



TĚHOTENSTVÍ, DĚTI 13. 05. 2022

Letní prázdniny se nezadržitelně blíží! Jak vybrat tábor pro malého diabetika?

Letní prázdniny jsou pro děti obdobím odpočinku, ale také předzvěstí velkého dobrodružství. To může poskytnout například pečlivě zvolený tábor. Jak ale vybírat, když máte doma dítě s diabetem? Není to zas až tak velký problém, jak se na první pohled může zdát. Edukačně-motivačních pobytů nebo tzv. DIA táborů je v Česku poskytováno pro malé diabetiky nespočet. Stačí jen zapátrat.

Pokud jste rodičem dítěte s diabetem, jistě máte po celý rok plně zaměstnanou mysl a mnoho starostí kolem. Zodpovědná péče o chronickou nemoc je totiž hlavně v útlém věku potomka na vašich bedrech. **Alespoň chvilkového oddychu však můžete docílit tím, že na letní prázdniny vyšlete ratolest na DIA tábor.** Takový pobyt dodá malému diabetikovi energii, předá mnoho nových vědomostí a pomůže najít nové přátele, kteří jsou na stejné lodi.

Letní prázdniny ve znamení DIA tábora

Nevíte, co všechno si pod pojmem DIA tábor představit? Pak vám tento specifický pobyt pro malé diabetiky osvětlíme. **Tento druh tábora je určený pro dítě s autoimunitním onemocněním diabetes mellitus I. typu**, které vyžaduje pravidelné sledování hladiny krevního cukru, diabetický jídelníček i aplikaci inzulínu. Tohle vše při edukačně-motivačním pobytu zajišťuje vždy **zdravotnický dozor**, nejčastěji v podobě lékaře/diabetologa. Ovšem na DIA táboře je možné natrefit i na zdravotní sestry nebo třeba dobrovolníky. Rodiče tak mohou zůstat v klidu, neboť jejich dítě budou pod trvalým odborným dohledem. Proč tedy neposkytnout malým diabetikům krásné letní prázdniny plné zajímavých zážitků?

Zábavné letní prázdniny nabité novými informacemi

Pokud vás zajímá, **co všechno se na takovém DIA táboře vlastně děje** a co může obecně nabídnout během letních prázdnin, zde je malý přehled:

1. **DIA tábor se nijak zvlášť neliší od toho klasického pro zdravé děti.** Program je tedy přímo nabitý hrami, soutěžemi, výlety a procházkami na čerstvém vzduchu v přírodě. Můžete si tak být jistí, že takové letní prázdniny si váš malý diabetik naplno užije a bude mít dostatek pohybu!
2. **DIA tábor má samozřejmě svá specifika spočívající v již zmíněném zdravotnickém dozoru, který je zodpovědný za zdraví účastníků pobytu.** Diabetici si tedy mezi zábavou pravidelně měří glykémie, aplikují inzulín a také se dietně (avšak dostatečně) stravují. V tomto tedy může rodič zůstat v klidu, neboť ho v péči o chronicky nemocné dítě zastoupí lékař či zdravotní sestra.
3. **Letní prázdniny trávené z části na DIA táboře jsou ale spojené i s jistou motivací a vzděláváním malých diabetiků.** Odborný dozor dítěte učí zodpovědnosti k vlastnímu zdraví i samostatnosti. Také předává nové informace, které se mohou v životě s cukrovkou hodit.
4. **A v neposlední řadě, jako každý tábor, i ten pro diabetiky poskytne možnost navázat nová kamarádství s dětmi, které vlastně nejsou nijak odlišné.** To může též dítěte namotivovat a psychicky podpořit. Život s diabetem totiž není leckdy vůbec snadný...



Ideální je vybírat DIA tábor s výrazným předstihem – tedy již v zimě nebo z kraje jara. Jedině tak budete mít vysokou šanci dítěte s diabetem na pobyt umístit.

Jak dětem s diabetem připravit skvělé letní prázdniny aneb Vybíráme DIA tábor

Jestli jste se definitivně rozhodli po domluvě se svým dítětem pro DIA tábor, který ozvláštní letošní letní prázdniny, **určitě si s přihláškou pospěšte**. Kapacity se totiž rychle naplňují. **Tábory můžete vybírat například na webových stránkách Diadeti.cz**, kde naleznete přehled nejrůznějších pobytů po ČR s odkazy na organizátory. Aktuální volné kapacity můžete ověřit nejlépe telefonicky u kontaktních osob. Před odjezdem na DIA tábor pak neopomeňte vybavit svou ratolest vším potřebným (*glukometrem, testovacími proužky, inzulínovým perem a dalšími pomůckami*) – ale to jistě víte, pakliže se o malého [diabetika](#) staráte již několik let... A pak už nic nebrání tomu, aby se tyto letní prázdniny zapsaly do paměti [dítěte](#) jako naprosto senzační!

Autor článku: [Iveta Reinisch](#)