GIDS VOOR OUDERS

1

2

3

4

Hoe regel je goede diabeteszorg op school?

Je kind met diabetes naar school

Deze brochure bevat een stappenplan om samen met je kind en het schoolpersoneel goede diabeteszorg op school te organiseren. De volgende stappen komen daarbij aan bod:

1. **Informeer school**
2. **Organiseer een bijeenkomst met school**
3. **Organiseer of participeer in het opstellen van het persoonlijk diabeteszorgplan van je kind**
4. **Ondersteun schoolpersoneel in het bekwaam worden rondom de benodigde diabeteszorg op school**
5. **Communiceer met school**
6. **Zorg dat schoolpersoneel de juiste medicatie en diabetes-spullen heeft**
7. **Voorzie school van specifieke informatie en advies rond-om sportdagen, schoolreisjes, schoolkampen, toetsen enzovoort**

Het kost tijd om diabetes volledig te begrijpen. Dit heb je waarschijnlijk zelf al gemerkt. Met hulp van jou als ouder kan het schoolpersoneel goed voor je kind zorgen. Door samen te werken weet de leerkracht hoe hij of zij moet handelen, en krijg jij vertrouwen in school.

Schoolpersoneel leert tijdens hun opleiding bijna niets over medische aandoeningen. Wanneer zij geen ervaring met

andere kinderen met diabetes op school hebben gehad, of in hun directe omgeving, is hun kennis en kunde over diabetes gering.
Hoe je het schoolpersoneel benadert en met ze aan de slag gaat zal afhangen van wat je kind nodig heeft en wie welke zorg voor zijn rekening gaat nemen.

Het is goed om te weten dat sinds de invoering van passend onderwijs op 1 augustus 2014, scholen een zorgplicht hebben. Dat betekent dat de school waar je je kind aanmeldt verplicht is om een passende plek te vinden voor jouw kind.

Deze brochure vormt samen met de gids voor scholen een compleet pakket om jouw kind of leerling zorgeloos naar school te laten gaan.

Stappenplan: inregelen van goede diabeteszorg op school

Als ouder ben je altijd eindverantwoordelijke voor de gezondheid van je kind op school. Maar dat betekent niet dat je altijd beschikbaar moet zijn om je kind insuline toe te dienen. Wie welke zorg op school op zich neemt wordt in onderling overleg afgesproken en vastgelegd.

Als ouder ben je verantwoordelijk om:

- de school op de hoogte te houden rond de benodigde diabeteszorg en van je kind op school, en de daarbij benodigde aanpassingen,
- de school te voorzien van juiste benodigdheden om die zorg te verlenen,
- schriftelijke toestemming te geven voor de overeengekomen te verlenen medische zorg door school.

Het zorgen voor een kind met diabetes op school is niet de verantwoordelijkheid van één persoon. Zowel jij, je kind (afhankelijk van leeftijd en vermogen), schooldirectie en personeel, je diabeteszorgteam en eventueel ook de thuiszorg spelen hierin ieder een eigen rol.
Er zijn bepaalde dingen die jij als ouder doet. Je vindt hieronder een lijst met de voornaamste punten.

1 Informeer school

Over het algemeen ben jij degene die de school als eerste vertelt dat je kind diabetes heeft, maar het kan ook je diabetesverpleegkundige zijn. Informeer de school hierover zo snel mogelijk.

2 Organiseer een bijeenkomst met school

Voorbereiding van de bijeenkomst
Het is belangrijk om de bijeenkomst met school goed voor te bereiden. Een groot aantal onderwerpen zullen aan de orde moeten om daar vervolgens beslissingen over te nemen. Maak daarom een checklist van de informatie die de school nodig heeft en welke besluiten er genomen moeten worden.

Zorg dat je goed ingelezen bent over de mogelijkheden om de voor jouw kind noodzakelijke diabeteszorg op school zo goed mogelijk te regelen. Zet de volgende dingen eerst nauwkeurig op een rijtje:

- wat je kind zelf kan doen,
- wat jij kan en wil bijdragen,
- wat je van school mag verwachten en wat je graag zou willen dat de school (vrijwillig) doet.

Het helder hebben van welke zorg je precies van school verwacht en mag verwachten zal je enorm helpen om de bijeenkomst met school effectief te laten verlopen.
Lees alle relevante informatie en wetgeving rondom passend onderwijs. Daarbij gaat het om zorgplicht in het algemeen en diabeteszorg op school in het bijzonder. Een goed startpunt is het hoofdstuk ‘Wat kan en mag rond diabeteszorg op school’ (bladzijde 12-16) in de brochure voor school getiteld ‘Hoe regel je goede diabeteszorg op school’.

Wie zijn er bij het gesprek?

