دليل عملي للمعلم

لدي طالب مصاب بالسكري من النوع الأول

ما الذي أحتاج إلى معرفته لأحافظ على سلامته، وأدعمه ليتعلم ويشارك بثقة؟



محتوى وتصميم: منصة سما
نسخة ملائمة للطباعة والمشاركة الرقمية

الفكرة في دقيقة

الطالب طفل في المقام الأول... والسكري جزء من يومه

دور المعلم هو تهيئة فصل آمن ومرن، وليس تقديم رعاية طبية.

ليس بسبب الحلويات

النوع الأول مرض مناعي ذاتي، وليس نتيجة خطأ من الطفل أو أسرته.

لا ينتقل للآخرين

لا ينتقل السكري بالمخالطة، ولا يحتاج الطالب إلى العزل.

يستطيع المشاركة

مع التخطيط والدعم يمكنه التعلم والرياضة والرحلات مثل زملائه.

يحتاج إلى الإنسولين

يحتاج جسم الطالب إلى الإنسولين يوميا وفق خطة فريقه الصحي.

القاعدة الذهبية

خطة الطالب الصحية المكتوبة هي المرجع. لا يحدد المعلم جرعة إنسولين، ولا يغير إعدادات الجهاز، ولا يفسر قراءة بمفرده. عند الشك، يبقى مع الطالب ويستدعي الموظف المدرب.

قبل أن يبدأ اليوم الدراسي

خمس دقائق من الاستعداد تقلل الارتباك خلال اليوم.

اقرأ الخطة الفردية

تعرف إلى العلامات المعتادة لدى الطالب، وما تسمح به الخطة، ومن يجب الاتصال به.

اعرف الشخص المدرب

حدد اسمه ومكانه ومن ينوب عنه أثناء الفسح والأنشطة والرحلات.

تأكد من سهولة الوصول

حقيبة الطالب وعلاج الانخفاض وماء الشرب لا ينبغي أن تكون بعيدة أو مغلقة.

اتفق على الإشارة

اختر مع الطالب طريقة هادئة لطلب الفحص أو الخروج أو تناول ما يحتاجه.

أبلغ البدلاء

يحتاج المعلم البديل ومشرف النشاط إلى المعلومات العملية الأساسية.

اسأل الأسرة أو الممرض المدرسي: ما التغييرات التي قد تطرأ هذا العام على أجهزة الطالب أو مستوى استقلاليته؟

اسمح، لاحظ، واستجب بهدوء

هذه الاحتياجات جزء من العلاج، وليست امتيازات دراسية.



الهاتف قد يكون جهازا طبيا

اسمح

اسمح للطالب بفحص السكر أو قراءة الجهاز، وتناول ما تنص عليه الخطة، وشرب الماء، والذهاب إلى دورة المياه دون تأخير محرج.

لاحظ

تغيرا في التركيز أو السلوك، وشحوبا أو تعرقا، وتعبا مفاجئا، وكثرة العطش أو طلب دورة المياه.

استجب دون لفت الأنظار

- لا ترسل الطالب وحده إذا ظهرت عليه علامات انخفاض السكر أو الارتباك.
- لا تؤخر الإجراء حتى نهاية الشرح أو الحصة.
- تواصل مع الموظف المدرب واتبع خطة الطالب المكتوبة.

انخفاض السكر: يحتاج إلى تصرف سريع

قد تظهر علاماته في صورة جوع أو رجفة أو تعرق، وقد يبدو كتشتت أو انفعال غير معتاد.



لا تترك الطالب وحده

ولا ترسله إلى العيادة بمفرده

1. أوقف النشاط، ابق مع الطالب، واستدع الموظف المدرب.
2. ارجع فورا إلى خطة الطالب الفردية وتعليمات الطوارئ الخاصة به.
3. إذا كان واعيا وقادرا على البلع، اسمح له باتباع علاج الانخفاض المحدد في خطته.
4. أعد التقييم بالطريقة والوقت المحددين في الخطة، ولا تعيده للنشاط قبل التعافي.

حالة شديدة

إذا فقد الطالب وعيه، أو حدث تشنج، أو تعذر عليه البلع: لا تعطه طعاما أو شرابا. اتصل بخدمات الطوارئ واتبع بروتوكول المدرسة. لا يستخدم الغلوكاغون إلا شخص مدرب ومخول، ووفق الخطة.

