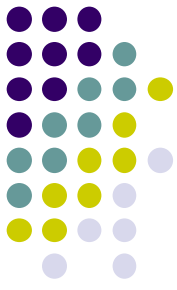
## Tedavi: insül

- Tıbbi beslenme
- ekzersiz
- diğer
- İnsülin pompası: var yok

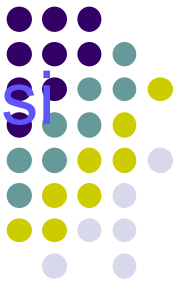
## Laboratuvar

- Kan şekeri:
- HbA1c:
- LDL...6 ayda bir
- TSH...6 ayda bir
- TİT
- İdrar kültürü (gerekirse)
- Mikrovasküler komplikasyonlar:
- Mikroalbuminüri
- Nefropati
- Nöropati
- Retinopati
- Diğer
- Diyabet eğitimi aldı mı? Evet hayır

## Hedef 2. bakım ve tedavi standartlarının geliştirilmesi



- **Pediyatrik endokrinoloji birimlerinin yaygınlaştırılması** ve gerekli insan gücünün temin edilmesi sağlanacak,
- **Ulusal Tip 1 Diyabet Tanı Tedavi Rehberi** hazırlanacak (sevk ve izlem kriterleri dahil) ve kullanımı yaygınlaştırılacak,
- Çocuklara yönelik **diyabet kampları** desteklenecektir.



## Hedef 2. Bakım ve tedavi standartlarının geliştirilmesi

- 18 yaş altındaki diyabetli çocuklar Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet uzmanlarının liderliğindeki **Çocuk Diyabet Ekibi** tarafından izlenmelidir.
- Ülkemizde bütün bölgelere dağılmış **50 çocuk endokrin merkezi** ( 34 Üniversite, 12 devlet hastanesi, 4 özel hastane) var. Bu merkezlerde **160 çocuk endokrinoloji uzmanı/araştırma görevlisi ve 50 dolayında hemşire ve diyetisyen** hizmet vermektedir.
- Diyabetli çocukların **% 68'i** bu merkezlerde izlenmektedir. Amacımız bütün diyabetli çocukların Çocuk Diyabet Merkezlerinde izlenmesidir.
- Ülkemizde (İstanbul Tıp, Kocaeli Tıp, Ege Tıp, Dokuz Eylül Tıp ve Akdeniz Tıp) her yıl **5 diyabetli çocuklar kampı** düzenlenmektedir.
- Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet Derneği Derneğimiz her yıl "**Ulusal Çocuk Endokrinoloji Kongresi**" ve bu kongre içinde "**Çocuk Diyabet Hemşireliği Kursu**" düzenlemektedir.
- Yine dernek içinde "**Çocuk Diyabet Grubu**" aktif olarak çalışmaktadır.
- Ulusal **Tip 1 Diyabet Tanı Tedavi Rehberi** hazırlanmaktadır (sevk ve izlem kriterleri dahil)





**15-21 Ağustos 2011**

### **Düzenleyen Kuruluşlar**

Diyarbakir Çocuk Hastanesi Endokrinoloji Kliniği

Diyarbakir Büyükşehir Belediyesi

Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet Derneği Çocuk Diyabet Grubu

Çocuk ve Adolesan Diyabetikler Derneği



### **Kamp Yeri**

Diyarbakir Büyükşehir Belediyesi Hazar  
Gölü Gençlik Kampı



Diyarbakir Diyabetli Çocuklar Kampı, Çocukluk Çağı Diyabet Programı çerçevesinde diyabetli çocukların eğitim ve bakımlarını geliştirmek amacıyla düzenlenmiştir. Kampta eğitim temel konuların anlatılması yanında grup çalışmaları ve kamp içindeki deneyim paylaşımı ile yapılacaktır. Çocuklar yaşlarına/eğitim durumlarına göre iki gruba ayrılacak; bir grup ders yaparken diğerleri 4 grup halinde açık havada grup çalışması yapacaktır. Eğitim saatleri dışındaki zamanlarda yüzme başta olmak üzere çeşitli spor, eğlence ve sanat aktiviteleri düzenlenecektir. Kampta 2 öğretim üyesinin sorumluluğunda çocuk hekimleri, diyetisyenler, diyabet hemşireleri, psikologlar ve aktivite liderlerinden oluşan bir ekip görev yapacaktır.



