# ເຈັ້ຍຂໍ້ມູນເຣື່ອງໂຣກເບົາຫວານ ສຳລັບພໍ່ແມ່ແລະຜູ້ປົກຄອງ

**Diabetes Information Sheet for Parents and Carers**

NSW GOVERNMENT | Education Public Schools

ທ່ານໄດ້ບົ່ງບອກມາວ່າລູກຂອງທ່ານໄດ້ຖືກກວດພົບວ່າເປັນໂຣກເບົາຫວານຊະນິດ1 (type 1 diabetes). ຂໍຂອບໃຈທີ່ທ່ານໄດ້ແຈ້ງຂໍ້ມູນນີ້ໃຫ້ພວກເຮົາຊາບ.

ເຖິງແມ່ນວ່າໜ້າທີ່ສຳຄັນຂອງໂຮງຮຽນຄືການໃຫ້ການສຶກສາ ແຕ່ໃນຂນະດຽວກັນ ພວກເຮົາກໍ ຕ້ອງການໃຫ້ລູກທ່ານຮູ້ສຶກ ຍ່ອນອາຣົມແລະມີຄວາມມ່ວນຊື່ນຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ຕ້ອງການ ໃຫ້ທ່ານມີຄວາມໝັ້ນໃຈວ່າລູກ ຂອງທ່ານໄດ້ຮັບການດູແລເປັນຢ່າງດີ. ທ່ານຄຣູຂອງໂຮງຮຽນຈະເຮັດວຽກຮ່ວມກັບທ່ານເພື່ອວາງແຜນດູແລສຸຂພາບສ່ວນຕົວ ສຳລັບ ລູກທ່ານ. ໃນບາງກໍຣະນີ ທ່ານຄຣູກໍອາດຈະຕ້ອງການການອູ້ມຊູເພີ້ມຕື່ມຈາກ ເຈົ້າໜ້າທີ່ ທີ່ພົວພັນກັບໂຮງຮຽນເພື່ອຕັດສິນໃຈໃນວິທີທີ່ດີທີ່ສຸດເພື່ອໃຫ້ ເໝາະສົມກັບຄວາມຕ້ອງການ ຂອງລູກທ່ານ. ຖ້າຫາກທ່ານຕ້ອງການຈົດຊື່ລູກທ່ານເຂົ້າໂຮງຮຽນ ຫຼື ລູກທ່ານໄດ້ຈົດຊື່ເຂົ້າ ໂຮງຮຽນແລ້ວ ກໍອາດຈະມີການລ່າຊ້າໜ້ອຍນຶ່ງໃນຂະນະທີ່ພວມມີ ການ ຈັດກຽມຕ່າງໆຢູ່.

ເພື່ອໃຫ້ເປັນການເໝາະສົມກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງລູກທ່ານ ທາງໂຮງຮຽນຈະເຮັດຕາມ ຂັ້ນຕອນດັ່ງຕໍ່ລົງໄປນີ້:

## ຂັ້ນທີ 1. ການກະກຽມແຜນການດູແລສຸຂພາບແບບສ່ວນຕົວ

ແຜນນີ້ຈະກວມເອົາ:

- ຣາຍລະອຽດຂອງສະພາບໂຣກເບົາຫວານຂອງລູກທ່ານ
- ຮູບຖ່າຍຂອງລູກທ່ານ
- ທ່າທີທີ່ທາງໂຮງຮຽນຈະໃຊ້ເພື່ອອູ້ມຊູລູກທ່ານໃນການຄວບຄຸມໂຣກເບົາຫວານຂອງພວກເຂົາຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ ແລະ ເພື່ອຫຼຸດຜ່ອນຄວາມສ່ຽງຂອງ ໄຮໂປ ກລີເຊເມັຍ (hypoglycaemia) ຫຼື ໄຮເປີ ກລີເຊເມັຍ (hyperglycaemia) (ຂັ້ນຄວາມຕ່ຳ ຫຼື ຄວາມ ສູງ ຂອງນ້ຳຕານຢູ່ໃນເລືອດ)
- ການຈັດແຈງຕ່າງໆສຳລັບພະນັກງານໃນໂຮງຮຽນເພື່ອອູ້ມຊູລູກທ່ານເຊັ່ນວ່າ ຊ່ວຍນັກຮຽນໃນການຄວບຄຸມສະພາບການສຸຂະພາບຂອງພວກເຂົາ ແລະ ຈັດຫາບໍຣິການພິເສດ ທີ່ເໝາະສົມສຳລັບພວກເຂົາ
- ແຜນການຕອບຮັບແບບສຸກເສີນ
- ຣາຍລະອຽດການຕິດຕໍ່ທ່ານໃນກໍຣະນີສຸກເສີນ ແລະ ຂອງຄົນອື່ນໆຖ້າຫາກວ່າທ່ານບໍ່ຢູ່
- ການຈັດຫາຮູບແລະຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບຄວາມຕ້ອງການຂອງລູກທ່ານເພື່ອເອົາໄວ້ໃນທີ່ຕ່າງໆໃນໂຮງຮຽນຕາມທີ່ໄດ້ ຕົກລົງກັນໄວ້
- ລາຍເຊັນຂອງທ່ານພ້ອມທັງຂອງທ່ານຄຣູເພື່ອຊີ້ບອກວ່າຣາຍລະອຽດຕ່າງໆໄດ້ຖືກອ່ານ ແລະທັງທ່ານເອງແລະລູກຂອງທ່ານໄດ້ຮັບການປຶກສາຫາລືໃນການວາງແຜນນີ້.

