

親愛的核桃谷聯合學區學生家長或監護人：

作為父母或監護人，我們知道您孩子的健康對您有多重要。這就是我們要分享有關第一型糖尿病資訊的原因。加州教育部提供了以下有關第一型糖尿病的資訊。兒童第一型糖尿病是一種自身免疫性疾病，如果不及時治療可能會致命，此份說明旨在提高人們對這種疾病的認識。

第一型糖尿病通常發生在兒童和年輕人中，但任何年齡都可能發病

- 根據美國疾病控制與預防中心（CDC）的數據，全國青少年第一型糖尿病病例從2018年的187,000例增加到2019年的244,000例，換句話說，從每一萬名青少年中有25個病例增加至每一萬名青少年中35個病例。
- 第一型糖尿病的診斷高峰年齡為13-14歲，但此疾病也可能發生於任何年齡階段。

第一型糖尿病會影響胰島素的生產

- 正常來說，身體將食物中的碳水化合物轉化為葡萄糖（血糖），成為身體細胞的基本燃料。
- 胰腺所產生的胰島素是一種將葡萄糖從血液中轉移到細胞中的激素。
- 罹患第一型糖尿病時，身體的胰腺停止製造胰島素，導致血糖指數飆高。
- 隨著時間的流逝，血液中的葡萄糖會達到危險的高指標，這稱為高血糖症。
- 未經治療的高血糖症可導致糖尿病酮症酸中毒（DKA），這是一種危及生命的糖尿病併發症。

第一型糖尿病相關的危險因素

若有出現與第一型糖尿病相關警訊現象的學生（如下所述），建議由其醫療保健提供者進行疾病篩檢（測試）。

風險因素 -

研究人員還不完全瞭解為什麼有些人會患上第一型糖尿病，而另一些人則不會；然而，有第一型糖尿病家族史會增加罹患第一型糖尿病的可能性。其他可能觸發第一型糖尿病發病的因子包括環境誘發引起的病毒感染等。第一型糖尿病不是由飲食或所選擇的生活方式而引發。

第一型糖尿病和糖尿病酮症酸中毒相關的警訊和癥狀

兒童第一型糖尿病的警訊和症狀可能在幾週或幾個月內迅速浮現，並且可能於短時間內達到情況嚴重的地步。如果您的孩子出現以下警告信號，請聯繫您孩子的初級醫療保健提供者或兒科醫生進行諮詢，以確定第一型糖尿病篩檢是否適合您的孩子：

- 經常口渴
- 頻尿，已學會上廁所的孩童可能會尿床
- 饑餓感增加，即便在進食後仍感飢餓
- 不明原因的體重下降
- 異常疲憊
- 視力模糊
- 皮膚異常乾燥
- 潰瘍或傷口癒合緩慢
- 喜怒無常、煩躁不安、易怒或行為改變

DKA(糖尿病酮症酸中毒)是未經治療的第一型糖尿病的併發症，是一種緊急醫療狀況。症狀包括：

- 呼氣有果香味
- 皮膚乾燥/潮紅
- 噁心
- 嘔吐
- 腹痛
- 呼吸困難
- 意識混亂

常用的糖尿病篩檢測試類型

- 糖化血紅蛋白（A1C）測試。血液檢查可測量兩到三個月的平均血糖指數。在兩次分別的測試中，A1C 指數為 6.5% 或更高時代表有糖尿病。
- 隨機（非空腹）血糖測試。在不禁食的情況下隨機採集血液樣本。隨機血糖指數為 200 毫克/分升（mg/dL）或更高代表有糖尿病。
- 空腹血糖測試。禁食過夜後採集血液樣本。兩次分別檢測結果若均高於 126 mg/dL 則代表患有糖尿病。
- 口服葡萄糖耐量測試。測量禁食過夜後的空腹血糖指數，並於飲用含糖液體之後數小時內定時測試。兩小時後指數若超過 200 mg/dL 代表有糖尿病。

第一型糖尿病的治療

目前尚無可預防第一型糖尿病的方法。一旦確診，藥物是唯一的治療方法。如果您的孩子被診斷出患有第一型糖尿病，他們的醫療保健提供者將會制定並和您講解治療計劃。醫護人員可能會將您的孩子轉診給內分泌科醫生，即專門研究內分泌系統及其疾病（如糖尿病）的醫生。

如果您有任何疑問，請聯繫您學生的學校護士、學校管理人員或醫療保健提供者。