

blod
INSULIN
NYCKLAR

Energi! HELA LIVET hög
låg TYP ETT DIABETES
må bra **socker**

RESA ketoner *MOTION*
BETACELLER behandling
BARN- OCH UNGDOMSDIABETES

druvsocker **BLEK**
ljus framtid *DÅSIG*

KOLHYDRATER **BASAL**

GLU **HbA1c**

KOS *idrotta*
4,5 - 6,5 %

TESTA **frihet** KONTROLL

LIVSNÖDVÄNDIGT HORMON
LIVSKVALITET

TRÖTT BOLUSDOS
INJEKTION NÅL

ledsen KÄNNING
forskning

FUN LIGHT
Aj! HUMÖR:
DARRIG

500REGELN
BOLUS *oro*

törstig

LEVERN FRUKT
CELLER
NOVORAPID

MJÖLK

INFEKTION

100REGELN

BARNKALAS



TA VÄL HAND
OM DIG



DYGNSPROFIL blodkärl

BLODSOCKERKURVA

PUMP LEVEMIR

leva normalt

SPRUTA **R**

G ögonen

CHOKLAD RÄDD

CYKLA

dyka LEVA

VÄRDE

NJURAR

bukspottkörteln

diabetes

I SKOLA & FÖRSKOLA

DIABETESKONSULENT ETT UTVECKLINGSPROJEKT FÖR ATT
GE BARN MED DIABETES EN TRYGG OCH JÄMLIK SKOLGÅNG
ROSITA ILVERED DIABETESFORUM 21-22 MARS 2013