### **Destekleyen Kuruluşlar**

- Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet Bilim Dalı
- İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Büyüme-Gelişme ve Pediatrik Endokrinoloji Bilim Dalı

### **Kamp koordinatörleri**

Dr.Mehmet Nuri Özbek, Dr. Hüseyin Demirbilek

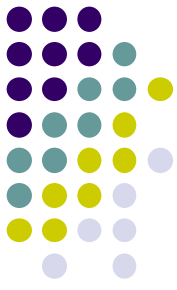
### **Danışmanlar**

Prof.Dr.Şükrü Hatun, Prof.Dr.Rüveyde Bundak

**Başvuru: Dr.Mehmet Nuri Özbek, Dr. Hüseyin Demirbilek  
Tlf.**

*Katkıları için Bayer firmasına teşekkür ederiz*

## Hedef 3. Tip 1 diyabetli çocuklara erken tanı konulması



- Topluma yönelik **farkındalık oluşturma** amaçlı programlar kapsamında çocuklarda Tip 1 diyabet bulgularını anlatan bilgilerin ortak yaşam alanları ve iletişim araçlarında çeşitli yöntemlerle aktarılması sağlanacak,
- **Okulda Diyabet Programı** geliştirilip yürütülecek,
- **Birinci basamak hekimlerine ve çocuk hekimlerine yönelik diyabet** konulu tazeleyici eğitim programı başlatılacaktır.

# OKULDA DİYABET PROGRAMI (ODP)



- Program çerçevesinde ülkemizdeki 60.000 okula “ Benim çocuğum şeker hastası mı?” başlıklı farkındalık posterleri asılmıştır
- İlköğretim kurumlarındaki 650.000 civarındaki öğretmene ve 16 milyon öğrenciye ulaşılarak en azından çocuklarda diyabet olabileceği konusunda bir mesaj ulaştırılmıştır.

BENİM ÇOCUĞUM  
ŞEKER HASTASI MI?



- Çocuğunuz her zamankinden daha fazla su içmeye başlarsa
- Geceleri tuvalet için kalkmaya veya yatağını ıslatmaya başlarsa
  - İştahı iyi olduğu halde kilo kaybederse

Çocuğunuzda şeker hastalığı olabilir.  
En yakın hekime başvurun.

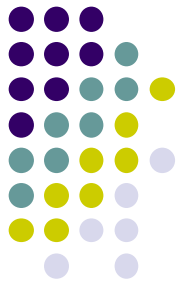


Okulda Diyabet Programı, Sağlık Bakanlığı ve Dünya Sağlık Örgütü'nün desteğiyle uygulanmaktadır. Sağlık Bakanlığı, Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı, Ankara, Türkiye.