ນາຍໝໍຂອງລູກທ່ານຈະຕ້ອງໃຫ້ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບສະພາບຂອງໂຣກເບົາຫວານແລະຢາຮັກສາທີ່ເໝາະສົມພ້ອມທັງການຮັກສາໃນເວລາສຸກເສີນ.

**ໝາຍເຫດ:** ຂໍຊຸກຍູ້ບັນດາພໍ່ແມ່ຈົ່ງພິຈາຣະນາເບິ່ງເວລາທີ່ນັກຮຽນບໍ່ໄດ້ຢູ່ໃນການດູແລຫຼືຢູ່ພາຍໃຕ້ການຄວບຄຸມຂອງໂຮງຮຽນແລະຂໍໃຫ້ວາງແຜນໃຫ້ເໝາະສົມ. ຕົວຢ່າງໃນລະຫວ່າງ ເດີນທາງ ໄປ ແລະ ກັບຈາກໂຮງຮຽນທັງໃນລະຍະກ່ອນແລະຫຼັງການດູແລຂອງໂຮງຮຽນ.

## ຂັ້ນທີ 2. ການບັນທຶກ ແລະ ການໃຫ້ ການຮັກສາຕາມໝໍສັ່ງ

ການຮັກສາໃດໆທີ່ລູກທ່ານຕ້ອງການຈະຕ້ອງມີການຂໍຮ້ອງຢ່າງເປັນລາຍລັກອັກສອນເຖິງທ່ານຄຣູ ຮວມເຖິງຄໍາແນະນໍາໃນການໃຊ້ຢາ. ທ່ານຈະຕ້ອງໃຫ້ຢາທີ່ຕິດປ້າຍວິທີໃຊ້ແລະວິທີກິນ ໄວ້ຢ່າງ ລະອຽດໃຫ້ແກ່ໂຮງຮຽນ (ເຊັ່ນ ອຸປກອນແທກນ້ໍາຕານໃນເລືອດ ແລະ ເຂັມຢາອິນຊຸລິນແບບປາກກາ).

ທ່ານຈະຖືກຂໍໃຫ້ກຽມອຸປກອນໂຣກເບົາຫວານຂອງລູກທ່ານໃຫ້ຮຽບຮ້ອຍເພື່ອວ່າຈະເປັນການສະດວກໃນ ການໃຊ້ໃນແຕ່ລະມື້ຢູ່ໃນໂຮງຮຽນ.

ຖ້າທ່ານຕ້ອງການໃຫ້ລູກທ່ານໃຊ້ຢາດ້ວຍຕົນເອງຢູ່ໃນໂຮງຮຽນກໍຈະຕ້ອງມີຄໍາຂໍຮ້ອງເປັນລາຍລັກອັກສອນ. ທ່ານຄຣູຈະຮັບຜິດຊອບໃນການຕັດສິນໃຈວ່ານັກຮຽນຄົນນັ້ນຈະສາມາດໃຊ້ຢາດ້ວຍ ຕົນເອງໂດຍປອດພັຍໄດ້ຫຼືບໍ່. ທ່ານຄຣູອາດຈະຕ້ອງຂໍຄໍາແນະນໍາຈາກແພດໃນເລື້ອງນີ້.

