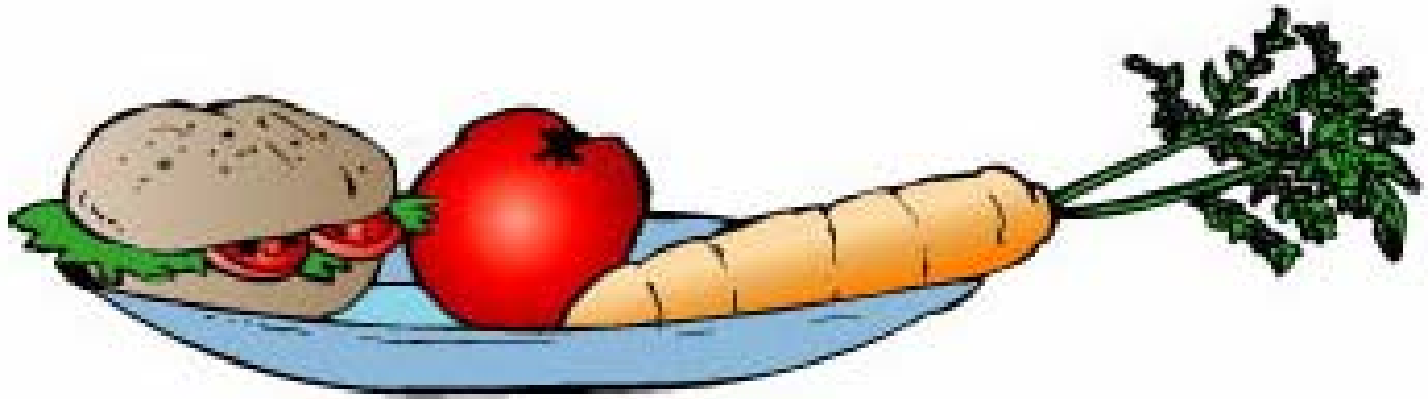


# Mad og Diabetes



Hvad er sund mad?

Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen



DIABETESFORENINGEN

# Mad og Diabetes



Er det mad?

Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen

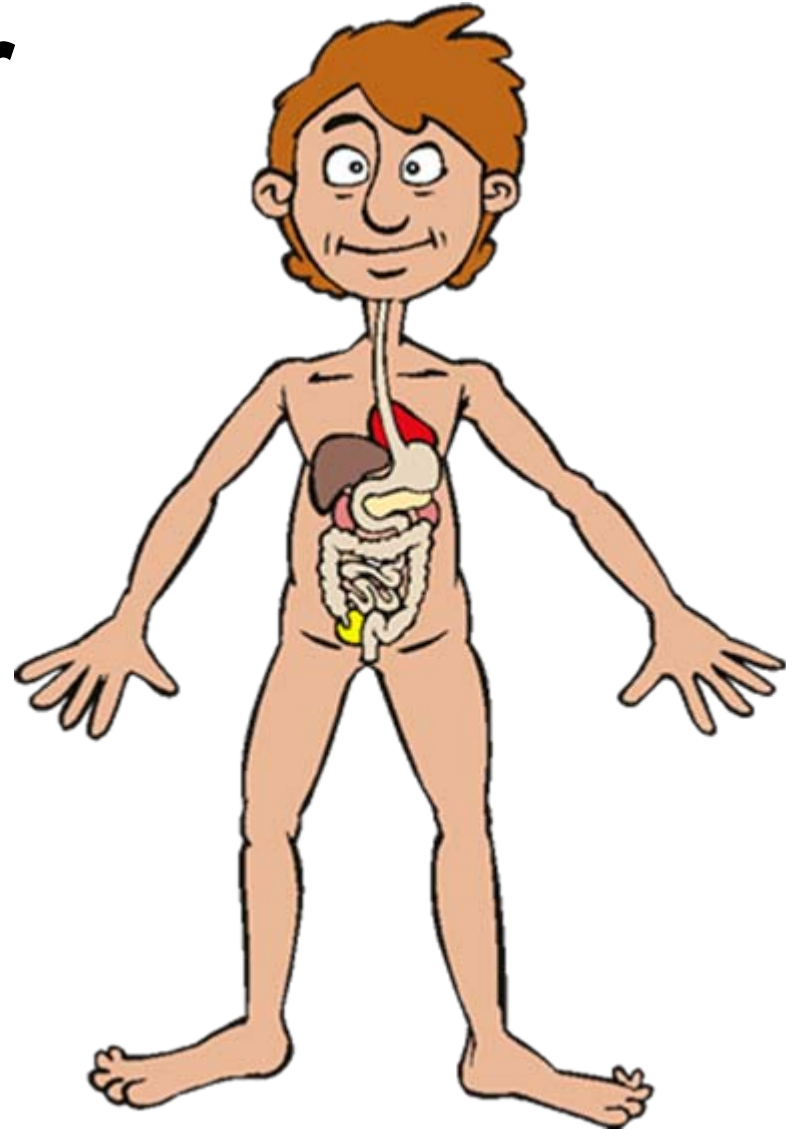


DIABETESFORENINGEN

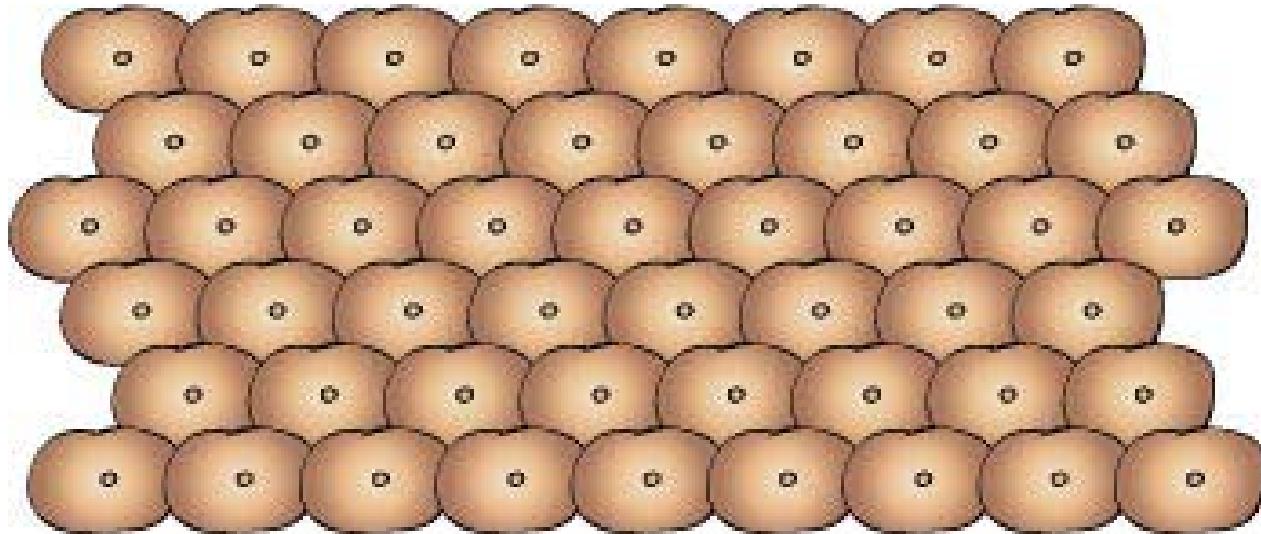
# Hvad sker der i kroppen

Gennemgang af  
organernes funktion:

Spiserør, mavesæk,  
tarme, nyre, blære,  
bugspytkirtel, lever  
og hjerte.