ارتفاع السكر: هدوء ومتابعة

غالبا ما يتطور ببطء، لكنه قد يصبح حالة عاجلة عند ظهور علامات الخطر.

عطش واضح
وقد يطلب الماء مرات متكررة

كثرة التبول
اسمح بدورة المياه دون تأخير

تعب أو صداع
وقد يتأثر التركيز أو الرؤية

1. اسمح بالماء ودورة المياه والراحة عند الحاجة.
2. أبلغ الموظف المدرب واتبع خطة الطالب للفحص والكيتونات والتواصل.
3. لا يعطى الإنسولين ولا تعدل إعدادات الجهاز إلا وفق الخطة، ومن قبل الشخص المخول.
4. لا تطلب من الطالب ممارسة الرياضة لخفض السكر؛ ارجع إلى الخطة أولا.

علامات تستدعي استجابة عاجلة

القيء، أو ألم البطن، أو التنفس العميق أو السريع، أو رائحة النفس الفاكهية، أو النعاس الشديد، أو الارتباك. عند ظهور أي منها، اتبع خطة الطوارئ واتصل بالجهة الطبية أو بخدمات الطوارئ المعتمدة في المدرسة.

الأجهزة جزء من رعاية الطالب

قد يصدر الجهاز تنبيها في وقت غير مناسب... لكن التنبيه ليس مخالفة صفية.



ما قد تراه

- مستشعر للمراقبة المستمرة للغلوكوز على الذراع أو البطن.
- مضخة إنسولين مثبتة بالجسم أو موصولة بأنبوب.
- هاتف أو قارئ يعرض التنبيهات والاتجاهات.

الاستخدام هنا طبي

افعل

- اسمح للطالب برؤية القراءة والاستجابة وفق خطته.
- تعامل مع التنبيه بهدوء وخصوصية.
- أبلغ المختص إذا انفصل الجهاز أو تكرر الإنذار.

تجنب

- مصادرة الهاتف المستخدم للمراقبة.
- لمس المستشعر أو المضخة أو تغيير الإعدادات.
- مطالبة الطالب بشرح بياناته أمام زملائه.

تنبيه مهم

قد لا تتطابق قراءة المستشعر دائما مع ما يشعر به الطالب. إذا قال إن مستوى السكر منخفض أو إنه غير بخير، فخذ كلامه بجدية واتبع الخطة حتى لو بدت قراءة الجهاز طبيعية.

رياضة واختبارات ورحلات

الهدف هو المشاركة الكاملة مع الاستعداد، لا الاستبعاد بسبب السكري.



حصة الرياضة

- اعرف خطة النشاط قبل البداية.
- اجعل الحقيبة والماء في متناول اليد.
- لا يشارك الطالب في النشاط وهو يعالج انخفاض السكر.

الاختبارات

- اسمح بالفحص والعلاج عند الحاجة.
- وفر وقتا للتعافي بحسب سياسة المدرسة.
- لا تفسر الارتباك على أنه إهمال.

الرحلات

- موظف مدرب وخطة واتصالات واضحة.
- تبقى الحقيبة مع الطالب، لا في الحافلة البعيدة.
- خطط لتغير مواعيد الوجبات ومستوى النشاط.

قد يؤثر أي تغيير في الوقت أو الوجبات أو مستوى النشاط في خطة الطالب. أخبر الأسرة أو المسؤول الصحي مسبقا كلما أمكن.

لغة تحفظ كرامة الطالب

الخصوصية والاختيار البسيط يصنعان فرقا كبيرا في شعوره بالأمان.

قل

- خذ وقتك، سلامتك أولا.
- هل تريد أن أنادي الموظف المدرب؟
- يمكنك استخدام جهازك الآن.
- سنساعدك على تعويض ما فاتك.

تجنب

- لماذا سكرك غير منضبط؟
- لا تأكل أمام زملائك.
- أنت تبالغ، انتظر نهاية الحصة.
- شرح حالته أمام الصف دون إذنه.