Okulda Diyabet

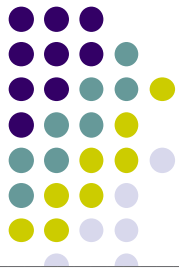
# OKULDA DİYABET PROGRAMI



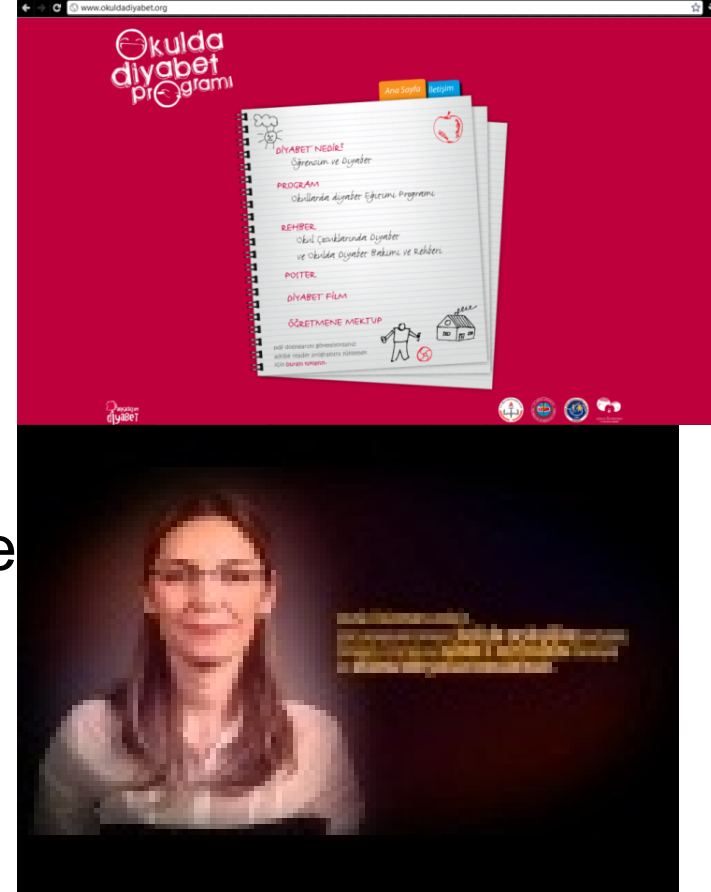
- Çocuklarda diyabeti anlatan bir broşür,
- okuldaki diyabetli çocukların bakımı konusunda bir rehber,
- 
- öğretmen eğitimi için bir sunum bütün okullara ve zamanla öğretmenlere ulaştırılmıştır.



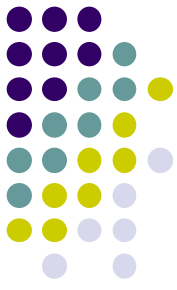
# OKULDA DİYABET PROGRAMI



- Öğretmenlere yönelik bir kısa film hazırlanmıştır.
- [www.okuldadiyabet.org](http://www.okuldadiyabet.org) yayına başlamıştır.
- Okulda Diyabet Programı materyallerine [www.meb.gov.tr](http://www.meb.gov.tr),
- [www.saglik.gov.tr](http://www.saglik.gov.tr),
- [www.sdb.meb.gov.tr](http://www.sdb.meb.gov.tr),
- [www.cocukendokrindiyabet.org.tr](http://www.cocukendokrindiyabet.org.tr),
- [www.arkadasimdiyabet.com](http://www.arkadasimdiyabet.com) adreslerinden ulaşılabilir.



<http://www.youtube.com/watch?v=a2H1F8emL1Q&feature=related>



## ***“Öğretmene Mektup”***

- *Çocuk endokrin üniteleri diyabetli çocuklar aracılığı ile öğretmenlerine okulda diyabet bakımını anlatan “öğretmene mektup” ulaştırmaktadır:*

# Öğretmene Mektup



ÇOCUK ENDOKRİNOLOJİ VE DİYABET  
BİLİM DALI/ÜNİTESİ

KONU: ..... isimli öğrenciniz.

Değerli Öğretmenim,

Sizin de öğrenciniz olan çocuğumuz ..... / ..... tarihinde Tip 1 Diyabet (Şeker Hastalığı) tanısı ile hastanemizde tedavi edilmiş ve izleme almıştır.

Çocuğumuz ve ailesine, diyabet tedavisinde gerekli olan tüm eğitilmiş verimliği ve bu hastalıkta oluşabilecek duruma nasıl yönetecekleri öğretmişir. Ancak çocuğumuz günün önemli bir kısmını okulda geçirmektedir. Bu nedenle Tip 1 diyabet ve özel durumlarla ilgili sizi de bilgilendirmek istedik.