# Hvad sker der i kroppen



Kroppen er opbygget af forskellige celler, der lever af den mad, vi spiser.

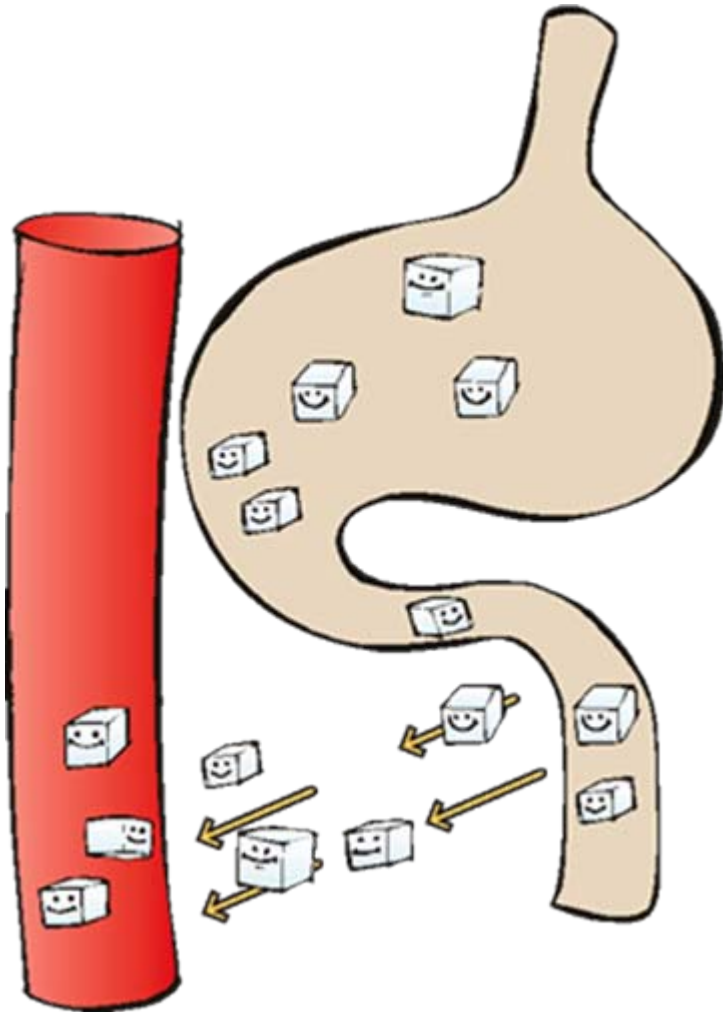
Vi har fx hudceller, muskelceller, blodceller, hjerneceller osv.

# Hvad sker der i kroppen

Madens vej fra  
mund til tarm  
og derfra til  
blodbanen.



# Hvad sker der i kroppen



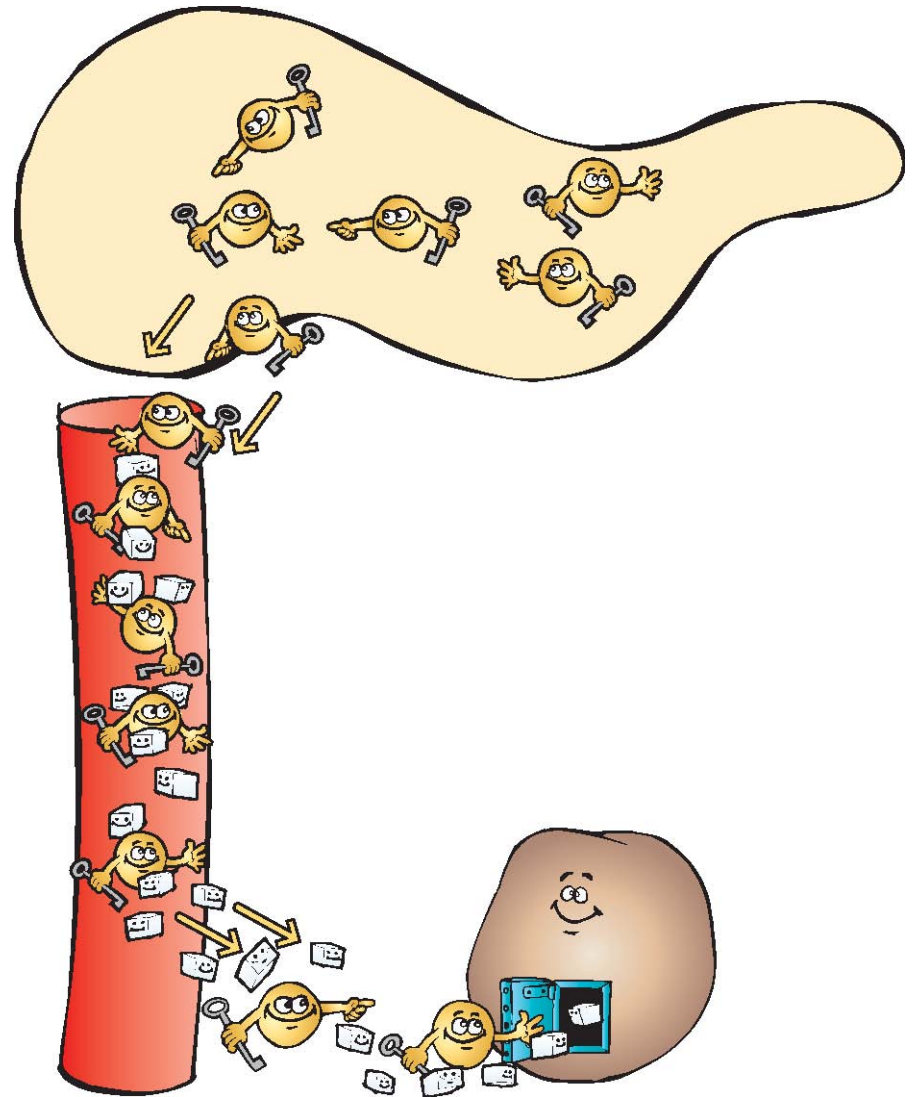
Maden, vi spiser,  
deles til meget  
små stykker.