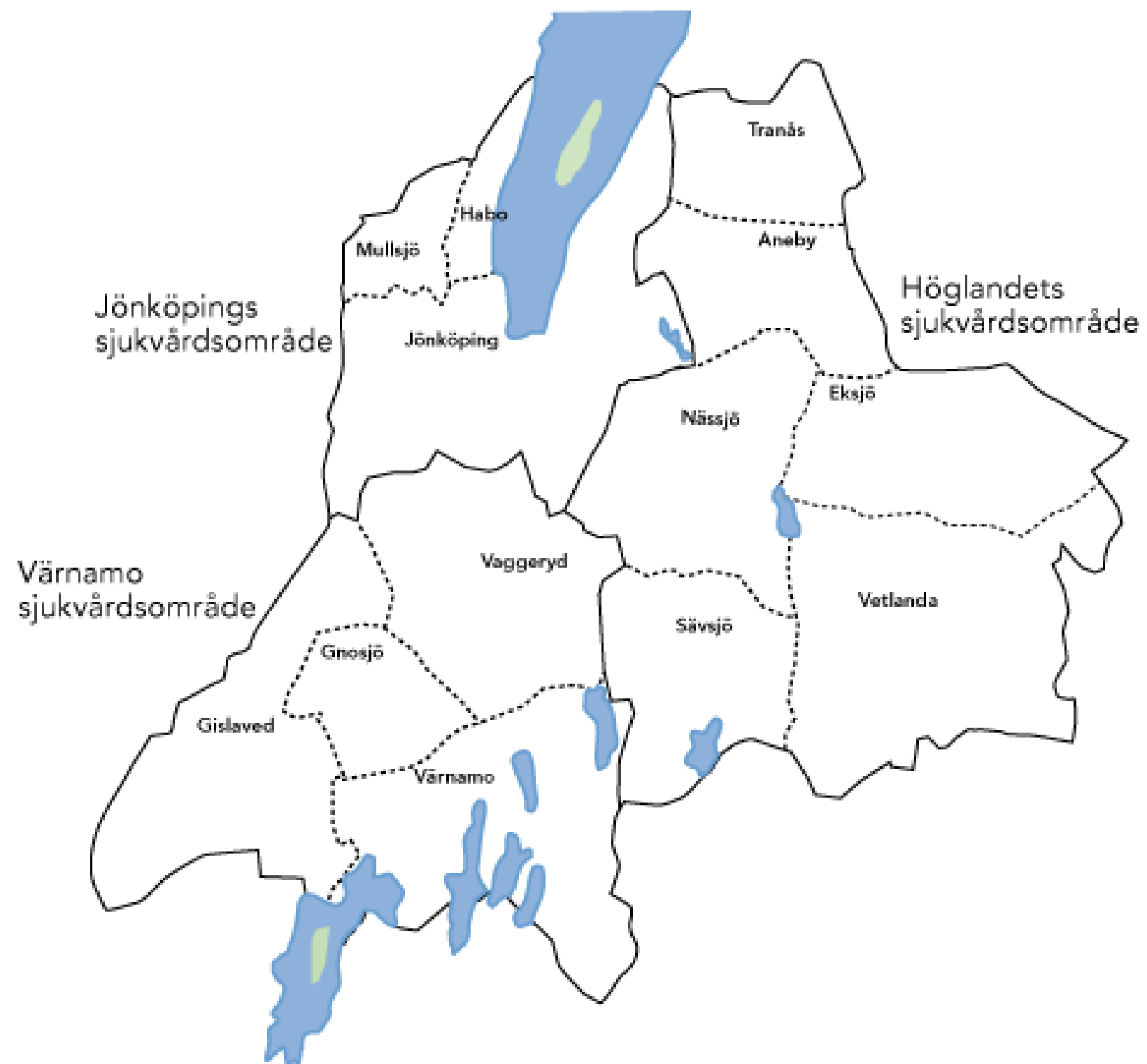


”Jag vet om att jag har diabetes, men jag vill bli behandlad precis som mina kompisar”

Theo 5 år

diabetes

I SKOLA & FÖRSKOLA



Diabeteskonsulent

- Varför?
- Hur?

Diabeteskonsulent. Varför?

”Nu behöver jag tips innan jag ramlar ihop. Vi får inte alls detta att funka på förskolan”

”Hon fick inte byta till syskongrupp”

”Han fick inte följa med på skolutflykten”

”Valde att ta in honom i ett annat rum när han skulle ta sitt insulin”

Diabeteskonsulent. Varför?

Vågade inte ta emot barnet
då hon var den enda
ordinarie i tjänst...

Stack sig på en
använd kanyl...

Fler barn med diabetes
på samma skola. Olika
önskemål/krav från familjerna...

Kommunikationssvårigheter
vid telefonkontakter...

Diabeteskonsulent. Varför?

Vem ska sticka mig idag,
nu när Stina är sjuk?

Undra vad jag får att äta nu
när vi ska iväg på utflykt...

Åh... Nu glömde jag ju både min
blodsockermätare, insulinpenna
och druvsockret i väskan som blev
kvar på gympan...

Vågar jag säga till Tomas att
jag känner mig konstig? Han
var ju så arg tidigare.

Diabeteskonsulent - Varför?

- Ökning av antal barn/ungdomar med diabetes
- Samma resurser
- Många barn på förskola och skola
- Osäkerhet bland personal

Diabeteskonsulent - Hur?

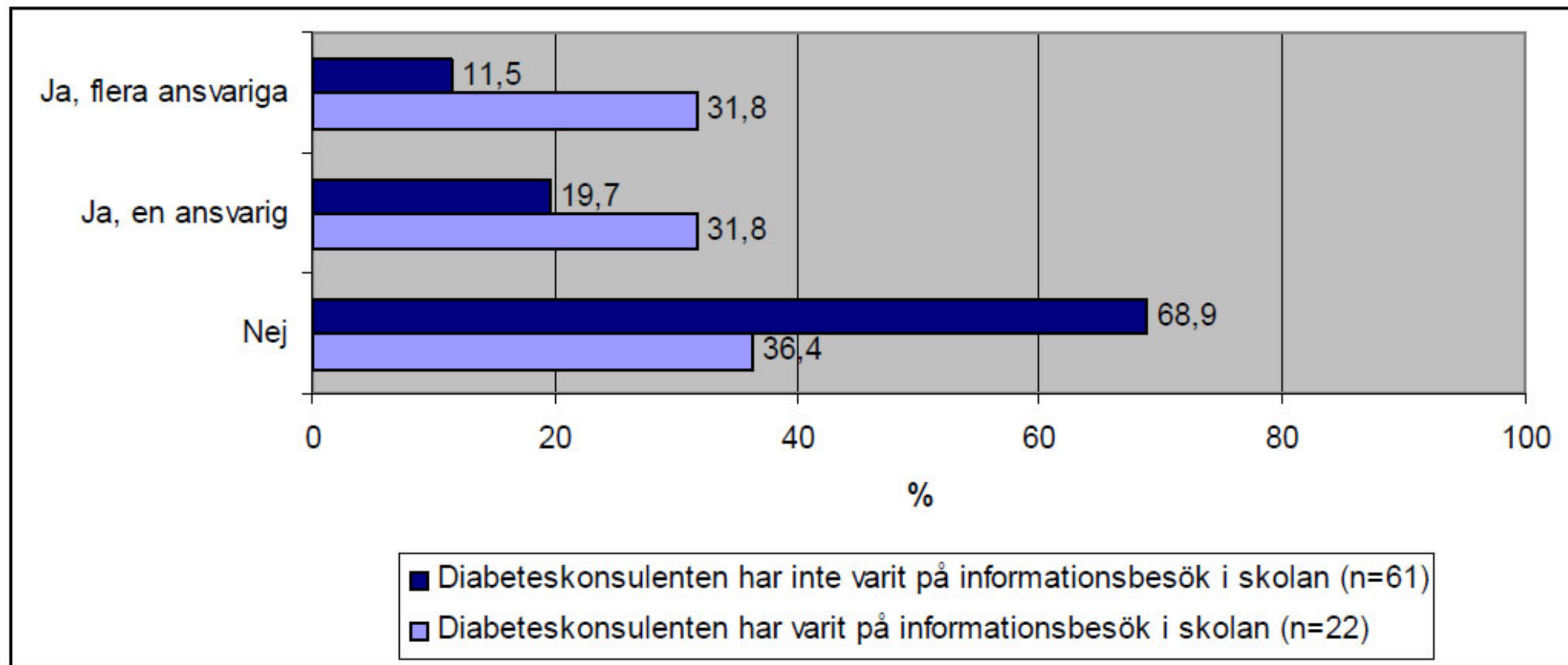
- Barndiabetessköterska
- Halvtidstjänst
- Möta barnet/ungdomen i dennes dagliga miljö
- Tät samverkan med barndiabetesteamet

