



Slingan

Barn och ungdomar med typ 1 diabetes lär sig om
och påverkar sin behandling

171108

Inger Wahlström Johnsson

Barnläkare

Diabetesmottagningen för barn och ungdom

Akademiska Barnsjukhuset

Diabetes typ 1

”Diabetes är en tjuv sjukdom. Den bara håller på och håller på och håller på”

24 : 7 år ut och år in

Balansera:

Mat – insulin – aktivitet

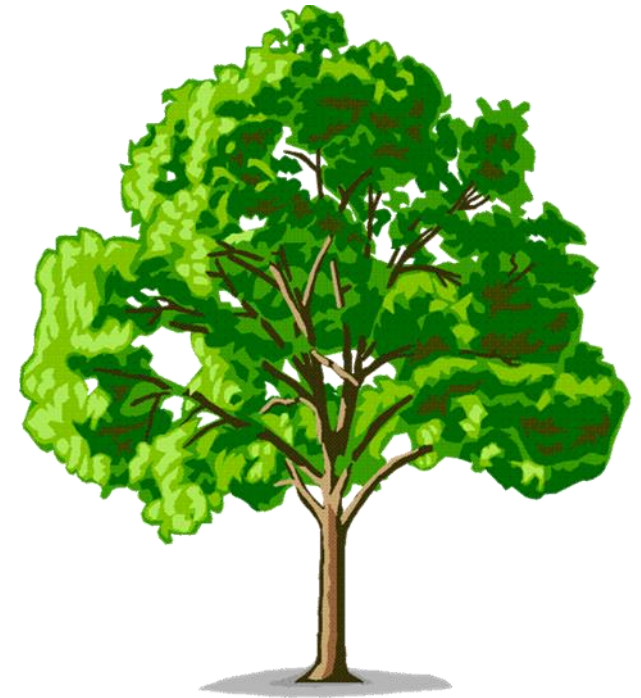
Allvarliga konsekvenser



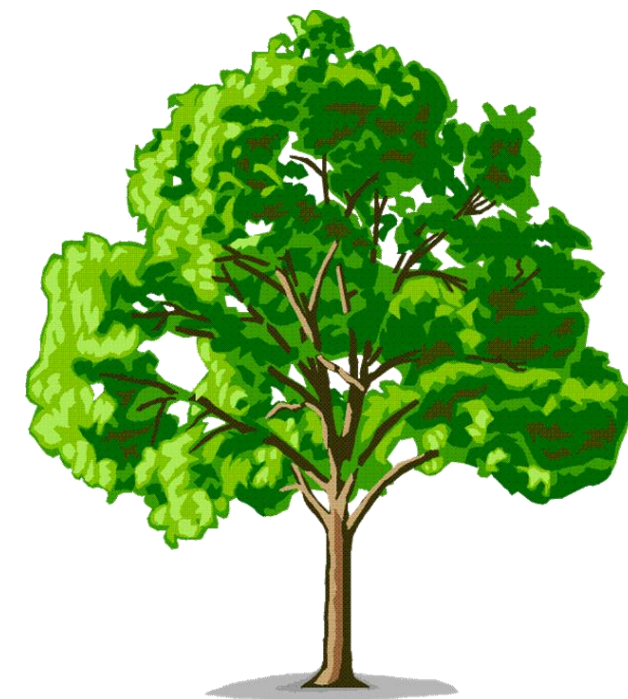
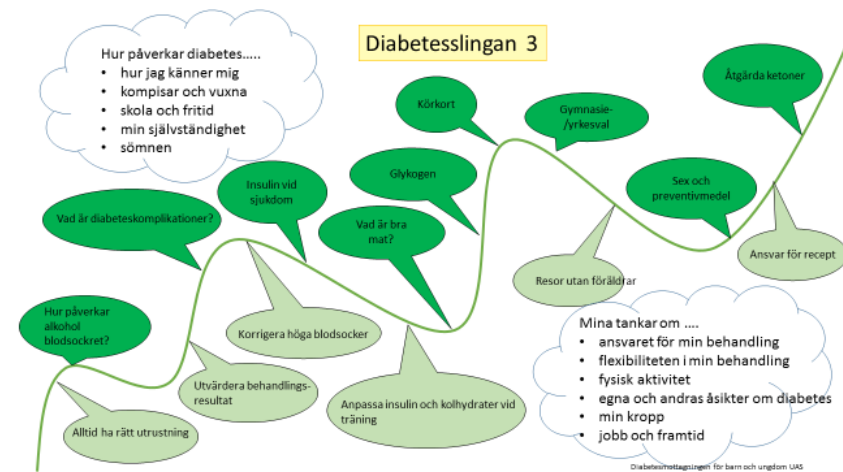
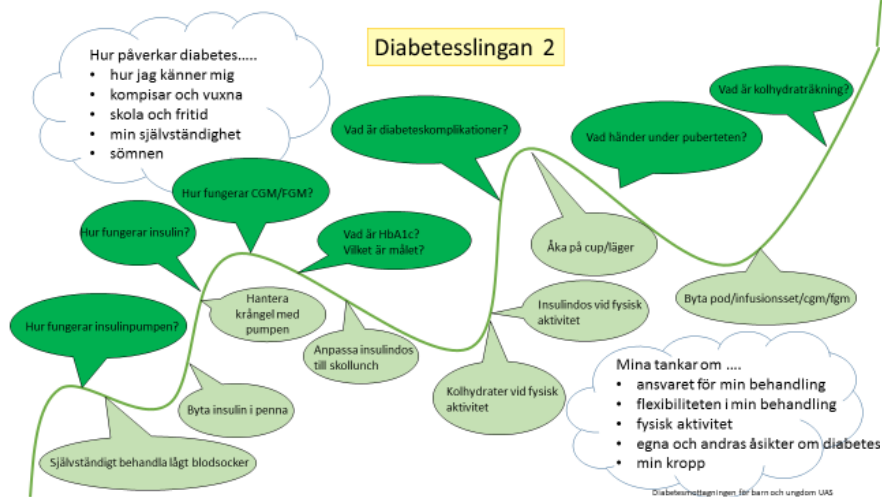
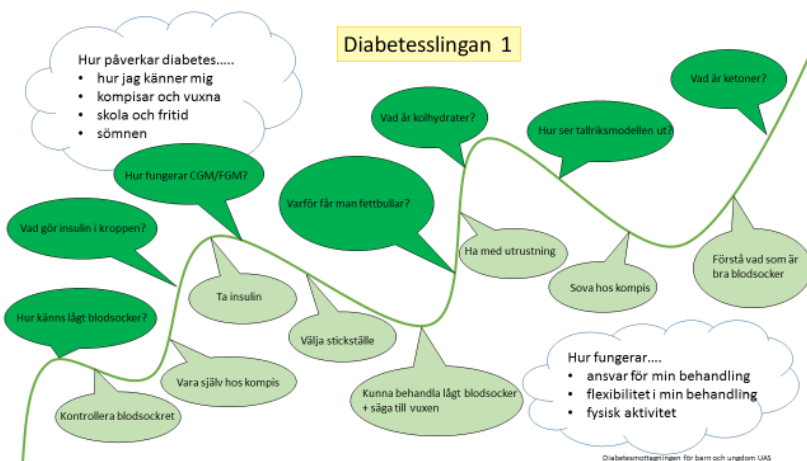
Mål

- Välmående, trygga, kompetenta, självständiga barn och ungdomar (..och föräldrar)
- Tro på sin egen förmåga
- Hållbar hälsa
- Växa och utvecklas så som jämnåriga