Via blodet  
transporteres  
det ud til cellerne.

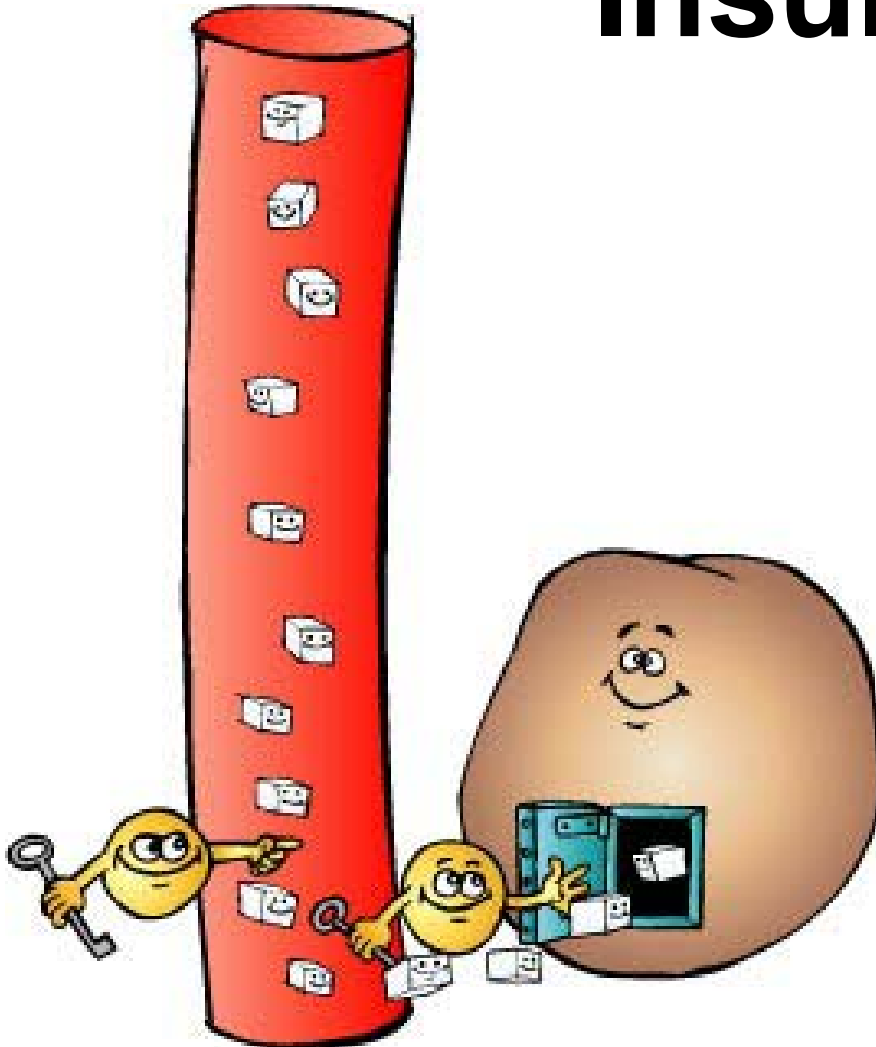
# Hvad sker der i kroppen

Uden diabetes:

Når der kommer sukkerstoffer (glukose) over i blodet, sender bugspytkirtlen insulin efter.



# Insulins virkning



Insulinen lukker cellerne op, så sukkeret kan komme ind og give cellen energi.

# Blodsukkermåling

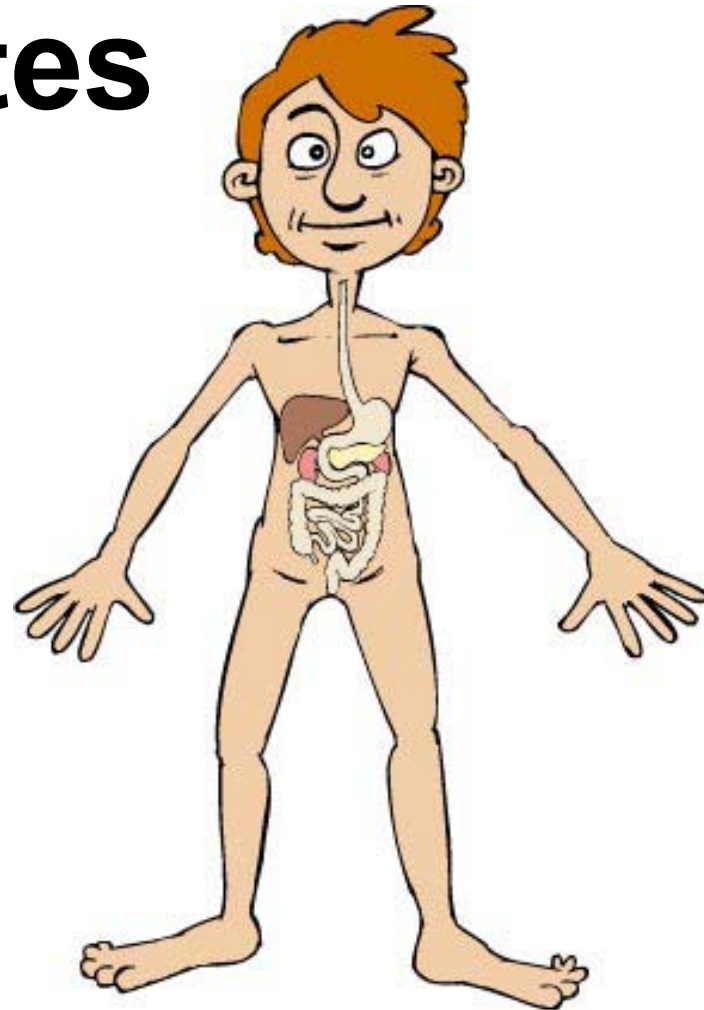


Man kan måle, hvor meget sukker, der er i blodet.