Strukturella faktorer

Den nationella undersökningen i skolan visade att:

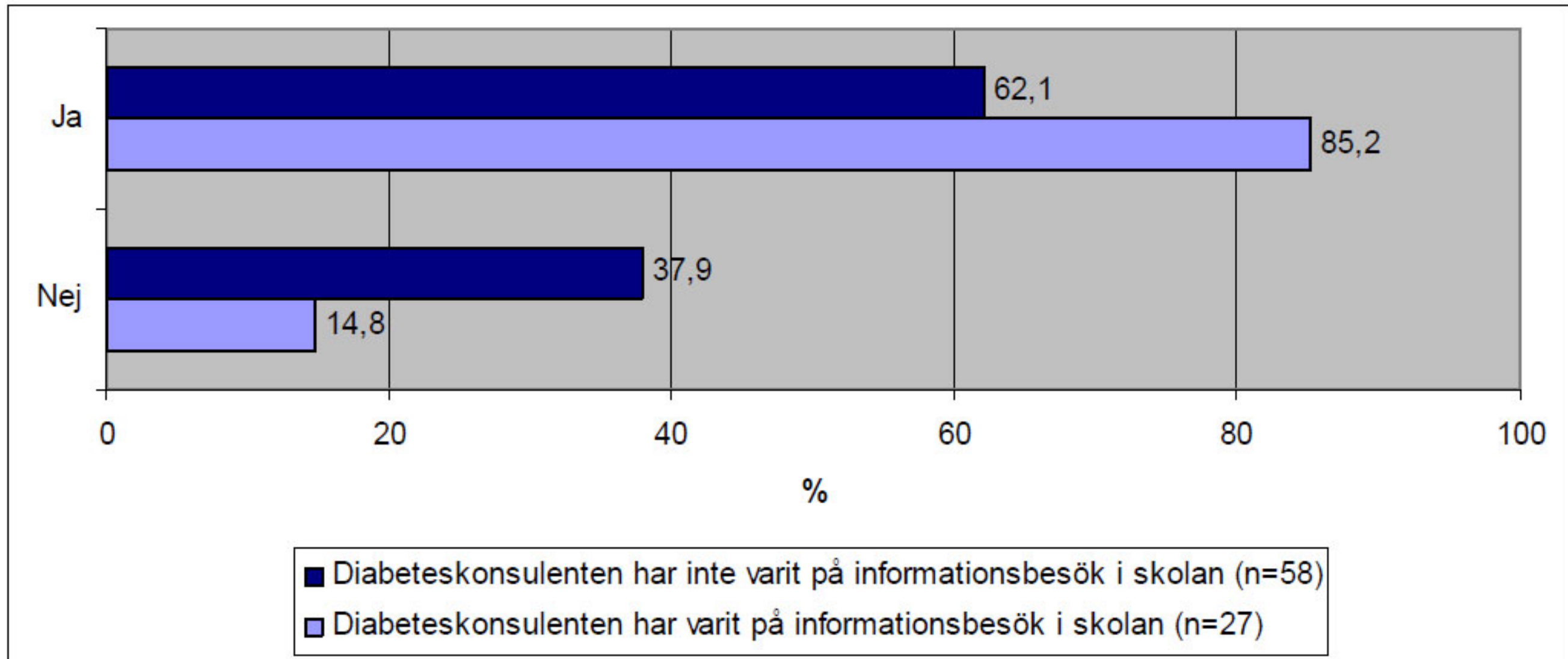
- 58% av barnen hade en individuell, skriftlig plan för behandlingen av hypoglukemi.
- 54 % av barnen hade ingen vuxen i skolan som var huvudansvarig.