- Kräver **mycket** kunskap

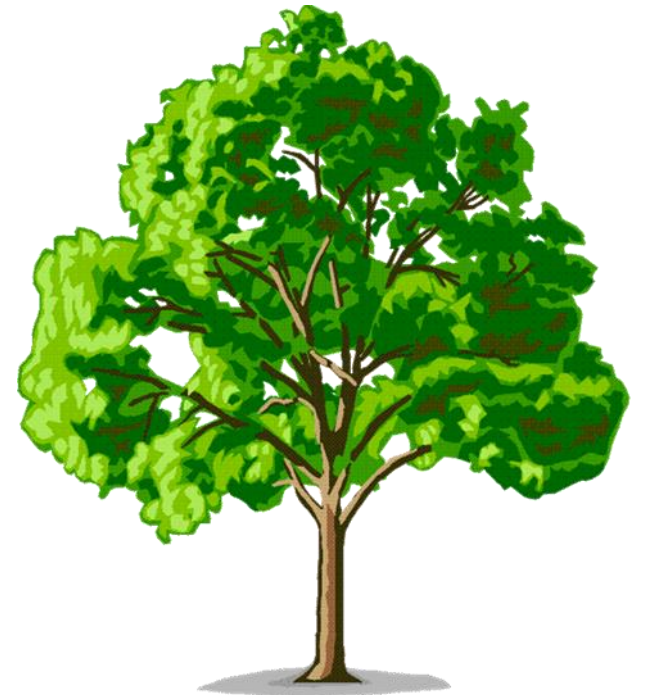


Växa i kunskap



Varför?

- Barnet berättar
 - Hur tänker jag?
 - Vad kan jag?
 - Vad behöver jag lära mig?
- Intressestyrd undervisning
- Visuellt hjälpmedel
- Kontinuerlig utveckling
- Checklista
- Gruppundervisning



Diabetesslingan 1

Hur påverkar diabetes.....

- hur jag känner mig
- kompisar och vuxna
- skola och fritid
- sömnen

Hur fungerar CGM/FGM?

Vad gör insulin i kroppen?

Hur känns lågt blodsocker?

Kontrollera blodsockret

Vara själv hos kompis

Ta insulin

Välja stickställe

Kunna behandla lågt blodsocker + säga till vuxen

Varför får man fettbullar?

Vad är kolhydrater?

Ha med utrustning

Hur ser tallriksmodellen ut?

Sova hos kompis

Vad är ketoner?

Förstå vad som är bra blodsocker

Hur fungerar....

- ansvar för min behandling
- flexibilitet i min behandling
- fysisk aktivitet

Diabetesslingan 2

Hur påverkar diabetes.....

- hur jag känner mig
- kompisar och vuxna
- skola och fritid
- min självständighet
- sömnen

Hur fungerar CGM/FGM?

Hur fungerar insulin?

Hur fungerar insulinpumpen?

Hantera krångel med pumpen

Byta insulin i penna

Självständigt behandla lågt blodsocker

Vad är diabeteskomplikationer?

Vad är HbA1c?
Vilket är målet?

Anpassa insulindos till skollunch

Kolhydrater vid fysisk aktivitet

Vad händer under puberteten?

Åka på cup/läger

Insulindos vid fysisk aktivitet

Vad är kolhydraträkning?

Byta pod/infusionsset/cgm/fgm

Mina tankar om

- ansvaret för min behandling
- flexibiliteten i min behandling
- fysisk aktivitet
- egna och andras åsikter om diabetes
- min kropp

Diabetesslingan 3

Hur påverkar diabetes.....

- hur jag känner mig
- kompisar och vuxna
- skola och fritid
- min självständighet
- sömnen

Körkort

Gymnasie-
yrkesval

Åtgärda ketoner

Glykogen

Sex och
preventivmedel

Insulin vid
sjukdom

Vad är bra
mat?

Vad är diabeteskomplikationer?

Ansvar för recept

Resor utan föräldrar

Korrigera höga blodsocker

Hur påverkar
alkohol
blodsockret?

Mina tankar om

- ansvaret för min behandling
- flexibiliteten i min behandling
- fysisk aktivitet
- egna och andras åsikter om diabetes
- min kropp
- jobb och framtid

Utvärdera behandlings-
resultat

Anpassa insulin och kolhydrater vid
träning

Alltid ha rätt utrustning

Vidareutveckling

- Tillgängligt via nätet?
- Informationsfilmer?
- Quizz för egen kunskapskontroll?

- Samarbete med expertrådet
 - 9-17 år
 - Experter på hur det är att ha diabetes
 - Följs vid diabetesmottagningen
 - Bollplank och tankeställare och idésprutor



Tack!