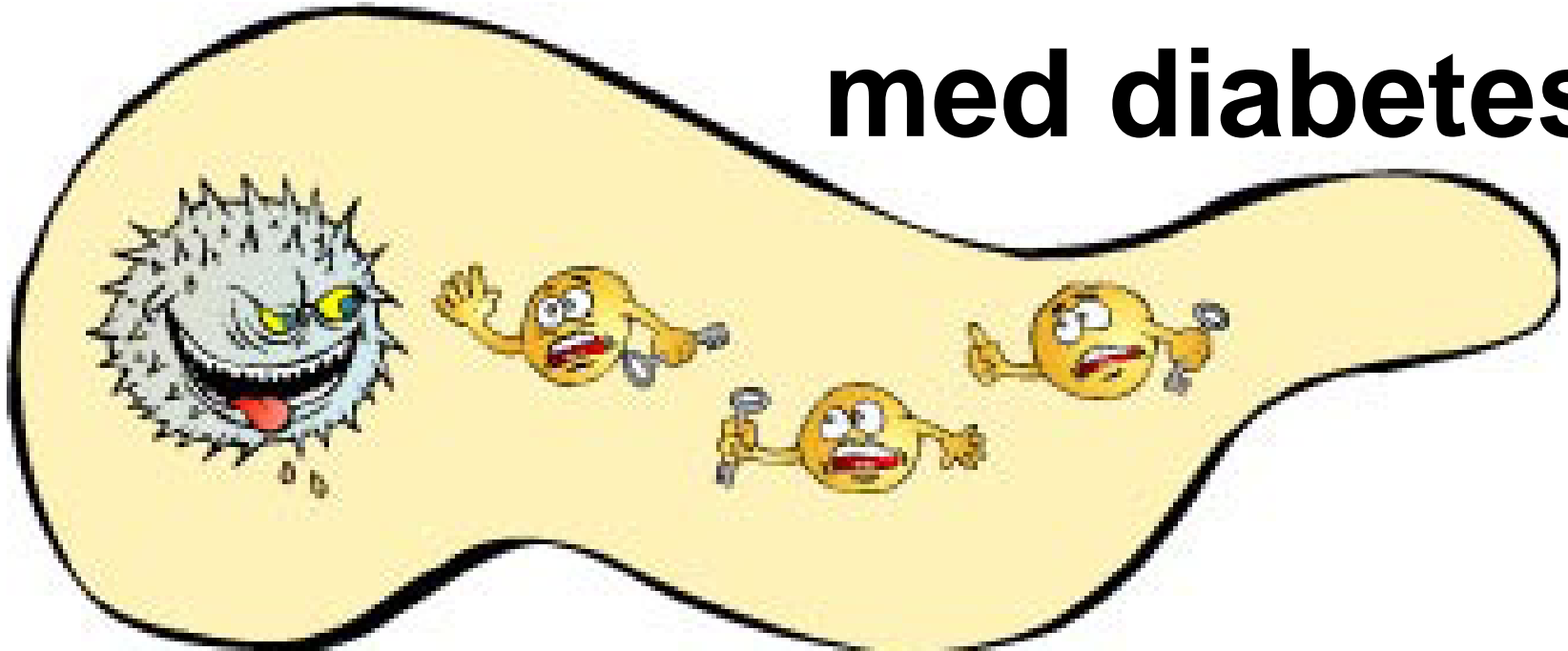
Det er normalt, at ens blodsukker er mellem 3 og 8 mmol.

# Hvad sker der indeni med diabetes

Når man har diabetes, kan bugspytkirtlen ikke lave insulin.



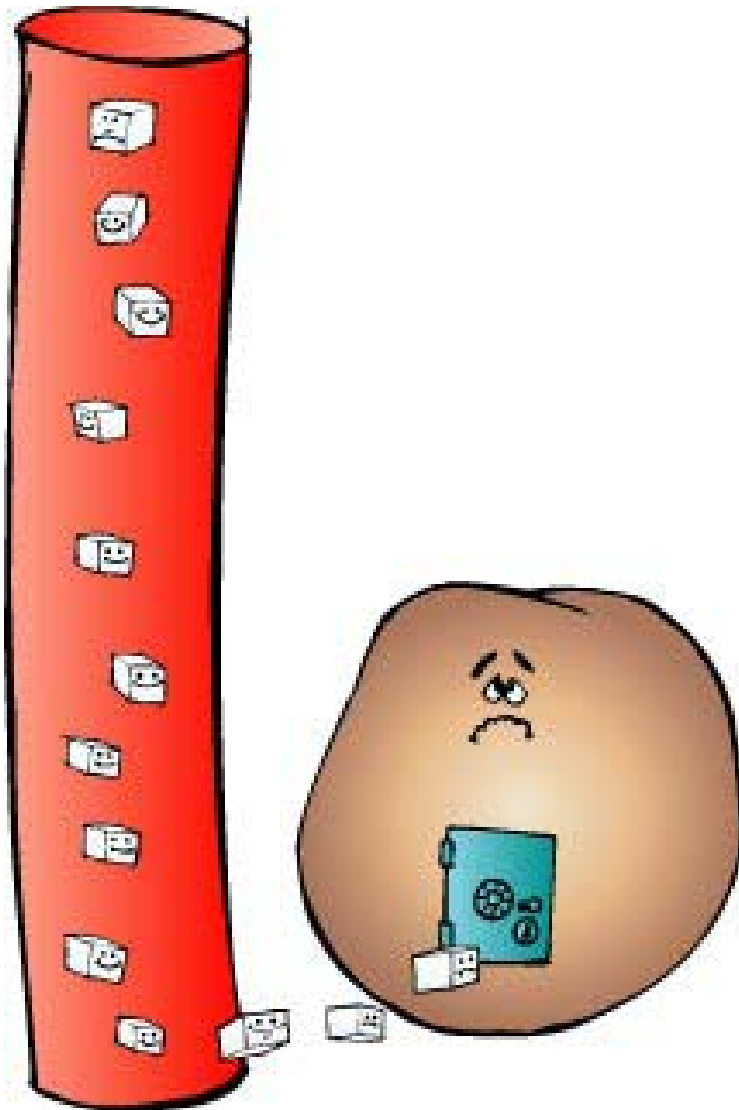
# Hvad sker der indeni med diabetes



Kroppens immunforsvar ødelægger de celler i bugspytkirtlen, som laver insulin.

Man kan ikke leve uden insulin.