Resultat från barnenkäterna



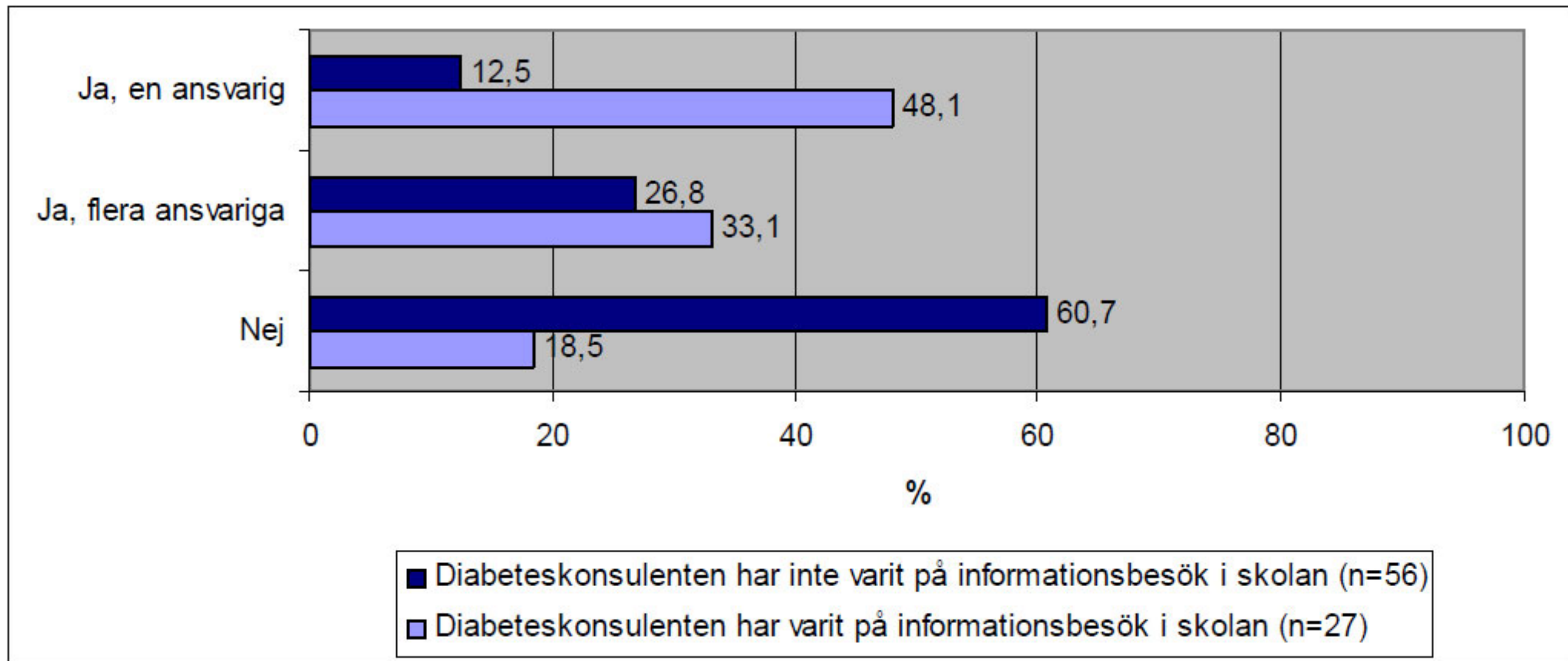
Är det någon ur skolans personal som är huvudansvarig för din diabetesvård på skolan?