Tip 1 Diyabet insülin eksikliği sonucu gelişen bir hastalık olduğundan tedavisinde de insülin kullanılmaktadır. Bunun yanı sıra belli bir beslenme düzeni ve egzersiz planı çocuğumuzun kullandığı insülin çeşidine göre düzenlenmektedir. Öğrenciniz sabah (....), öğle (....), akşam (....) ve gece (....) olmak üzere günde .... kez insülin tedavisi almaktadır. Her insülin dozunun yapılması önce kan şekeriyle bakılması gerektiği olduğundan okulunuzda buna imkan sağlanması önem taşımaktadır. Ayrıca beslenme planında sıra öğün olması gerekiyorsa kolaylık sağlamanız kan şekeri kontrolünün istenilen düzeyde olmasını yarar sağlayacaktır.

Değerli Öğretmenim,

Diyabetli çocukların okul yaşamı boyunca sağlığının korunması ve kendilerini güvende hissetmeleri için öğretmenler ve ailelerin yakın işbirliğine ihtiyaç vardır. Bu mektubu yakın zamanda diyabet tanısı alan öğrencinizin hastalığı konusunda bilgilendirmek ve aşağıdaki önerileri dikkate alarak ona yardımcı olabileceğiniz için yazıyorum.

1. Diyabetli çocukların sınıflarında kan şekeri ölçümüne ve insülin yapılmasına izin verilmeli, bunun için uygun mekân/revür oluşturulması sağlanmalıdır ve çocuğun izni alınarak gerekirse diyabet konusunda diğer öğrencilere bilgi verilmelidir.
2. Diyabet tedavisinde beslenme planlaması çok önemlidir ve diyabetli çocukların ara öğün almalarına ihtiyaç vardır. Bu nedenle diyabetli çocukların sınıflarında ara öğün almalarına izin verilmelidir.



İşleri arkadaşlarının katıldığı beden eğitimi dersleri, okul gezileri gibi aktivitelere katılması için şekilde diyabetli olduğundan izin bu tür aktivitelerden uzak tutulması yoluna gidilmemelidir. e alınacak önlemler konusunda aileden bilgi alınabilir.

İşleri kan şekeri kontrolünü yüksek dönemlerde arkadaşlarına göre daha sık tuvalete gitme eceklerinden bu konuda anlayış gösterilmelidir.

İşleri en az 3 ayda bir doktor kontrolüne gilmeleri gerektiği için randevu günlerinde iznini istemeye ekstra izin ve yapılandırılması halinde rapor istenmelidir.

İşleri olan çocukları fazladan su içmelerine ve gerektiğinde idrar katona bakabilmesine izin verilmelidir.

İşleri yüksekliği ile seyreden bir hastalık olmaması karşın diyabetli çocukların kan şekeri kontrolü, az yeme ve içme ve düzenli kontrolüne gilmeleri gerektiği için randevu günlerinde iznini istemeye ekstra izin ve yapılandırılması halinde rapor istenmelidir.

İşleri olan çocuklarda terleme, ağzı çöresinde solukluk, titreme, baş ağrısı, çarpıntı gibi belirtiler olabilir. Kan şekeri düşüklüğünde "....." "....." "....." gibi basit emelleri anlatılmalıdır ve belirtiler, kan şekeri düşüklüğü olan çocuklara ders kesilerek yardım edilmediği hemsire 3 kesime 15 ml suyu (öğrencinin çantasında vardır.) ve 15 dak. sonra kan şekeri ölçülmelidir. Şeker üzerine çikana kadar 3 şeker daha verilebilir veya meyve suyu (özellikle vişne ve elma suyu) kullanılabilir. Bu olayın sonunda 3 şeker daha normalde gelebilir çocuk kendisini yorgun hissediyor ve izin verilmelidir. Bu olayın sonunda 3 şeker daha verilebilir veya meyve suyu (özellikle vişne ve elma suyu) kullanılabilir. Bu olayın sonunda 3 şeker daha verilebilir veya meyve suyu (özellikle vişne ve elma suyu) kullanılabilir.

