

# Skolebesøg 6. – 10. klasse

## Forældremodellen

### Præsentation:

Hvis far/mor er jeg, og hvorfor er jeg her (xx har fået diabetes).

### Hvad er diabetes:

Forklar børnene, at xx ikke selv kan lave insulin mere.

Når vi har ondt i halsen skyldes det, at der enten er virus eller bakterier i halsen.

Immunforsvaret ødelægger disse, så vi bliver raske igen.

Desværre troede immunforsvaret at xx havde bakterier i bugspytkirtlen – og derfor blev det system, der laver insulin, ødelagt. Så nu kan han/hun ikke selv lave insulin mere.

Det er altså ikke xx egen skyld og ikke, fordi er er blevet spist for meget slik!!

Man kan ikke leve uden insulin – så hvis xx ikke tager sin insulin – så dør han/hun.

Diabetes smitter ikke!

### Blodsuktermåling:

Forklar børnene at xx kan få høje og lave blodsukre.

kroppen har det bedst, når blodsukkeret er fint. Så tænker hjernen bedst.

Der for skal der måles blodsukker engang imellem. xx kan så enten spise noget ekstra eller tage ekstra insulin, så blodsukkeret hele tiden ligger fint!

### Højt blodsukker:

xx kan få højt blodsukker.

Det er ikke farligt – man bliver ikke pludselig dårlig og falder om.

Men hjernen tænker ikke så godt, når blodsukkeret er højt – og det kan være svært at koncentrere sig og sidde stille. Man skal hele tiden tisse og man er meget tørstig.

Højt blodsukker kan xx selv klare ved at tage ekstra insulin.

### Lavt blodsukker:

xx kan også få lavt blodsukker.

Lavt blodsukker er ikke farligt – men meget ubehageligt!

Forklar hvordan man har det når blodsukkeret er lavt.

Forklar, at hvis blodsukkeret er lavt, skal xx have lov til at spise ( også midt i timerne), da han/hun ellers kan få det meget dårligt!

Hvis blodsukkeret bliver meget lavt, kan han/hun få brug for hjælp.

Vis børnene, hvor xx har sit druesukker og/eller juice

Man må forsøge at få xx til at drikke lidt juice, og efterfølgende spise lidt brød. (følg de retningslinier I har fået på sygehuset).

Fortæl at xx kan få så lavt blodsukker, at han/hun kan besvime og evt. også få kramper. Det ser meget voldsomt ud – og man tror måske at xx er ved at dø. Det gør han/hun dog ikke! Understreg, at det ikke er farligt - selv om det ser sådan ud! Fortæl, at hvis det skete om natten, mens xx sov og ingen opdagede det, så kan kroppen selv sørge for, at blodsukkeret stiger igen!

Børnene skal hente en voksen, eller ringe 112!

Forklar at risikoen for lavt blodsukker er størst i forbindelse med f.eks. idræt.

### **Slik og fødselsdage:**

Forklar, at xx skal spise ligesom alle andre børn bør gøre: Sund mad – men engang imellem må vi gerne spise noget usundt.

Forskellen er, at hvis xx skal spise noget usundt – så skal han/hun først måle sit blodsukker og evt. tage noget ekstra insulin.

Hvis der bliver delt ud i klassen, må xx også gerne få det samme som de andre i klassen. (han/hun skal så selv vurdere, om der er behov for at tage ekstra insulin).

Til fødselsdagsfester og lignende, bør der være en sukkerfri sodavand til xx. Følg ellers de vejledninger, I har fået på sygehuset.

### **Alkohol og diabetes:**

Er en farlig blanding.

Man kommer let til at forveksle lavt blodsukker med fuldskab.

Desværre kan man dø af lavt blodsukker, når man har fået alkohol.

Det er derfor vigtigt at kontakte forældrene, som så må hente xx, hvis han/hun har fået for meget at drikke. Det er bedre at ringe til forældrene end risikere, at xx dør af lavt blodsukker.

### **Afslutning:**

Slut af med at vise, hvordan man måler blodsukker.

Det afdramatiserer det at stikke hul i en finger, så der kommer blod!

Vær opmærksom på, at du ikke må måle på de andre børn uden forældrenes samtykke.

Vis evt. også, hvordan man tager insulin.