Resultat från föräldraenkäterna



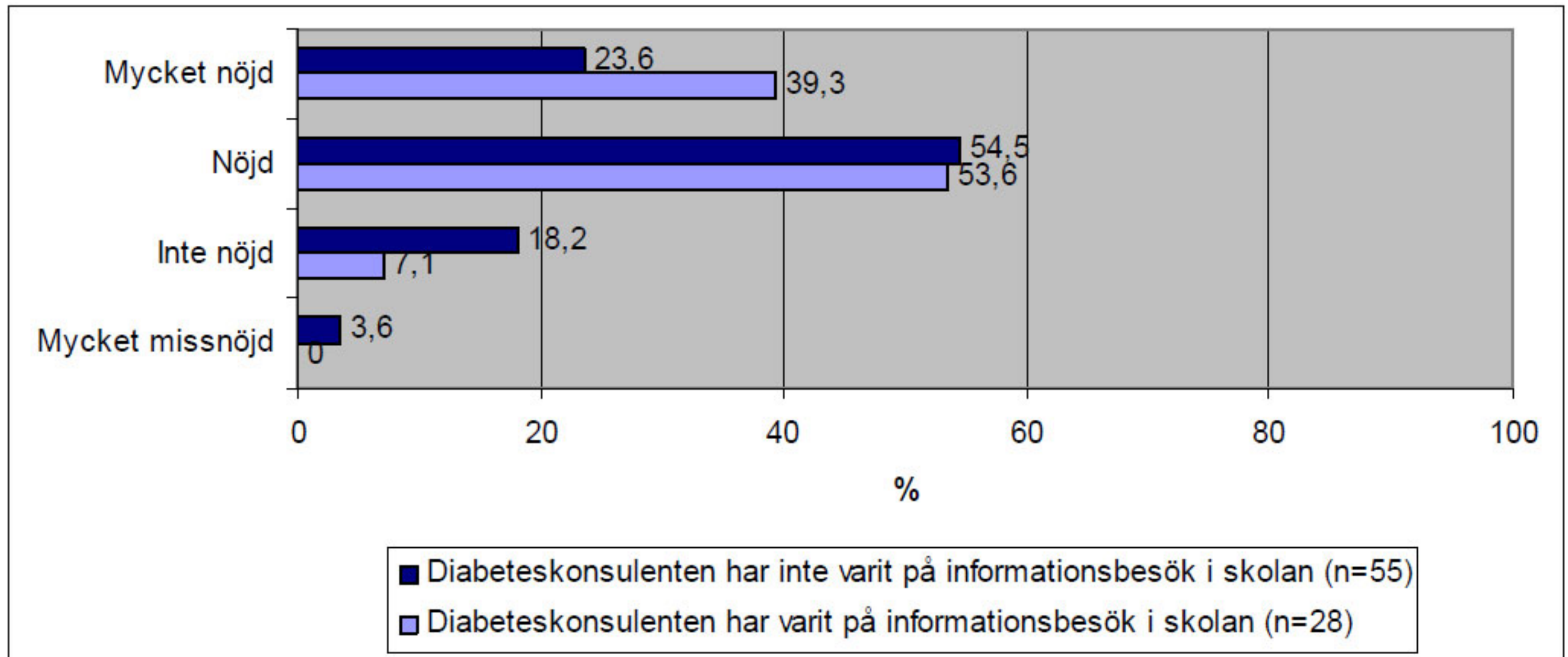
Finns det för ditt barn en individuellt anpassad, skriftlig information till lärarna angående symptom och behandling av lågt blodsocker i skolan?

Resultat från föräldraenkäterna



Är det någon ur skolans personal som är huvudansvarig för omhändertagandet avseende ditt barns diabetes?

Resultat från föräldraenkäterna



I vilken utsträckning är du nöjd med kontakten i skolan?



Diabetes under skoldagen- Plan för egenvård

Namn Klass

Född Skola.....



Huvudansvariga lärare/assistenter på skolan:

.....

.....

Vårdnadshavare Telefon

..... Telefon.....

Diabetessjuksköterska Telefon

Sjukhus:

Viktig information vid för lågt blodsocker <3.5-4 mmol/l

Kallas också insulinkänning eller hypoglykemi.

Mina symtom på lågt blodsocker är:

.....

Åtgärder:

1. Gedruvsockertabletter alternativtdl söt saft eller juice.
2. Vid behov upprepa druvsockerdosen och ge eventuellt även en smörgås om det är mer än 30-60 minuter till nästa måltid.

OBS! Ge inte vätska till någon som är medvetslös och inte kan svälja!

Åtgärdsplan om barnet/tonåringen är svårkontaktbar eller medvetslös:

1. Ring ambulans, telefon 112
2. Uppge ditt namn och varifrån du ringer
3. Uppge barnets ålder och att barnet har diabetes
4. Beskriv tillståndet, till exempel slö eller medvetslös
5. Om möjligt och överenskommet ges glucagon.
6. Ring vårdnadshavare



Diabetes under skoldagen- Plan för egenvård

Blodsockertester

Testar inte själv, får all hjälp av.....

Testar själv med hjälp av

Testar och tolkar blodsockret helt själv

Tar vanligen blodsockerprover kring klockan

Det här behöver jag ha hjälp med när det gäller blodsockertester:

.....

Insulin

Jag kan inte självständigt bestämma dos och injicera insulin med min insulinpenna eller pump

Jag kan självständigt bestämma dos och injicera insulin med min insulinpenna eller pump

Person(er) som fått instruktioner i att bedöma insulindosen och i att injicera dosen eller dosera den i insulinpump:

Det här behöver jag ha hjälp med när det gäller insulin:.....

.....

Mat	kl.	Insulinsort	Insulindos
mellanmål fm:			
lunch:			
mellanmål em:			
Speciell information kring mat och mellanmål:			
.....			
.....			

Vid fysisk aktivitet

Annan kompletterande information; ex åtgärd vid högt blodsockervärde:

Planen är skriven den och gäller senast till den då ny plan diskuteras.

Underskrivet av

.....

Barnet/ungdomen

.....

Vårdnadshavare

.....

Ansvarig skolpersonal

.....

Ansvarig Barndiabetesläkare/Diabetessjuksköterska

Syftet med projektet

Ökad kunskap och stöd i egenvården av barn med diabetes i skolan.

