

# HVAD ER DIABETES?

**7.-10. klasse**

diabetes  
foreningen



Mit barn

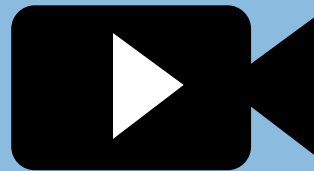


# 2 slags diabetes:

- **Type 1-diabetes**

Diagnosticeres oftes i barndommen

- **Type 2-diabetes**



**Se videoen Diabetes 1 og 2 – forskelle og ligheder**



# KAN MAN LEVE

## *uden insulin?*

- Kroppen har brug for insulin til at holde blodsukkeret så normalt som muligt

**Nej!**

# SÅDAN

fungerer din krop  
med **diabetes**

## TYPE 1-DIABETES



1. Maven omdanner  
maden til glukose

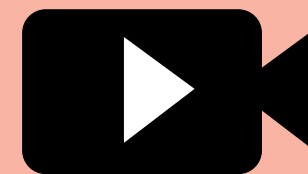
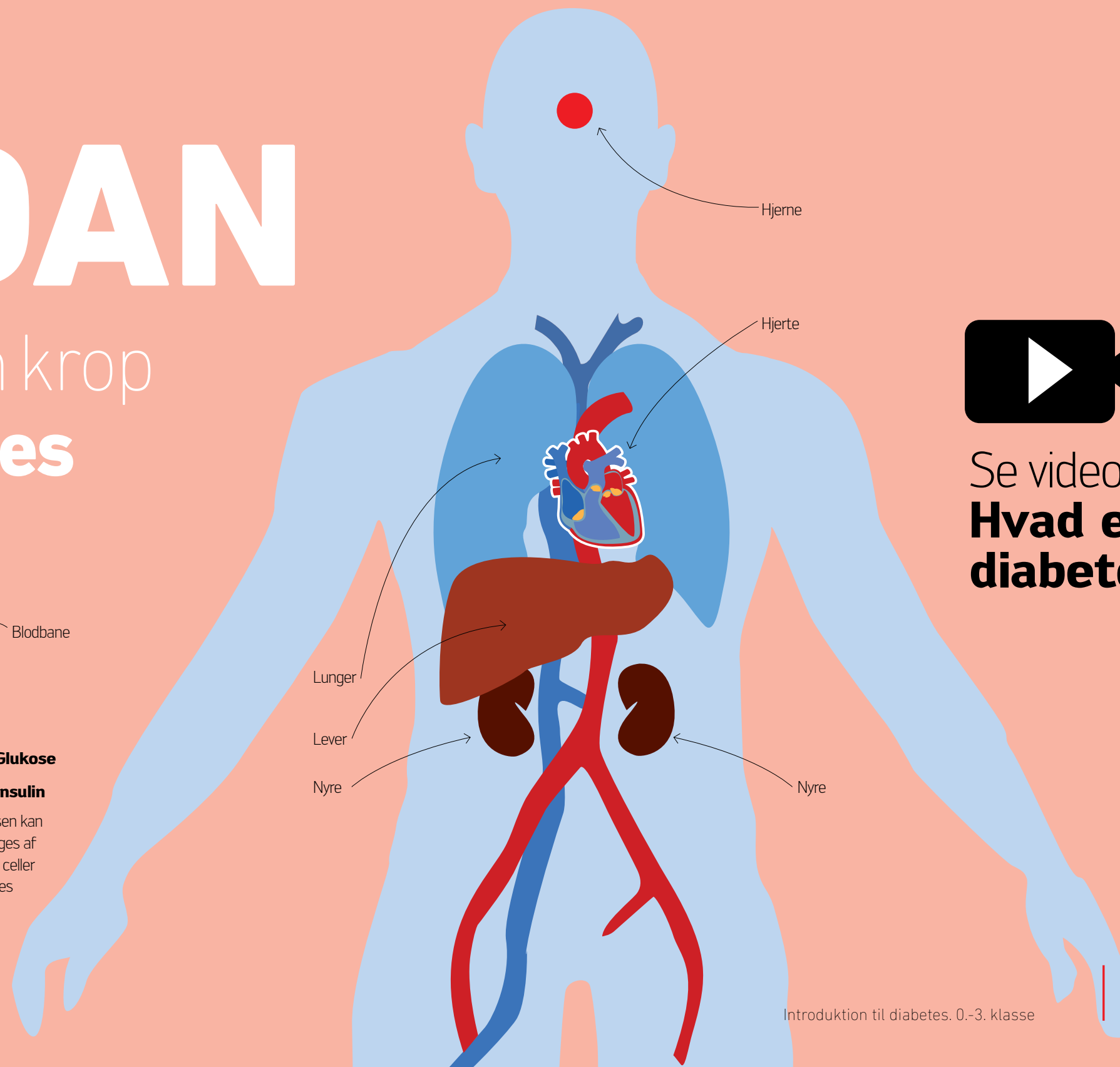
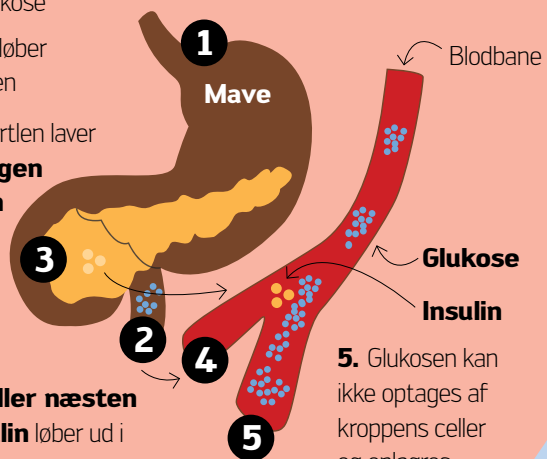
2. Glukosen løber  
ud i blodbanen