İşleri olan çocuklarda terleme, ağzı çöresinde solukluk, titreme, baş ağrısı, çarpıntı gibi belirtiler olabilir. Kan şekeri düşüklüğünde "....." "....." "....." gibi basit emelleri anlatılmalıdır ve belirtiler, kan şekeri düşüklüğü olan çocuklara ders kesilerek yardım edilmediği hemsire 3 kesime 15 ml suyu (öğrencinin çantasında vardır.) ve 15 dak. sonra kan şekeri ölçülmelidir. Şeker üzerine çikana kadar 3 şeker daha verilebilir veya meyve suyu (özellikle vişne ve elma suyu) kullanılabilir. Bu olayın sonunda 3 şeker daha normalde gelebilir çocuk kendisini yorgun hissediyor ve izin verilmelidir. Bu olayın sonunda 3 şeker daha verilebilir veya meyve suyu (özellikle vişne ve elma suyu) kullanılabilir. Bu olayın sonunda 3 şeker daha verilebilir veya meyve suyu (özellikle vişne ve elma suyu) kullanılabilir.

Okulda diyabet programı logo

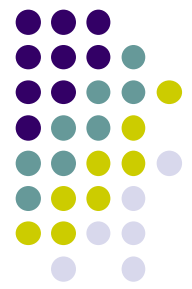
Okulda diyabet programı logo

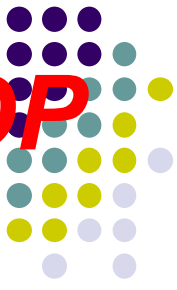
Okulda diyabet programı logo

Okulda diyabet programı logo

Okulda diyabet programı logo

Okulda diyabet programı logo





# 14 Kasım Dünya Diyabet Günü-ODP

- UPEK-Çocuk Endokrinoloji Merkezleri
- Ülke genelinde *öğretmen ve öğrencilere yönelik eğitim aktiviteleri* yapıldı,

Ankara:Keçiören EAH, Dr. Sami Ulus Çocuk Hastanesi..

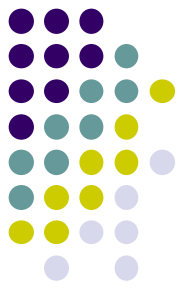
İstanbul

İzmir

Kocaeli

Erzurum...





# The Diabetes Programme in Schools :

## An encouraging sub-project of The National Diabetes Prevention and Control Programme in TURKEY for school-aged diabetic children

Şükrü Hatun\*, Nesibe Andıran\*\*, Halil Polat&, Nezir Büyükkahraman &, Serdar Güler, ,Peyami Cinaz \*\*\*

\*Childhood Diabetes Group of National Pediatric Endocrinology Society

\*\*President of Childhood Diabetes Group in DIABTURK  
& Ministry of Education

\* General Director of DIABTURK

\*\*\*The President of National Pediatric Endocrinology Society

# Okulda Diyabet Programı Yeni Dönem

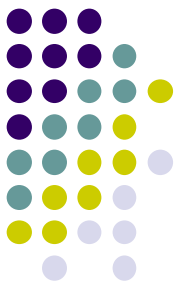


Okulda  
diyabet  
programı

ATÖLYE ÇALIŞMASI  
1 Nisan 2011  
- RAPOR -

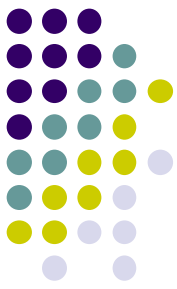


1 Nisan 2011'de yapılan atölye çalışmasında program değerlendirildi ve yeni dönem aktiviteleri planlandı



## Planlar 1:

- MEB: Türkiye çapında bir organizasyonla “okulda diyabet programına” ülke çapında devam
- Kısa film hazırlanması :TV, hastaneler, metrolar...
- Grsel, çarpıcı afiş ve posterler: okullara ve Şehir panolarına,
- Toplumun ve çocukların sevdiği , güven duyduğu ünlü kiŐilerin farkındalık tanıtımında kullanılması



