

# Checklista nyupptäckt diabetes



## Litteratur + info

- Frågor och svar om diabetes
- Info-pärm
- Hur du blir expert på din egen diabetes
- Tillfällig föräldrapenning bägge föräldrar
- Förlängd FTP för en förälder
- 12-16 årsintyg FTP
- Vårdbidrag, skickat in ansökan
- Resekostnad ToR sjukhuset för undervisning
- Kommer till skolan/dagis senare
- Fadder
- Uppföljningsträff nyinsjuknade inom 1 år
- Diabetesföreningen
- Glasslista
- Kolhydratlista

## Recept

- Insulin
- Glukagon
- Ev. EMLA-kräm
- 

## Hjälpmedel

- Insulinpennor
- Kanyler till penna
- Sprutor
- Blodsockermätare
- Blodprovstagare
- Blodsockerstickor
- Blodprovs-lancetter
- Urinstickor
- Dagbok för prover
- Ev. Insuflon
- Ketonmätare
  
- Bodylink



## Praktisk genomgång

### Injektioner

- Penna
- Spruta
- Stickteknik
- Injektionsplatser (mage, lår, skinka)
- Lipohypertrofier
- Rotation av inj. platser
- Ev. Insuflon
- Förvaring av insulin
- Glukagon-spruta

### Prover

- Blodsockerprov
- Urinprov
- 

### Remisser

- Dietist - tid ..... kl....., ..... kl.....,
- Kurator - tid ..... kl.....
- Psykolog - tid ..... kl.....
- Initialt ögonbottenfoto?
- Tandläkare (U-a vid åb) - tid ..... kl.....
- Epikris till skolsköterska/BVC

### Register

(görs vid 1:a åb för U-a pat.)

- Nationellt barndiabetesregister
- Incidens-registret till Umeå
- 15 - 34-års registret
- L/V kurva från BVC/skola
- Inskrivna i Filemaker-registret
- Lämna t tillbaka "Frågor och svar"
  
- HbA1c .....%
- St-bikarb .....mmol/L
- pH .....
- BE .....mmol/l

# Undervisning

## Högt blodsocker

- Törst/kissar mycket
- Kräkningar
- Ser suddigt
- Ketoner i urin och blod
- Ketoacidosis
- Max 0,1 E/kg som extrados vid högt BG

## Hypoglykemi

- Symtom
- Druvsocker - hur mycket ökar BG av en tablett? (40 kg → 1 mmol, 80 kg → ½ mmol)
- Flytande glukos
- Glukagon
- Tidtabell för känningar
- Svår hypo
- Kramper
- Natliga känningar
- Rekyleffekt
- Illamående efter känning
- Ta dosen efter mat vid känning men minska inte för mycket

## Insulin

- Cellen och dörren
- Insulin/blodsocker hos frisk person
- Olika sorters insulin och verkningsprofiler
- Basinsulin, dvs måste alltid ha insulin
- Ändra ½ E om måltidsdosen är < 3E, 1 E om den är 3-10 och 2 E om > 10 E
- ~1 E/kg/d efter remissionsfas
- Hur mycket sänker 1 E blodsockret? (50 kg → ca 2 mmol, 30 kg → ca 3,3 mmol)

## Provtagning

- Blodsockerprov
- Urinprov
- Njurtröskel ca ..... mmol/l
- HbA<sub>1c</sub>
- Dagboken

## Övrigt

- Alkohol

- Graviditet

- Rökning

## Kost

- Stor aptit första veckorna
- Bara kolhydrater som behöver insulin
- Fett fördröjer tömning av magsäcken
- Godis
- Chips
- Popcorn
- Glass
- Chokladkaka
- Kalas
- Normalisera föräldra-barn regler
- Pasta och direktverkande insulin
- Ketchup
- Ej mellanmål rutinmässigt med dir. verk. ins.
- 1 E/10 g kolhydrat (0,5 i remissionsfas)

## Sjukdomar

- Feber
- Kräkningar
- Gastroenterit

## Motion

- Sänker inte blodsockret utan insulin
- Ej motion vid brist på insulin
- Regler för ex. fotbollsmatch, skolgymnastik
- Sänkt nattsos efter motion

## Komplikationer

- Celler som inte använder insulin
- Ögon
- Njurar
- Nerver

## Forskning

- Komjolk/virus
- Transplantation - pancreas och ö-celler
- C-peptid
- Nasalt insulin
- Insulin för inhalation
- Genteknologi