3. Bugspytkirtlen laver  
**næsten ingen  
eller ingen  
insulin**

4. **Ingen eller næsten  
ingen insulin** løber ud i  
blodbanen

5. Glukosen kan  
ikke optages af  
kroppens celler  
og oplagres  
i blodet.

 Glukose  Insulin



Se videoen:  
**Hvad er type 1-  
diabetes**

# Diabetes

har man hele **livet**

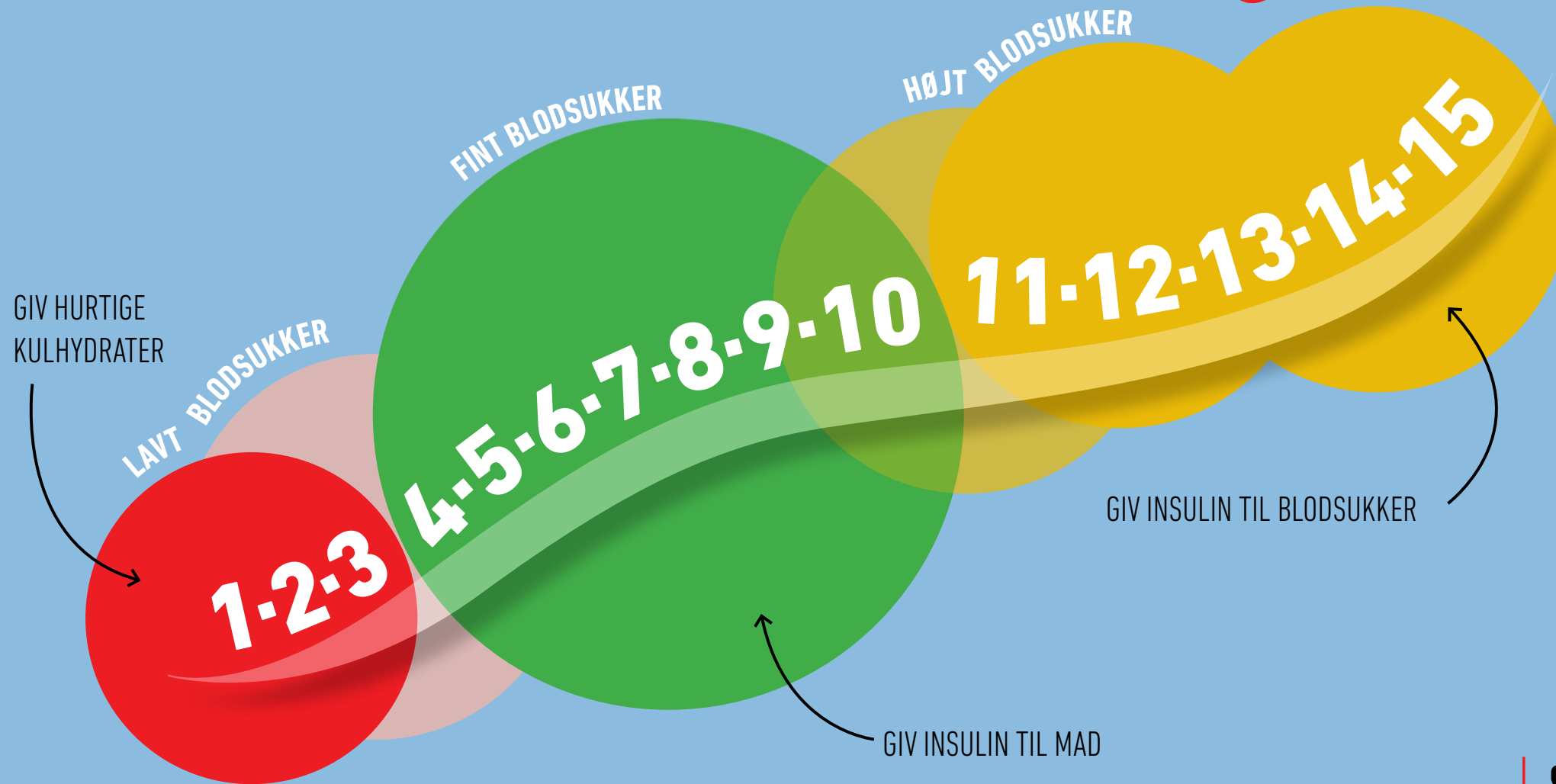
- Her kan I se det **udstyr**, man skal bruge for at **passé sin diabetes**
- Hver dag skal man **huske:**
  - ➔ Måle blodsukker
  - ➔ Tælle kulhydrater
  - ➔ Tage insulin



Se videoen: **På landsholdet med type 1-diabetes**



# HVAD ER *højt* og *lavt* blodsukker?

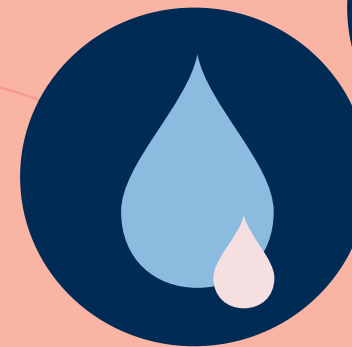


# Lavt blodsukker

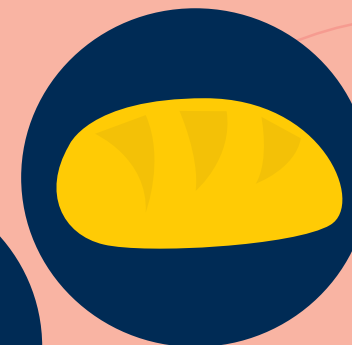
For **meget insulin** eller  
for lidt mad giver  
**for lidt sukker** i blodet

Man bliver utilpas og skal have  
lidt juice eller druesukker  
og bagefter lidt brød at spise.