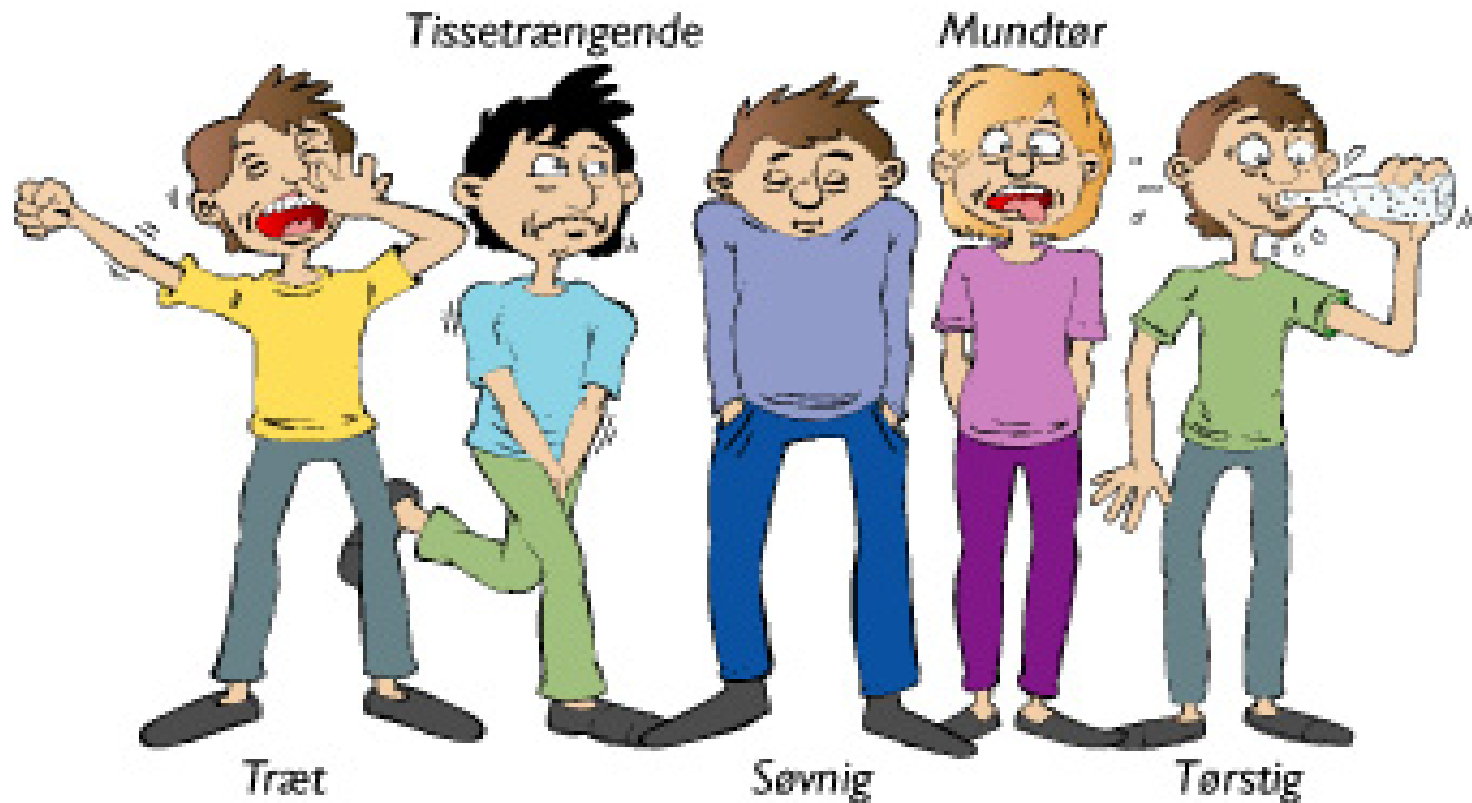
# Hvad sker der indeni med diabetes



Når der ikke sendes insulin ud i blodet, kan sukkeret ikke komme ind i cellerne.

Blodsukkeret bliver for højt.

# Hvordan mærker man højt blodsukker



Når der er for meget sukker i blodet, bliver man syg.

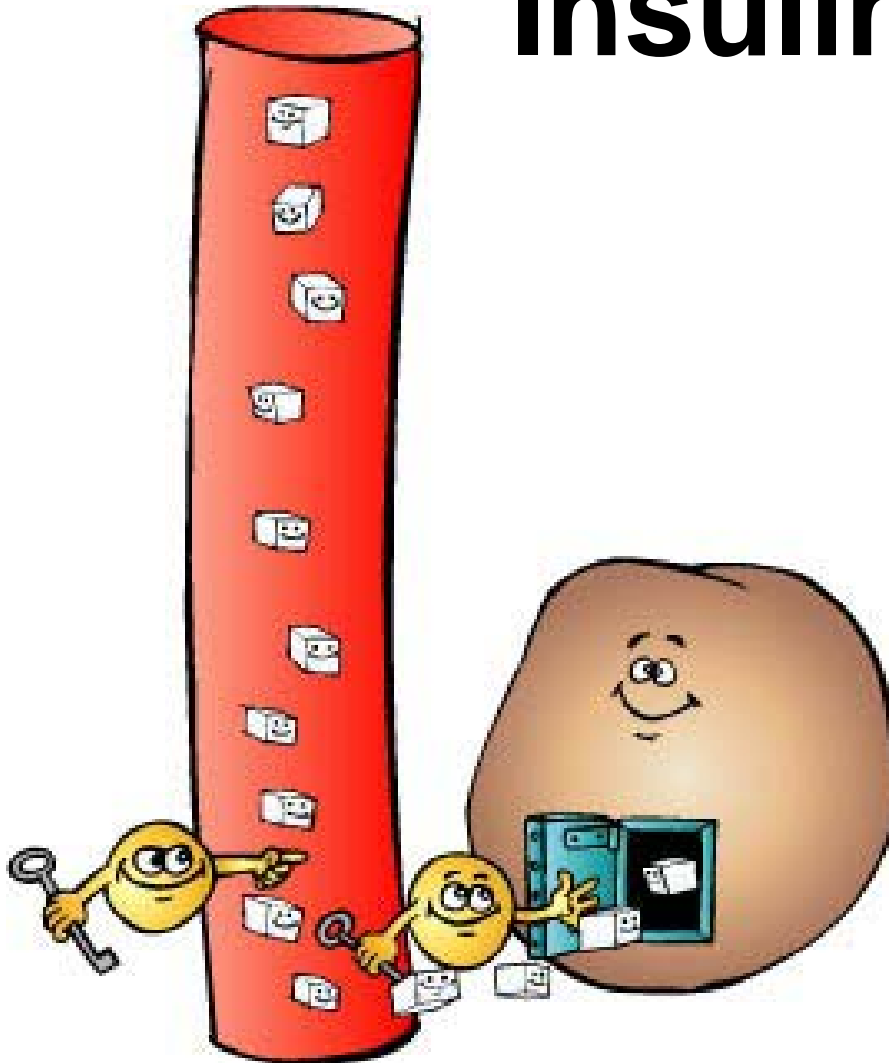
# Insulinbehandling

Når man har fået diabetes, skal man have insulin som indsprøjtning hver dag resten af livet.