## Planlar 2:

- “En iyi HbA1c” yarışması,
- Çocuđu veya kendisi tip 1 diyabetli ünlü ve başarılı kişiler ile söyleşi, hasta ve ailelerinin buluşturulması,
- Resim yarışması: ilköğretim ve lise
- Kompozisyon yarışması: ilköğretim ve lise
- Fotoğraf yarışması:



## Planlar 3:

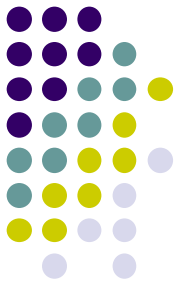
- 14 Kasım Dünya Diyabet Günü haftasında her yıl ülkemizdeki bütün okullarda 1 saatlik “Diyabet, obezite ve sağlıklı beslenme” eğitimi yapılması
- Bu yıl 14 Kasım haftasından “Çocuk endokrin merkezleri diyabetli çocukların öğretmenleri ile buluşuyor” toplantıları
- Doğudaki diyabetli çocuklara eğitim bursu programı
- Okul hemşireleri için “diyabet ve obezite” sertifikasyon programı
- “Diyabet dostu okul” sertifikasyon programı



## Hedef 4. diyabetik çocukların ve ailelerinin standart/yeterli diyabet eğitimi alması



- 0-18 yaş grubu için standart diyabet eğitim programı modülleri geliştirilecek,
- Diyabetli çocuk ve ailelerine yönelik ilk aşama el kitabı ve eğitim filmi hazırlanacak,
- Eğitim kiti içeren oyuna dayalı bir internet sitesi kurulması desteklenecek,
- Diyabetli çocuklar ve yakınlarına sağlanan diyabet eğitimleri yaygınlaştırılacak ve süreklilik kazandırılacak,
- Diyabetli çocuklar ve yakınlarına sağlanan diyabet eğitimi hizmetine dair geri ödemenin geliştirilmesine çalışılacaktır.

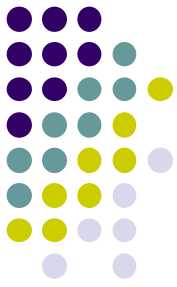


**Sağlık Bakanlığı**

**Peformans D.B. Aileye diyabet eğitimi: 20  
puan(6 ayda bir)**



# EĞİTİM



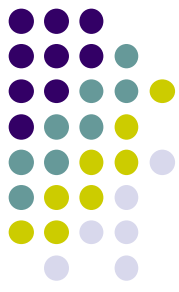
- Ulusal tip 1 DM tanı ve tedavi rehberi ile ilgili çalışma yapılıyor,
- “Aileye diyabet eğitimi” kitapçığı: hazırlanıyor
- Hemşirelere yönelik diyabet eğitim kitapçığı: hazırlanıyor
- Standart bir DEP kursu (NRP gibi) çalışması (hemşire ve hekimlere yönelik),

# Hedef 5. Çocukluk çağı obezite sıklığının azaltılması



- Obezite ile mücadele hedef ve stratejilerini içeren “**Türkiye Sağlıklı Beslenme ve Hareketli Hayat Programı 2010-2014**” uygulanacak,
- Yüksek kalori içeren yiyecek/içecek **reklamları** ile ilgili olarak obezitenin önlenmesine yönelik düzenleme sağlanacak,
- **Okullarda** yüksek kalorili içecek ve yiyecek otomatlarının kaldırılması, sağlıklı öğle yemeği sağlanması ve kantinlerde meyva gibi sağlıklı besin ürünlerinin bulundurulmasının teşviki sağlanacak,
- Okullarda işlenen **sağlık bilgisi** müfredatında “şişmanlık” bölümüne yer verilecek ve mevcut içerik geliştirilecektir.

