

Utvecklingsringa

1. Förskola –lågstadium
2. Mellanstadium
3. Högstadium - gymnasium

Syfte:

Checklista för löpande teoretisk och praktisk utveckling

Visuellt hjälpmedel vid mottagningsbesök och gruppundervisning

Ovan linjen finns teoretiska områden att förstå på ett åldersadekvat sätt.

Nedom linjen finns praktiska områden att behärska på ett åldersadekvat sätt.

Tänkta åldersspann: 1= förskola-lågstadium
 2= mellanstadium
 3= högstadium, gymnasium

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 1 – användarhandledning

Teoretisk kunskap:

Hur känns lågt blodsocker?

Barnet skall kunna känna igen sina symtom på lågt blodsocker och säga till en vuxen?

Vad gör insulin i kroppen?

Veta att insulin hjälper kroppen att använda socker och att insulin behövs hela tiden för att kroppen skall fungera bra

Hur fungerar CGM/FGM?

(Endast relevant för barn som har cgm/fgm)

Den mäter sockernivån i kroppen

Pilarna visar vart sockret är på väg är den piper är sockret för högt eller för lågt och man bör visa en vuxen

Varför får man fettbullar?

Fettbullar får man om man tar insulin på samma ställe alltför mycket

Insulinet fungerar sämre om man tar det i fettbullar

Vad är kolhydrater?

Kolhydrater är sådant som är, eller blir till, socker i kroppen tex potatis, pasta, bröd, frukt, ris, söta drycker och mjölk

Hur ser tallriksmodellen ut?

Kunna beskriva tallriksmodellens tre huvuddelar (proteinkälla, kolhydratkälla och grönsaker)

Vad är ketoner?

Ketoner är syror som kroppen gör om den får för lite insulin

Kroppen mår inte bra av ketoner

Praktisk kunskap:

Kontrollera blodsockret

Vara själv hos kompis

Ta insulin

Välja stickställe

Kunna behandla lågt blodsocker

+ säga till vuxen

Ha med utrustning

Sova hos kompis

Förstå vad som är

bra blodsocker

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 2 – användarhandledning

Teoretisk kunskap:

Hur fungerar insulinpumpen?

(Endast relevant för barn som har pump)

Hur fungerar insulin?

Hur fungerar CGM/FGM?

(Endast relevant för barn som har cgm/fgm)

Den mäter sockernivån i underhudsfett

Pilarna visar vart sockret är på väg är den piper är sockret för högt eller för lågt

Den stämmer sämre när blodsockret ändras snabbt och man kan då behöva dubbelkolla med stick i fingret

Vad är HbA1c?

Vilket är målet?

Vad är diabeteskomplikationer?

Vad händer under puberteten?

Vad är kolhydraträkning?

Praktisk kunskap:

Självständigt behandla lågt blodsocker

Byta insulin i penna

Hantera krångel med pumpen

Anpassa insulindos

till skollunch

Kolhydrater vid fysisk
aktivitet

Insulindos vid fysisk
aktivitet

Åka på cup/läger

Byta pod/infusionsset/cgm/fgm

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?

Ansvar för recept

Vad är diabeteskomplikationer?

Resor utan föräldrar

Korrigera höga blodsocker

Utvärdera behandlings-
resultat

Anpassa insulin och kolhydrater vid
träning

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

Alltid ha rätt utrustning

Diabetesslingan 3 – användarhandledning

Teoretisk kunskap:

Hur påverkar alkohol blodsockret?

Vad är diabeteskomplikationer?

Insulin vid sjukdom

Vad är bra mat?

Glykogen

Körkort

Gymnasie-/yrkesval

Sex och preventivmedel

Åtgärda ketoner

Praktisk kunskap:

Alltid ha rätt utrustning

Utvärdera behandlingsresultat

Korrigera höga blodsocker

Anpassa insulin och kolhydrater vid träning

Resor utan föräldrar

Ansvar för recept