Hvor meget insulin, man skal have, skal passe med mad og motion.

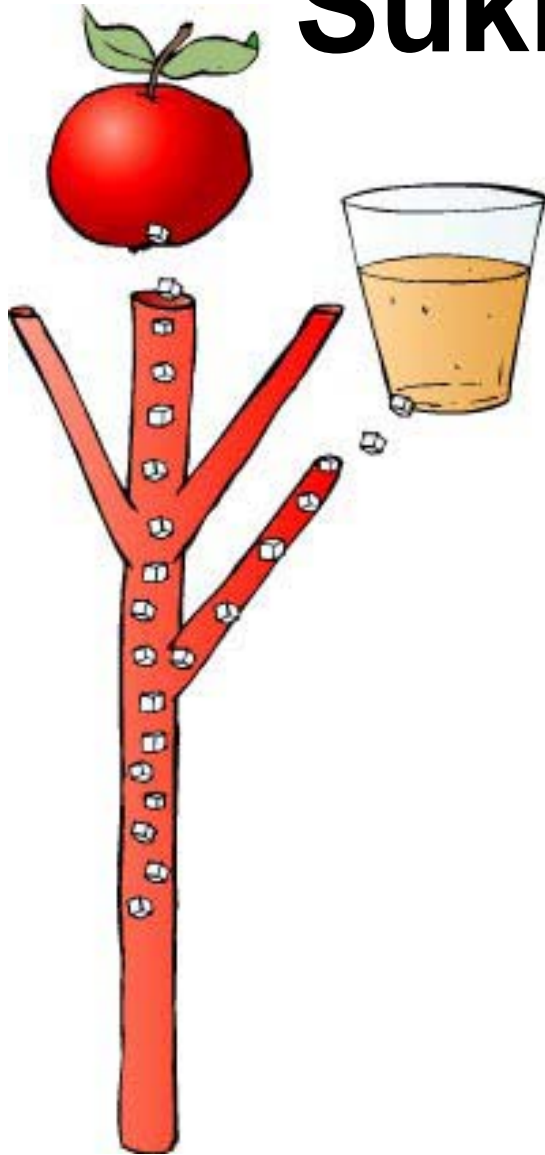
# Insulinbehandling



Man får det godt igen,  
når man får den rigtige  
mængde insulin.

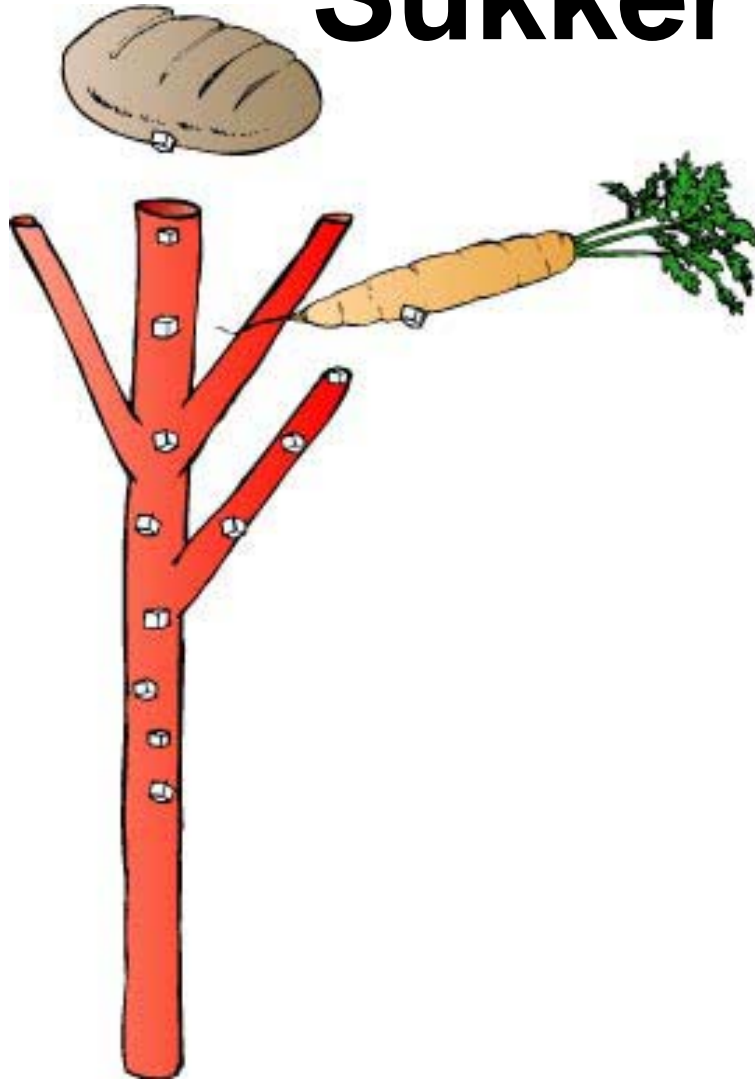
Det er nødvendigt at  
måle blodsukker ofte.

# Sukker til blodbanen



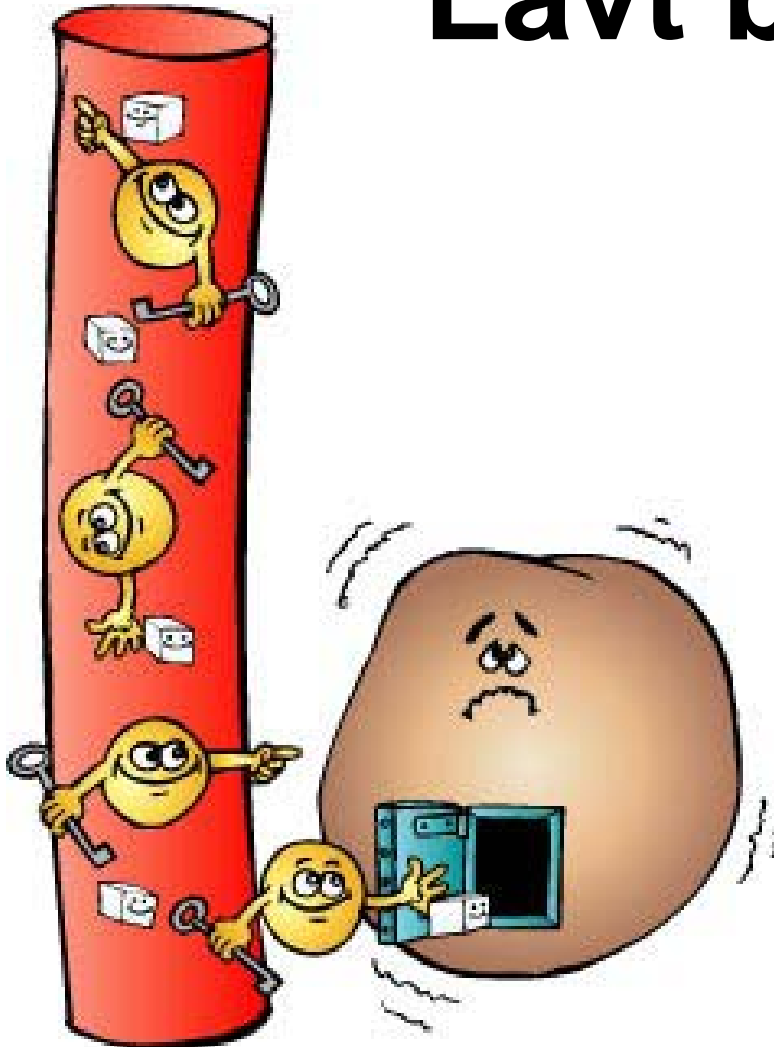
Noget af det mad, man spiser, får blodsukkeret til at stige hurtigt og til et højt niveau.