- Jij, je partner of beide.
- Je kind. Dit is afhankelijk van de leeftijd. Misschien wil je kind er zelf graag bij zijn.
- De diabetesverpleegkundige van je kind. Zorg ervoor dat je je punten met hem of haar doorspreekt voor de bijeenkomst. Dit om elkaar niet tegen te spreken tijdens de bijeenkomst. Als je diabetesverpleegkundige niet kan, overleg dan wel vooraf met hem of haar, zij hebben ervaring met dit soort bijeenkomsten en kunnen je advies geven.
- De leerkracht(en) en de intern begeleider van de huidige school. Zij hebben de meeste ervaring opgedaan met jouw kind op leergebied en weten wat er mogelijk is binnen het team.
- Leerkrachten of begeleiders van de vorige school, crèche of peuterspeelzaal. Zij kunnen vanuit de schoolpraktijk hun verhaal vertellen over het begeleiden van een kind met diabetes.
- De meest relevante persoon van de schooldirectie of iemand die hierover mag beslissen. Hij moet namelijk geïnformeerd worden over de bestaande wetgeving rondom diabeteszorg op school en op basis daarvan besluiten kunnen nemen.

Tips voor een productieve bijeenkomst

- Doe je huiswerk.
  Verzamel informatie die je nodig hebt om je punten te onderbouwen. Dit kunnen aantekeningen zijn over bepaalde punten, relevante wet- en regelgeving over (passend) onderwijs en diabeteszorg.
- Maak een lijst van alle vragen die je beantwoord wilt zien.
- Wees niet bang om te vragen wat je wil.
  Er is een verschil tussen assertief en agressief. Wees duidelijk in wat je wil maar doe dat op een redelijke manier. Bijvoorbeeld in plaats van te zeggen: 'wat jij zegt klopt niet' kan je proberen om te zeggen 'ik maak me zorgen over…'.
- Hou er rekening mee dat diabetes waarschijnlijk nieuw is voor het schoolpersoneel. Laat merken dat je je realiseert dat er veel over diabetes te leren valt en dat het wat tijd kan kosten om routine te krijgen in de zorg voor een leerling met diabetes op school. Verzeker het personeel dat jij en je diabetesverpleegkundig er zijn om het schoolpersoneel in te werken.
- Vertel ook wat je waardeert van school.
  Zeg wat goed gegaan is en welke ondersteuning je hebt gehad. Geef complimenten waar die op zijn plek zijn! Het is altijd goed om positieve feedback te horen en het laat zien dat je de inzet van school tot dusver waardeert.
- Luister naar wat de ander te zeggen heeft.
  Luister actief naar onderliggende zorgen of angsten die het personeel omtrent diabetes heeft en probeer die zoveel mogelijk te ontzenuwen. Maak onderscheid tussen geven en toegeven. Erken wat je gehoord hebt, dat je gevoelens ziet of voelt, dat je zijn/haar perspectief snapt. Vat samen wat je gehoord hebt en check of dit klopt.
- Neem het niet persoonlijk.
  Dat kan heel moeilijk zijn maar probeer het hoofd koel te houden. Concentreer je op de onderwerpen die aanbod moeten komen en laat je niet van de wijs brengen.

3 Organiseer of participeer in het opstellen van het persoonlijk diabeteszorgplan van je kind

Als ouder speel je een sleutelrol in het opstellen van het persoonlijk diabeteszorgplan van je kind. In het persoonlijk diabeteszorgplan staat gedetailleerd weergegeven welke diabeteszorg je kind nodig heeft en wanneer en wie de zorg verleent. Dit plan moet opgesteld worden met input van je kind (afhankelijk van leeftijd), de ouder, relevant schoolpersoneel en de diabetesverpleegkundige. Op het moment dat er iets verandert in de behandeling moet ook het persoonlijk diabeteszorgplan herzien worden. Herziening zal minimaal jaarlijks nodig zijn om het plan actueel te houden.

4 Ondersteun schoolpersoneel in het bekwaam worden rondom de benodigde diabeteszorg op school

Welke rol je als ouder in de training en voorlichting van het schoolpersoneel zal hebben hangt af van een aantal factoren. Ten eerste hangt het af van of het schoolpersoneel medische handelingen zal verrichten of niet (insuline toedienen en eventueel infuussetje vervangen). Als de school medische handelingen gaat verrichten adviseren wij in ieder geval de eerste keer om de diabetesverpleegkundige te vragen om het personeel bekwaam te maken. Je rol als ouder is dan voornamelijk ondersteunend. Gaat het om niet medische handelingen, dan kan je er natuurlijk nog steeds voor kiezen om je door je diabetesverpleegkundige te laten helpen maar je kan er ook voor kiezen om het zelf te doen. Veel diabetesklinieken verzorgen speciale bijeenkomsten om schoolpersoneel voor te lichten. Vraag daar specifiek naar en motiveer het schoolpersoneel om daarin te participeren.
Ten tweede hangt het af van de leeftijd van je kind, welke diabeteszorg je kind zelf al kan en wil verzorgen en waarin hij afhankelijk is van begrip en support van het schoolpersoneel. En misschien wel welke rol je kind wil in het voorlichten van het schoolpersoneel.

