

## Ošetrovanie pokožky

Je dobré venovať zvýšenú starostlivosť pokožke hlavne na miestach, kde je zavedená kanylka alebo senzor a aj na miestach vpichu na prstoch pri meraní glykémie. Aj keď sa kanylka mení každý tretí deň, niektoré deti majú pod lepkou podráždenú pokožku. Tiež sa môže objavovať začervenanie alebo malé pľuzgieriky pod lepkou zavedeného senzora. Niekedy, hlavne pri častom meraní glykémie, sa môže stať, že dieťa má prsty vysušené alebo ho bolia (aj keď miesta vpichu meníme) – na ich ošetrovanie je veľmi vhodný nechtíkový krém, modrá Indulona, prípadne krém s obsahom Aloe vera alebo propolisu.

Miesta vpichu pre zavedenie kanylky treba striedať tak, ako to rodičov naučil lekár alebo edukačná sestra. Samozrejme, treba ich prispôbiť konkrétnym okolnostiam – niektoré deti majú napríklad veľmi málo podkožného tuku v ramenách alebo majú veľmi citlivú pokožku v oblasti brucha, a preto si tam kanylku nezavádzajú vôbec. Vzhľadom na to, že miesto vpichu sa odporúča vopred dezinfikovať (napr. liehom), môže byť pokožka na týchto miestach suchá a citlivá. Je preto vhodné aspoň občas ju premasírovať a natrieť napr. nechtíkovým krémom, propolisovým krémom alebo telovým mliekom zn. DiabeCare® (Dr. Müller Pharma), ktoré je určené špeciálne pre diabetikov. Ak sa stane, že v mieste vpichu sa vytvorí modrinka, veľmi účinne zaberá krém Cicaderma. Na atopickú a suchú pokožku je veľmi dobrá Bioderma, potierame bruško a zadoček - miesta kam dávame kanylku - pokožka je vláčnejšia a lepšie sa hojí. Osobitnú pozornosť je potrebné venovať aj **drobným rankám**, hlavne na nohách – odporúča sa nosiť stále so sebou dezinfekčný sprej (napr. Dettol, Aloe Vera koncentrát alebo Aloe Vera sprej prvej pomoci) a každé poranenie hneď ošetriť, ranky sa potom oveľa lepšie a rýchlejšie hoja. Krém z Aveny je možné použiť na ranky - obsahuje striebro ako prirodzené antiseptikum a pomáha k lepšiemu hojeniu.

U detí s diabetom môžu byť **nohy** vo všeobecnosti zvlášť citlivé – najmä v obdobiach rozkolísaných glykémii sa deti zvyknú sťažovať, že ich bolia. Príčinou bývajú prudké poklesy glykémii. Vtedy je vhodné do jedálneho miesta zaradiť banány.