# Sukker til blodbanen



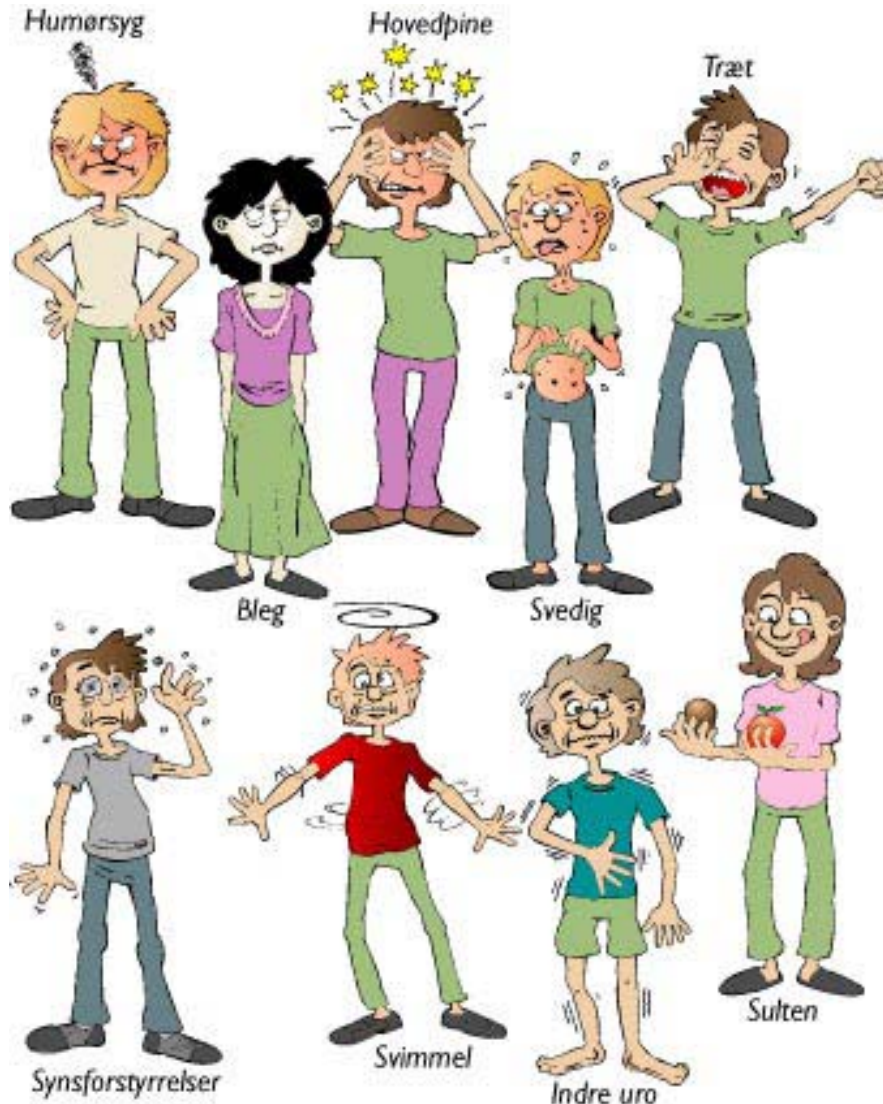
Andet mad får  
blodsukkeret til at  
stige langsommere.

# Lavt blodsukker



Hvis man har for meget insulin i blodet i forhold til sukker, bliver blodsukkeret for lavt.