ເພີ້ມຕື່ມຈາກນີ້ ທາງໂຮງຮຽນມີໜ້າທີ່ຮັບຜິດຊອບໃນການເຮັດຕາມຂັ້ນຕອນທີ່ສົມເຫດ ສົມຜົນ ເພື່ອໃຫ້ແນ່ໃຈວ່າ ການໃຊ້ຢາດ້ວຍຕົນເອງນັ້ນຖືກປະຕິບັດຢ່າງປອດພັຍ. ການຄວບຄຸມເພີ້ມຕື່ມ ກໍຕ້ອງມີໃນສະຖານະການທີ່ນັກ ຮຽນຍັງບໍ່ເປັນຜູ້ໃຫຍ່ພໍ ຫຼື ບໍ່ສາມາດພໍ ແລະ ຍັງຈໍາເປັນຕ້ອງໄດ້ອາສັຍ ການຊ່ວຍເຫຼືອຈາກຜູ້ໃຫຍ່ຢູ່.

ໃນກໍຣະນີທີ່ນັກຮຽນສາມາດໃຊ້ຢາດ້ວຍຕົນເອງໄດ້ນັ້ນ, ຖ້າເຂົາເຈົ້າ ໄດ້ມີໂອກາດປະກອບສ່ວນ ໃນການ ຕົກລົງກ່ຽວກັບຂັ້ນຕອນການໃຊ້ຢາທີ່ໝໍສັ່ງນັ້ນ ກໍມີແນວໂນ້ມວ່າເຂົາເຈົ້າຈະໃຫ້ຄວາມຮ່ວມມືກັບທາງໂຮງຮຽນ ຫຼາຍຂຶ້ນ. ຕົວຢ່າງວ່າ ນັກຮຽນບາງຄົນອາດຈະຕ້ອງການໃຊ້ຢາດ້ວຍ ຕົນເອງ ໃນຫ້ອງຮຽນຂອງພວກເຂົາ.

ກະຣຸນາແຈ້ງໃຫ້ທາງໂຮງຮຽນຊາບອີກນໍາຖ້າຫາກລູກທ່ານໃສ່ສາຍແຂນ ຫຼື ສາຍຄໍແຈ້ງການແພດ. ຫ້ອງການ Diabetes Australia-NSW ແນະນໍາໃຫ້ບັນດານັກຮຽນໃສ່ສາຍແຂນ ຫຼື ສາຍຄໍນີ້.

## ຂັ້ນທີ 3: ການຕິດຕໍ່ພົວພັນກັບນາຍໝໍຂອງທ່ານ

ຖ້າເປັນໄປໄດ້ ທາງໂຮງຮຽນຕ້ອງການຄໍາອະນຸຍາດຈາກທ່ານໃນການຕິດຕໍ່ນາຍໝໍ/ສະມາຊິກທີມ ຮັກສາ ໂຣກເບົາຫວານຂອງລູກທ່ານ. ທ່ານຈະໄດ້ຮັບຟອມ *Authorisation to Contact Medical Practitioner* ເພື່ອຊຽນຕື່ມ.

### ບໍຣິການນາຍພາສາທາງໂທຣະສັບ

ຖ້າທ່ານຕ້ອງການຂໍ້ມູນເພີ້ມຕື່ມ ກະຣຸນາຕິດຕໍ່ທ່ານຄຣູຂອງໂຮງຮຽນລູກທ່ານ.

ຖ້າທ່ານຕ້ອງການນາຍພາສາເພື່ອຊ່ວຍທ່ານ ກະຣຸນາໂທຣະສັບຫາ ບໍຣິການ ນາຍພາສາ ທາງ ໂທຣະສັບ ຕາມໝາຍເລກ 131 450 ແລະ ຂໍເອົານາຍພາສາທີ່ປາກພາສາລາວ. ຜູ້ຮັບສາຍ ຈະໂທຣະສັບຫາໂຮງຮຽນ ແລະໃຫ້ນາຍພາສາຢູ່ກັບສາຍເພື່ອຊ່ວຍທ່ານໃນການເວົ້າລົມກັນ. ທ່ານບໍ່ຕ້ອງຈ່າຍຄ່າໃດໆໃນບໍຣິການນີ້.

ຄໍາຮັບຮອງ. ເຈ້ຍຂໍ້ມູນນີ້ໄດ້ຖືກປະກອບຂຶ້ນດ້ວຍຄວາມຊ່ວຍເຫຼືອຈາກ Diabetes Australia-NSW.