Övergripande målet är en bättre blodsockerkontroll.

Diabeteskonsulentens arbetsuppgifter

Ta fram rutiner mellan intressenterna. En viktig uppgift är att samla erfarenheter om hur skolans möjligheter och förutsättningar kan organiseras för att bäst möta barnens behov av stöd.

Ställa samman relevant material och information till skolpersonal.

Diabeteskonsulentens arbetsuppgifter

Att ge skolans personal kunskaperna för att erbjuda en optimal skolgång på samma villkor som övriga barn.

Vara en länk mellan skolan, sjukvården och barn/föräldrar med barnet och föräldrarna i fokus.

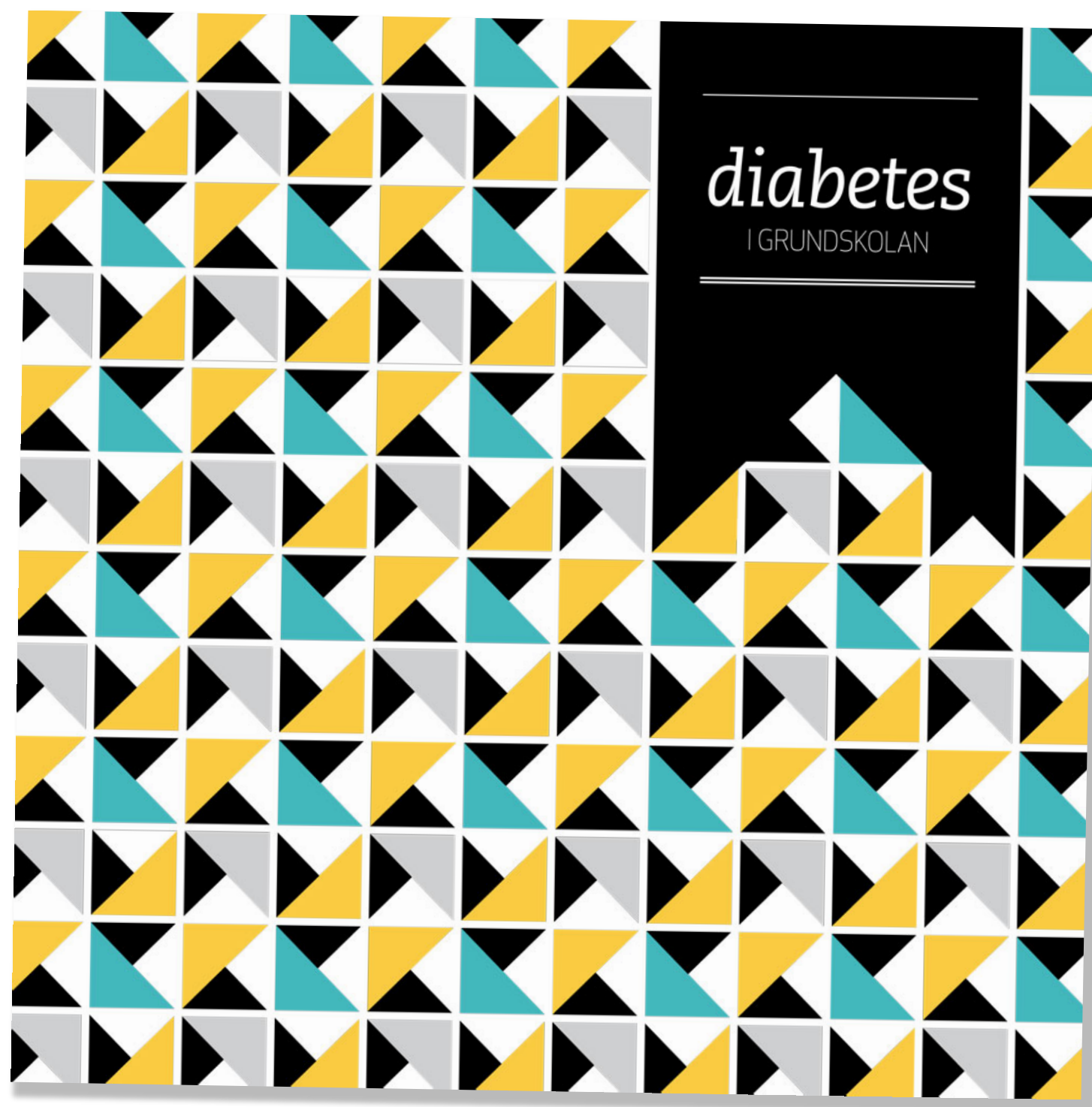
Ge stöd och trygghet till dem som i olika sammanhang har ansvar i skolan för barnet med diabetes.

Vad är viktigast att lära ut till personalen?