Tijdens de bijeenkomst met school zal jij, eventueel met je diabetes-verpleegkundige, in overleg met school beslissen over de volgende punten:

- Wie kunnen we bekwaam maken om medische handelingen te verrichten (indien nodig)? Wie wil dit vrijwillig op zich nemen? En wie wil de back-up zijn voor het geval van afwezigheid? Wanneer kunnen zij getraind worden? Zorg dat de training is afgerond ruim voordat je kind (weer) naar school gaat, zodat eventuele problemen die eventueel ontstaan nog aangepakt kunnen worden.
- Wanneer kan het schoolpersoneel teambreed worden voorgelicht over diabetes in het algemeen en de benodigde diabeteszorg op school?
- Wanneer kunnen de vaste leerkrachten van je kind voorgelicht worden over wat er van hun in de klas verwacht wordt rondom de benodigde diabeteszorg?
- Welke training of voorlichting is er nodig? Dit hangt natuurlijk af van wat je kind zelf kan en wat er van school verwacht wordt. Hieronder vind je een lijst van mogelijke onderwerpen.

Koolhydraten tellen

Denk aan:

- Wat zijn koolhydraten? Leg uit wat koolhydraten zijn. Soms worden koolhydraten nog weleens verward met calorieën. Of er wordt alleen aan de koolhydraten in voedingsmiddelen met suiker gedacht en bijvoorbeeld niet aan brood, melk of fruit.
- Wie doet dit? Voor al de tussendoortjes en maaltijden die je kind meegeeft, kan je het zelf doen en het met bijvoorbeeld stickers erop schrijven. Voor (onverwachte) traktaties op school kan je kind het misschien zelf berekenen met of zonder hulp van de leerkracht.
- Hoe tel je koolhydraten? Een kort overzicht van zoete en hartige traktaties kan handig zijn of het gebruik van een koolhydraten-app op de telefoon van de leerkracht of je kind. Doe ook dit in overleg.

Hypo en hyper

Schoolpersoneel zal moeten weten:

- Redenen waarom je kind een hypo kan hebben, zoals; niet genoeg eten, meer beweging/sport dan voorzien, te veel aan insuline.
- Redenen waarom je kind een hyper kan hebben, zoals; meer eten dan gebruikelijk, niet zo actief zijn als voorzien, niet genoeg insuline, pompdefect, stress of ziek zijn.
- Wat zijn de hypo/hyper symptomen van je kind? Met andere woorden: waaraan zou je kunnen zien dat je kind een hypo of hyper heeft en kan je kind deze zelf herkennen?
- Hoe een hypo/hyper behandeld moet worden. Inclusief welke hypo suiker de voorkeur heeft, welk bijspuitschema bij een hyper er gehanteerd moet worden en in welke gevallen jij gebeld moet worden.

Bloedglucose meten

Schoolpersoneel zal moeten weten:

1. Waarom is meten belangrijk? Het is belangrijk om dit uit te leggen aan het schoolpersoneel, zodat zij ervan bewust zijn dat deze metingen jou of je kind helpen in het nemen van beslissingen hoe en wanneer te handelen
2. Vertel wat het doelbereik van de bloedglucosewaarden van je kind zijn. Leg uit wat er nodig is wanneer de bloedglucosewaarden buiten dit bereik vallen, dus te hoog of te laag zijn.
3. Wie zal dit in de gaten houden? Doet een personeelslid dit of doet je kind dit zelf?
4. Waar zal het meten plaatsvinden? Jij en je kind kunnen er de voorkeur voor hebben om het testmateriaal altijd in de buurt van je kind te houden, en te testen waar je kind zich dan ook op dat moment bevindt. Het kan ook zijn dat je het juist in een daarvoor aangewezen aparte ruimte prettiger vindt. Jullie voorkeur kan anders zijn dan die van school. Wees voorbereid jullie voorkeur goed te kunnen onderbouwen met een uitleg waarom jullie voorstel het beste is voor je kind.

Insuline

Schoolpersoneel zal moeten weten:

- Hoe wordt de insuline toegediend? Met pen of pomp?
- Wie dient de insuline toe? Wat kan je kind zelf. Welke ondersteuning heeft je kind nodig? Dat kan bijvoorbeeld variëren van het toedienen, tot het uitrekenen van hoeveelheid of tot het helpen herinneren.
- Wanneer heeft je kind insuline nodig? Bij maaltijden, tussendoortjes en correcties van bloedglucose.