# OBEZİTENİN ÖNLENMESİ VE SAĞLIKLI BESLENME



## OKULLAR

- Okullarda **sıcak yemek** sunan yemekhanelerin olması
- Katlara **su sebillerinin** konulması,
- Okul menülerinin **diyetisyenler** tarafından hazırlanması
- **Kantinlerde** meyva, süt, yogurt, salata satılması; gazlı içecekler, cips, şekerli gıdalar, patates kızartması, hamburger...vs yasaklanması,
- **Abur-cubur otomatlarının** kaldırılması, meyva ve kuruyemiş içeren otomatların konulması,



- Okullarda kuşluk ve ikinci **ara öğün** aralarının olması (mümkünse diğer tenefüslerden daha uzunca), meyva saati uygulanması ve öğretmen tarafından teşviki,
- Okullarda **oyun alanlarının** (sek, sek; koşu alanı..) oluşturulması,
- Sabah ders öncesi 20 dakika öğretmen tarafından **jimnastik hareketlerinin** yaptırılması, çıkışta öğretmenler tarafından yaptırılan ücretsiz “**fiziksel aktivite**” dersinin olması,
- **Sağlıklı beslenme** dersleri,
- Öğrencilerin **yıllık boy-kilo ölçümlerinin** yapılması (öğretmen tarafından) ve velilere rapor olarak yollanması

# MEDYA-REKLAMLAR



Journal of Paediatrics and  
Child Health



doi:10.1111/j.1440-1754.2010.01753.x

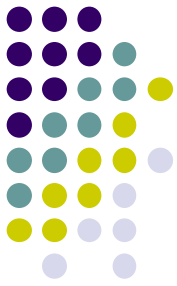
ORIGINAL ARTICLE

## Content analysis of food advertising in Turkish television

Tulay Guran, Serap Turan, Teoman Akcay, Fatih Degirmenci, Okan Avcı, Abdulkemim Asan, Emre Erdil, Abdulaziz Majid and Abdullah Bereket

Marmara University, Faculty of Medicine, Department of Pediatric Endocrinology and Diabetes, Altunizade, Istanbul-Turkey

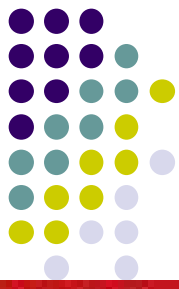
- 8853 TV reklamınının 2848 i gıda (32.1%)
- Bunların % 81 i yüksek kalori, yüksek yağ ve şeker içeren obezogenik gıdalar
- En sık çikolata
- Obezogenik gıda reklamlarınının %30 u çocukları hedef alan görsel-işitsel özellikteydi.
- Gıda reklamları ve özellikle obezogenik gıda reklamları en sık hafta sonları ve hafta içi saat 16-20 arası veriliyor.



# MEDYA-WEB

- TV: sağlıklı beslenme ile ilgili jenerikler
  - \*“Bugün sebze yedin mi?, çorba içtin mi?”
  - \*Sporculardan, sevilen ünlü kişilerden destek alınabilir: İbrahim Kutluay, Aćun, Çocuklar duymasın dizi oyuncuları..
- Kampanyalar:
  - \*Sağlıklı beslenme ve yerli malı haftası
  - \*sebze , meyve, süt, sağlıklı içecek kampanyası
  - \*resim yarışmaları
  - \*kompozisyon yarışmaları
- [www.beslenme.saglik.gov.tr](http://www.beslenme.saglik.gov.tr) adresinin ilgili dernek ve okul web sitelerine link verilmesi