- Skillnaden mellan typ 1 och typ 2-diabetes
- Vad händer i kroppen vid högt blodsocker och vilka åtgärder ska göras?
- Vad händer i kroppen vid lågt blodsocker och hur behandlas dessa?
- Idrotts och friluftsdagar.
- Vilken mat som rekommenderas.
- Hur fungerar barnen/ungdomarna i de olika åldrarna?
- Vad innebär egenvård?

diabetes

I SKOLA & FÖRSKOLA



”-Det är tufft att ha diabetes och ännu tuffare då det saknas förståelse. Pontus går i en idrottsklass med mycket träning – har han varit hög eller låg kan det vara svårt att orka prestera och det finns ingen förståelse för detta utan tvärt om har Pontus blivit utpekad inför hela klassen som en skolkare – han grät flera gånger på toa under skoldagen och grät när han kom hem! Det är skrämmande att vuxna pedagoger beter sig så.”

100-REGELN.

JUSTERINGSDOSER ENLIGT 100-REGELN VID DIABETES.

DATUM
NAMN KLASS/AVD
DIREKTVERKANDE INSULIN

AKTUELLA BOLUSDOSER

- » FRUKOST E [ENHET]
- » MELLANMÅL E
- » LUNCH E
- » MELLANMÅL E
- » KVÄLLSMÅL E

AKTUELL BASALDOS

- » E

..... E TOTALT/DYGN

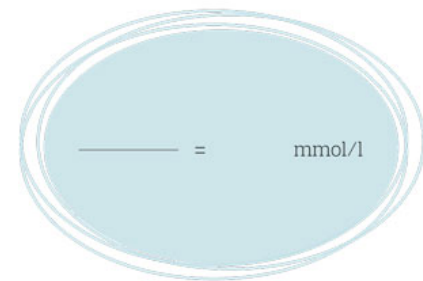
ÖVRIGT

JUSTERINGSDOS

100/Daglig Total Dos = Hur mycket blodsockret sänks med 1 Enhet direktverkande insulin t ex NovoRapid eller Humalog.

Exempel $\frac{100}{50 \text{ E}} = 2 \text{ mmol/l}$

Om svaret blir 2 mmol /l så betyder det att 1 E [Enhet] insulin kommer att sänka blodsockret cirka 2 mmol/l efter 2 timmar. OBS! Det måste alltid gå 2 timmar mellan extra insulindoser.



» Att 1 E insulin sänker blodsockret med mmol/l.

BLODSOCKERVÄRDE

- > 8 mmol/l ge E extra
- > 10 mmol/l ge E extra
- > 15 mmol/l ge E extra
- > 20 mmol/l ge E extra

ÖVRIGT

UNDERSKRIFT AV FÖRÄLDER/FÖRÄLDRAR

ORT OCH DATUM

500-REGELN.

KOLHYDRATSDOSER ENLIGT 500-REGELN VID DIABETES.

DATUM
NAMN KLASS/AVD
DIREKTVERKANDE INSULIN

AKTUELLA BOLUSDOSER

- » FRUKOST E [ENHET]
- » MELLANMÅL E
- » LUNCH E
- » MELLANMÅL E
- » KVÄLLSMÅL E

AKTUELL BASALDOS

- » E

..... E TOTALT/DYGN

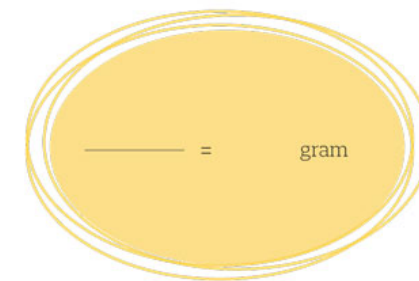
ÖVRIGT

KOLHYDRATSDOS

500/Daglig Total Dos = Hur många gram kolhydrater 1 Enhet direktverkande insulin t ex NovoRapid eller Humalog tar hand om.

Exempel $\frac{500}{50 \text{ E}} = 10 \text{ gram}$

Om svaret blir 10 så betyder det att 1E insulin tar hand om 10 g kolhydrater. Om du äter cirka 20 gram kolhydrater behöver du 2 E insulin till detta.



» Att 1 E insulin tar hand om gram kolhydrater.

OM MATEN INNEHÅLLER

- 10 g kolhydrater ge E
- 20 g kolhydrater ge E
- 30 g kolhydrater ge E
- 40 g kolhydrater ge E

ÖVRIGT

UNDERSKRIFT AV FÖRÄLDER/FÖRÄLDRAR

ORT OCH DATUM

Under dessa tre år:

- Tagit reda på vilken kunskap som behövs
- Upplever en öppenhet, trygghet i personalgruppen vid platsbesöken.
- Ett behov av funktionen har uppkommit
- Har hittat en välfungerande arbetsmodell.
- Har utformat en saklig, lättförståelig information i lagom omfattning, utan att förringa allvarligheten i behandlingen.
- Vet när det är lämplig tid för skolbesök, hur lång tid det ska ta, vad det ska innehålla och vilka som bör närvara.