ما الذي يساعده على التعلم؟

- توقع أن يؤثر انخفاض السكر أو ارتفاعه مؤقتا في التركيز والذاكرة والمزاج.
- امنحه فرصة للعلاج والتعافي ثم ساعده في متابعة الدرس دون لوم.
- اسأله على انفراد كيف يفضل أن تقدم له المساعدة.

السكري لا يعرف الطالب

ادعمه ليكتسب استقلاليته تدريجيا، بحسب عمره وقدرته وخطته، من دون مراقبة زائدة أو افتراض أنه قادر على كل شيء وحده.

ماذا أفعل عندما...؟

إجابات قصيرة لمواقف شائعة داخل المدرسة.

يطلب أن يأكل في الحصة

اسمح بما تحدده الخطة، خاصة عند علاج انخفاض السكر؛ السلامة قبل النظام الصفي.

يصدر الجهاز إنذارا

اسمح للطالب بالتحقق بهدوء واتبع الخطة؛ لا تفترض أنه يستخدم الهاتف للترفيه.

يتغير سلوكه فجأة

فكر في اضطراب مستوى السكر قبل العقوبة، وابق معه، واستدع الشخص المدرب.

يطلب الذهاب إلى دورة المياه كثيرا

اسمح له وبلغ المسؤول المدرب؛ فقد يكون ذلك علامة على ارتفاع السكر.

يغيب المعلم الأساسي

يجب أن يعرف البديل من هو الطالب، ومن يتصل به، وأين توجد تعليمات الطوارئ.

يتعطل جهازه أو ينفصل

لا تحاول إصلاحه أو تعديل إعداداته؛ تواصل مع المسؤول والأسرة وفق الخطة.

في كل موقف: خطة الطالب + موظف مدرب + تواصل هادئ

بطاقة المعلم السريعة

املأ البيانات من خطة الطالب، واحفظ الصفحة في مكان يعرفه فريق الفصل.

الصف: ..... اسم الطالب: .....

مكانه / رقم التحويلة: ..... الموظف المدرب: .....

إذا اشتبهت في انخفاض السكر

- لا تترك الطالب وحده.
- أوقف النشاط واستدع الموظف المدرب.
- اتبع خطة الطالب لعلاج الانخفاض.
- إذا فقد الوعي أو تعذر البلع: لا تعطه شيئا عن طريق الفم، وفعل الطوارئ.

إذا اشتبهت في ارتفاع السكر

- اسمح بالماء ودورة المياه.
- أبلغ الموظف المدرب واتبع الخطة.
- لا تعط جرعة إنسولين، ولا تغير إعدادات الجهاز من نفسك.
- القيء أو ألم البطن أو التنفس غير الطبيعي أو النعاس الشديد يستدعي استجابة عاجلة.

تعليمات الطالب الخاصة

علاماته المعتادة: .....

ملاحظات أخرى: .....

أرقام مهمة

طوارئ المدرسة: .....

ولي الأمر: .....

مصادر موثوقة وحدود واضحة

أعد الدليل ليكون نقطة بداية عملية للمعلم، وليس بديلا عن التدريب أو خطة الطالب.

تنبيه صحي

هذا محتوى تثقيفي عام من منصة سما. لا يقدم جرعات إنسولين أو تعليمات شخصية. عند وجود تعارض، تكون الأولوية للخطة الطبية الفردية للطالب، وتعليمات فريقه الصحي، وسياسات المدرسة، وخدمات الطوارئ المحلية.

المراجع الرئيسية

1
الجمعية الأمريكية للسكري
Diabetes Care in the School Setting, 2024
https://doi.org/10.2337/dci24-0082

2
الجمعية الدولية لسكري الأطفال والمراهقين
ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines: Diabetes in School, 2022
https://doi.org/10.1111/pedi.13432

3
المراكز الأمريكية لمكافحة الأمراض
Managing Diabetes at School, 2024
https://www.cdc.gov/diabetes/caring/managing-diabetes-at-school.html

4
وزارة الصحة السعودية
السكري من النوع الأول
https://www.moh.gov.sa/HealthAwareness/EducationalContent/Diseases/diabetic/Pag...

الإصدار الأول - أكتوبر 2026
إعداد المحتوى والتصميم: منصة سما | راجع الخطة الفردية للطالب سنويا، وكلما تغير علاجه أو جهازه.