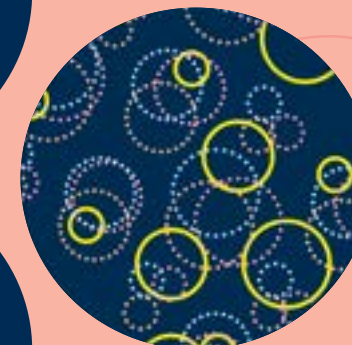
Sved



Sult



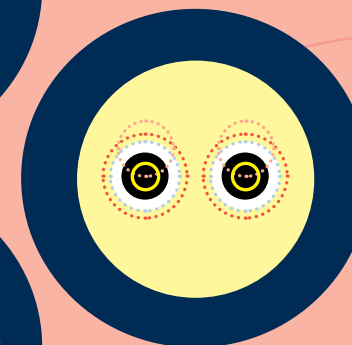
Sitren



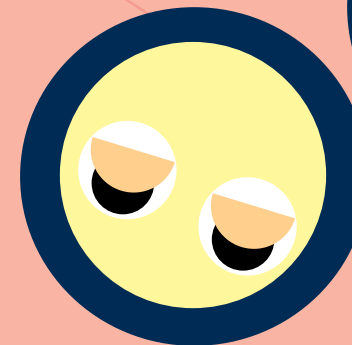
Dårligt  
humør



Blegghed



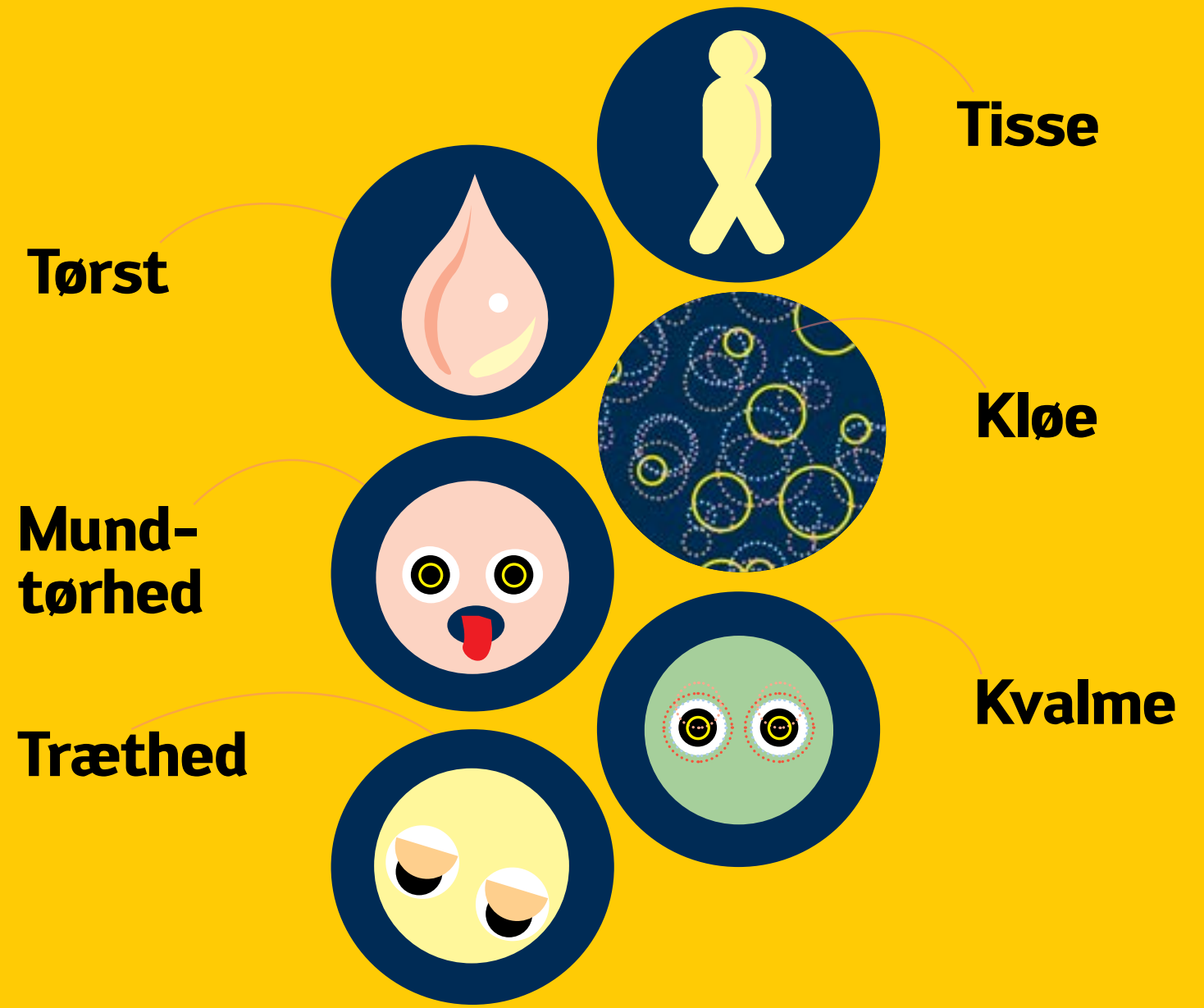
Bevidstløs



# Højt blodsukker

For *lidt* insulin giver  
for *meget* sukker  
i blodet

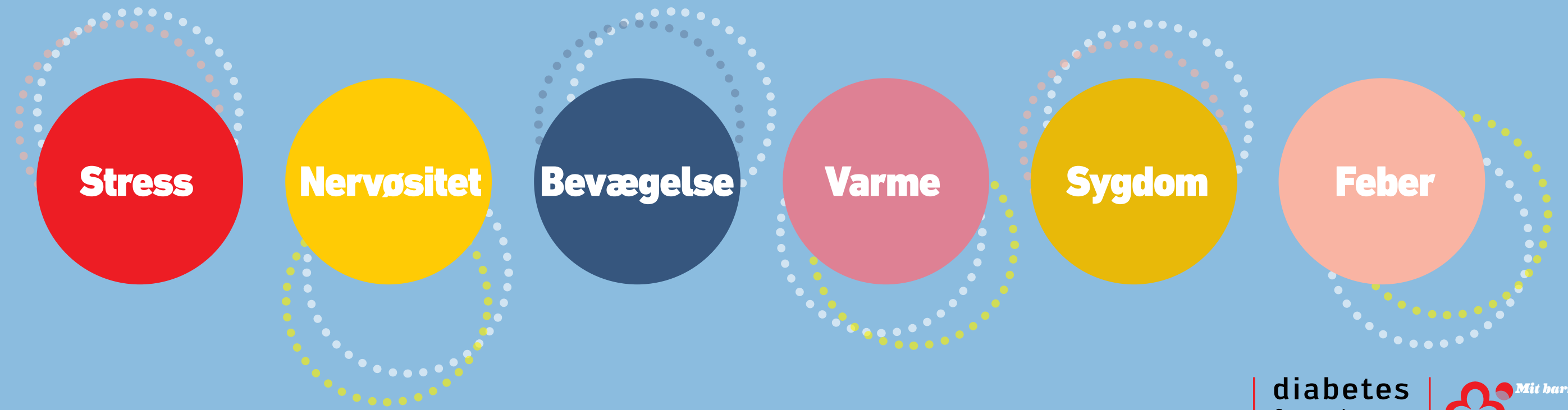
Hvis man ikke får insulin nok,  
får man for meget sukker i  
blodet og bliver utilpas.







Flere ting kan påvirke  
***blodsukkeret:***



**Stress**

**Nervøsitet**

**Bevægelse**

**Varme**

**Sygdom**

**Feber**

# HVORDAN

kan jeg *hjælpe* min ven?

- **Du kan** være sammen med din ven med diabetes som alle andre venner og kammerater.
- **Hent en voksen:**  
Hvis din klassekammerat virker anderledes, end normalt skal du:
  - **Få din kammerat til at tjekke blodsukkeret**
  - **Hente en voksen**



# Mad og drikke



Når man har diabetes, **skal man have insulin** til alt mad med kulhydrater i.

Kulhydrater findes i mad som pasta, brød, kartofler, frugt og grøntsager.



For at vide, hvor meget insulin man skal tage, **tæller man kulhydrater i den mad, man spiser.**

Mennesker med diabetes **kan godt spise sukker**, så længe de tager insulin til det, de spiser

# Alkohol og diabetes



112

Man kan få lavt blodsukker, når man **drikker alkohol**, og det kan være farligt.

Normalt vil leveren frigive sukker, hvis man besvimer på grund af lavt blodsukker.

Herefter vågner man automatisk op igen.

**Hvis man har alkohol i blodet, sker dette IKKE.**

**Man kan dø**, hvis man ikke får hjælp.

**Skaf derfor altid hjælp**, hvis din ven er beruset, og du er bekymret for, om han/hun har lavt blodsukker.



AFSLUTNING

# *Snak om diabetes*

Hvad ved du om diabetes nu?

Hvad overraskede dig mest?

# TAK *for i dag*