Arbetsupplägget:

- Får inte skrämma, men måste tydliggöra insulinets verkningar.
- Ta fram guldkornen, anpassa mängden information.
- Ge saklig och lättförståelig information.
- Hitta ett flöde för informationen.
- Om föräldrarna ger första informationen är den ofta otillräcklig.

- Har gått från en uppsökande till en efterfrågad funktion som diabeteskonsulent.
- Har gått från oklarhet till klarhet i hur skolbesöket ska planeras och genomföras.
- Har gått från en osäkerhet till en säkerhet och trygghet i funktionen som diabeteskonsulent.

Bra upplägg...

- Ta blodsockret inne i klassrummet ca 10 minuter innan lunch.
- Vid behov ta druvsocker.
- Gå till matsalen och ta sin portion mat.
- Ev. smaka på maten om man är osäker på smaken.
- Dosera insulin till den mat som ska ätas, vid matbordet.

Jag poängterar **ALLTID** att jag pratar generellt om diabetes och att det är föräldrarna som är expert på deras barn då det alltid finns stora variationer om hur diabetes påverkar det enskilda barnet.

Jag är nåbar via telefon och e-post för att kunna ge råd och stöd, vilket gör att personalen blir tryggare och vågar mera själva i det dagliga stödet till barnet med diabetes.

Det finns en helt annan öppenhet i personalgruppen när jag kommer ut till dem, än vad jag upplevt när de kommer till mig på sjukhuset.

The screenshot shows the Diabit website in a Windows Internet Explorer browser window. The browser title is "Diabit - Windows Internet Explorer erhållet från Landstinget". The address bar shows "http://diabit.se/". The website header features the "diabit" logo, a "1-A PRIS" award ribbon, and a banner image of children running on a beach. Below the header is a navigation menu with links: Hem, Öppet forum, Bloggar, Mitt Diabit, Simulator, Dagbok, Frågor & Svar, Ordlista, Om Diabit, and a search box. The main content area is divided into three columns. The left column contains a "Diabetesteam" section with links to "Team Jönköping" and "Team Linköping", an "Akuta situationer" section, and an "Om diabetes" section with links to "Vad är diabetes?", "Vad händer i kroppen?", "Relationer", "Följdsjukdomar", "Blodsocker", "Insulin", "Hjälpmedel", "Mat", "Motion och idrott", "Leva med diabetes", "Detta kan påverka", "Forskning", and "Filmer med mera". The middle column features a large image of children jumping joyfully with the text "För unga med diabetes, familjen, anhöriga, skolan och många andra" and "diabit.se - flipp eller flopp?". Below this is a "Välkommen till vår korta enkät >>" link and two buttons: "Rörelse och hälsa" and "Matnyttigt". The right column contains an "Inloggning" section with a login form, a "Vilka är här?" section showing "Vi har 56 besökare online", and a "Senaste bloggar" section with a recent blog post titled "17.36 Ja jag ska ta tag i mitt liv. Ja jag ska sluta äta för mycket godis. Ja jag ska sluta glömma insulin. ... s-off". The Windows taskbar at the bottom shows the Start button, several Microsoft Office applications, a PowerPoint application, and the Diabit browser window, with the system clock showing 10:29.



LEVER

CELL

NJURE

BLODEF

BUKSKORP

S

SOCKETEN
SOKLA

GALLAN

CELL

CELL

blod
INSULIN
NYCKLAR

Energi! HELA LIVET hög
låg TYP ETT DIABETES
må bra socker

RESA ketoner *MOTION*
BETACELLER behandling
BARN- OCH UNGDOMSDIABETES

druvsocker BLEK
ljus framtid *DÅSIG*

KOLHYDRATER **BASAL**

GLU **HbA1c**

KOS *idrotta*
4,5 - 6,5 %

TESTA **frihet** KONTROLL

LIVSNÖDVÄNDIGT HORMON
LIVSKVALITET

TRÖTT BOLUSDOS
INJEKTION NÅL

ledsen KÄNNING
forskning

FUN LIGHT
Aj! HUMÖR:
DARRIG

500REGELN
BOLUS *oro*

törstig

LEVERN FRUKT
CELLER
NOVORAPID

MJÖLK

INFEKTION

100REGELN

BARNKALAS

♥ TA VÄL HAND ♥
OM DIG

DYGNSPROFIL blodkärl

BLODSOCKERKURVA

PUMP LEVEMIR

leva normalt

SPRUTA **RE**

CHOKLAD ögonen

JURAR RÄDD

JURAR CYKLA

JURAR *du*

rosita.ilvered@lj.se

bukspottkörteln

KISSEVÖDIG

GRAFISK FORM JENNIE PALMÉR ©