# Lavt blodsukker

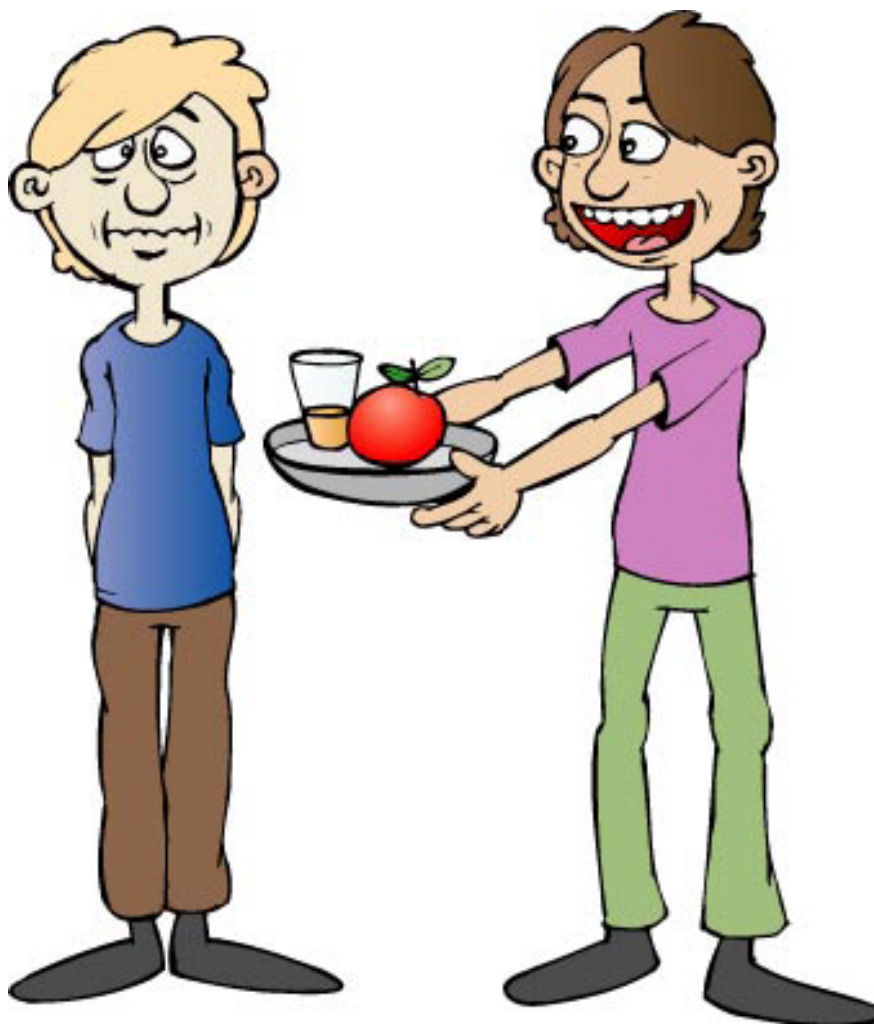


Når blodsukkeret falder får man det skidt.

Det sker, fordi cellerne har brug for mere sukker, end der er i blodet.

# Lavt blodsukker

Du kan hjælpe ved at hente mad, der kommer hurtigt over i blodet.



Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen



DIABETESFORENINGEN

# Lavt blodsukker

Hvis blodsukkeret bliver meget lavt, kan man besvime og få krampe.



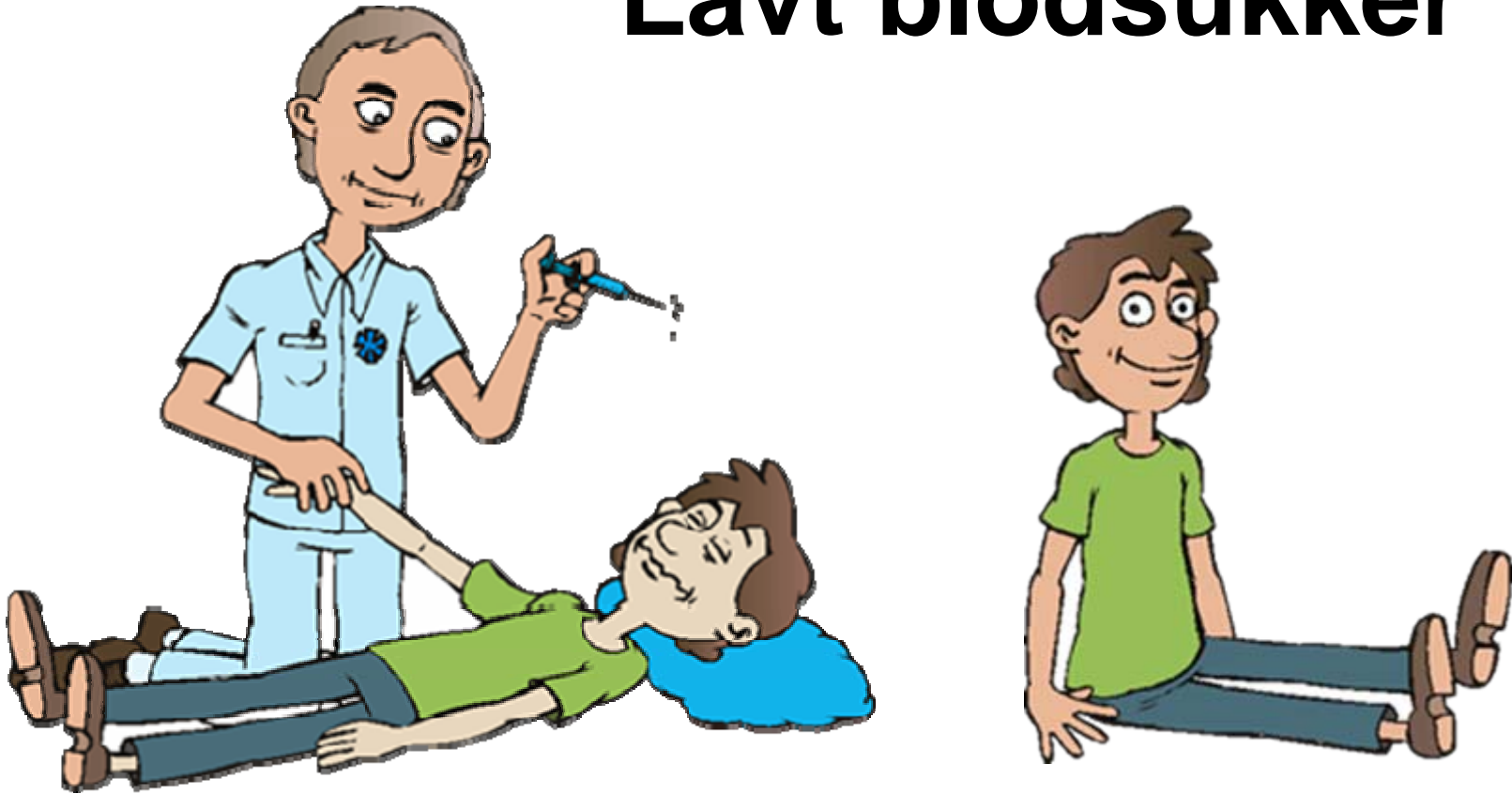
Så må ens venner kalde på en voksen.

# Lavt blodsukker



Måske bliver det nødvendigt at komme på skadestuen og få behandling.

# Lavt blodsukker



Man får det hurtigt godt igen og kommer hjem.

Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen



DIABETESFORENINGEN

# Blodsukkersvingninger

Ens blodsukker kan blive lavt af meget motion, fordi cellerne bruger meget energi.



Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen



DIABETESFORENINGEN

# Blodsukkersvingninger

Når man sidder stille, bruger cellerne ikke så meget energi.



Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen



DIABETESFORENINGEN

# Blodsukkersvingninger



Rødt område:  
Lavt blodsukker,  
man bør spise  
eller drikke.

Grønt område:  
Normalt, man skal  
ikke gøre noget.

Orange område:  
Højt blodsukker,  
man bør bevæge  
sig eller tage ekstra  
insulin.

Skolebesøg 1. – 5. klasse  
Behandlermodellen



DIABETESFORENINGEN

# Søde sager

Maden, man spiser, skal passe med det insulin, man tager.

Man kan dog godt af og til spise lidt slik i stedet for det frugt, man har med.



# Søde sager



Når der inviteres til fødselsdag, tager man måske lidt ekstra insulin, hvis man gerne vil spise kagen med sukker – men husk at købe sukkerfri sodavand.