# Şehir panolarında görsel ve etkileyici afişlerin asılması,



“Abur cubur olacağı budur”

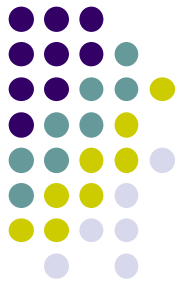
# DİĞER



- RTÜK yasası
- Gıda etiketlemesi
- Egzersiz ve spor olanaklarının artırılması

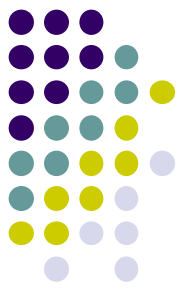


# Sağlıklı beslenme ve şişmanlık kampanyası

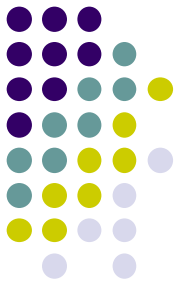


- 2011-2012 öğretim yılı başlangıcında ilköğretim ve lise öğrencilerine yönelik **sağlıklı beslenme ve şişmanlık konularında farkındalık yaratan bir kampanya** yapılacaktır.
- Okullarda sağlıklı beslenme davranışının geliştirilmesi ve şişmanlığın önlenmesine yönelik bu kampanya çerçevesinde **“beslenme dostu okul”** kampanyası desteklenecek ve beslenme dostu okullar ödüllendirilecektir.
- Bu kampanya Sağlık ve Milli Eğitim Bakanlıkları'nın sürdürdüğü Obezite ve Okul Kantinlerine dönük aktiviteleri ile entegre edilecektir.
- Kampanya hazırlıkları 2011-2012 eğitim döneminden önce tamamlanacaktır.
- Bu kampanyanın 14 Kasım Dünya Diyabet Günü haftasında yapılacak geniş bir toplantı ile başlatılması planlanmıştır.

# Hedef 6. Tip 1 diyabetli çocuklara yönelik sosyal güvenlik şemsiyesinin bütün tedavi ve izlem ihtiyaçlarını kapsayacak şekilde genişletilmesi



- Tip 1 diyabetin standart bakımı için gereken tedavi ve izlem ihtiyaçları ile ilgili **SUT düzenlemeleri ve SGK ödeme uygulamaları** izlenip periyodik olarak raporlanacak,
- Tip 1 diyabet için eksik ödeme uygulamaları sebebi ile yol açılan doğrudan ve dolaylı maliyetler hesaplanıp raporlanacak,
- Tip 1 diyabetli ve ailesinden **dolayı SGK'lı olup 18 yaşını dolduran diyabetiklerin işsiz olmaları ve öğrenci olmamaları halinde bakım ve tedavilerinin ödeme problemleri** sebebi ile aksamasının engellenmesine çalışılacaktır.



# SOSYAL GÜVENCE

SGK ile görüşme...yapıldı

Günlük stik sayısındaki kısıtlama kalktı

Parmak delici lansetlerin geri ödenmesi

# ÖZET



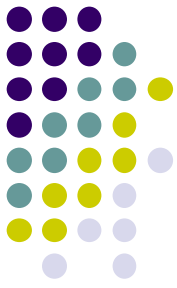
- Okulda Diyabet Programı'nın güçlendirilerek sürdürülmesi
- Çocuklarda şişmanlık ve sağlıklı beslenme konusunda farkındalık ve bilgilendirme programı başlatılması



- Elektronik diyabet eğitimi programının yayına başlaması ([www.arkadasimdiyabet.com](http://www.arkadasimdiyabet.com))
- İlk aşama kitabının basılması

- Diyarbakır Diyabetli Çocuklar Kampı
- Gündüz kampı (Diyabetli çocuklar yaz okulu) programının yaygınlaştırılması





**İlginiz ve desteğiniz için çok teşekkür ediyoruz!!**