Noodgevallen

Schoolpersoneel zal moeten weten hoe te handelen bij de volgende noodgevallen.

- Bij braken altijd ouders bellen.
- Bij bewusteloosheid. Eventueel uitleg over en protocol Glucagen toediening. In ieder geval 112 bellen met vermelding van bewusteloze leerling met diabetes en daarna ouders bellen.

5 Communiceer met school

Zorg dat school altijd de meest recente informatie heeft over de diabeteszorg van je kind. Informatie over elke verandering in diabeteszorg of over wat je kind daarin in nodig heeft, of dagelijkse gebeurtenissen die effect (kunnen) hebben op de diabeteszorg.

Je zal met het schoolpersoneel, de leerkracht van je kind en je kind zelf een voor ieder werkzame manier van communiceren moeten vinden. Meestal geldt :hoe korter de lijntjes hoe beter. Tegenwoordig is dit steeds makkelijker met mobiele telefoons en de mogelijkheid om een groeps-app aan te maken. Voor kinderen met diabetes wordt meestal een uitzondering gemaakt wat betreft het gebruik van mobiele telefoons op school en in de klas.
Wees duidelijk over de momenten en situaties waarin ze contact op moeten nemen met jou. Zorg dat je mobiele nummer voor geval van nood bij de relevante personen bekend is. Dit geldt ook voor een back-up nummer en persoon mocht je zelf niet bereikbaar zijn.

6 Zorg dat schoolpersoneel de juiste medicatie en diabetesspullen heeft

Zorg ervoor dat school altijd voldoende reservematerialen tot zijn beschikking heeft om alle afgesproken diabeteshandelingen uit te voeren. Check regelmatig of er voldoende voorraad is. Vervang materialen voordat ze verlopen zijn en neem materialen terug mee naar huis zodra ze niet meer nodig zijn of verlopen zijn. Zorg ervoor dat de benodigdheden op een vaste en veilige plek liggen.

7 Voorzie school van specifieke informatie en advies rondom sportdagen, schoolreisjes, schoolkampen, toetsen enzovoort

Ervaring leert dat speciale dagen, speciale aandacht vragen. Die speciale aandacht is zowel van te voren nodig als op de dag zelf. Het beste is daarom vooraf deze activiteiten en dagen door te spreken. Belangrijk punten daarbij zijn: Wat is er nodig en wie is waarvoor verantwoordelijk.

Sportdagen, schoolreisjes, schoolkampen en andere buitenschoolse activiteiten

Het uitgangspunt voor deze buitenschoolse activiteiten is dat je kind gewoon mee mag en kan doen met de anderen. Dat geldt ook voor schoolkampen. Je kind heeft misschien meer hulp nodig dan wat hij gewoonlijk op een schooldag nodig heeft. Bedenk goed welke specifieke hulp dat is. Bespreek dan met school hoe deze hulp en zorg ingevuld kan worden en door wie. Het kan zijn dat de school ervan uitgaat of eist dat je als ouder meegaat. Bespreek waarom ze dat prettig vinden, wat jouw mogelijkheden als ouder(s) zijn en wat de voorkeur van je kind zelf is.

De school informeren over (Cito)toetsen en diabetes

Ten eerste is het belangrijk dat het schoolpersoneel begrijpt wat de invloed is van een te lage of te hoge bloedglucosewaarden op je kind. Een kind met te hoge of te lage waarden kan zich minder goed of niet meer kunnen concentreren en daarom geen toets kunnen maken. Daarom is het belangrijk om altijd te meten voordat er getoetst gaat worden.
Is de bloedglucose waarde niet binnen de gewenste bandbreedte dan zal eerst de bloedglucose op peil moeten worden gebracht voordat je kind aan de toets kan beginnen. Het kan zijn dat er extra tijd nodig is om een toets goed te kunnen afronden. Laat door je zorgteam een brief ondertekenen waarin toestemming aan de school gevraagd wordt om extra tijd te krijgen.

Daarnaast is het belangrijk dat iedereen er van op de hoogte is dat je kind altijd de bloedsuikermeter, een pakje dextro of sap bij de hand mag houden en gebruik mag maken van het toilet.

Leg, bij voorkeur, al de gemaakte afspraken rondom schoolreisjes, schoolkampen, sportdagen en toetsen vast in bijlagen van het persoonlijk diabeteszorgplan.

Wat maakt het voor kind, ouder en school zorgeloos?

Ieder kind verdient het om zorgeloos naar school te kunnen gaan. Dat geldt ook voor kinderen met diabetes. Om dat mogelijk te maken, is het belangrijk dat zowel school als ouders de volgende uitgangspunten delen:

- Een kind met diabetes type 1 hoort in het regulier onderwijs thuis
- Elk kind met diabetes type 1 participeert in elk deel van het school curriculum, dus ook in activiteiten buiten school zoals sportdag, schoolreisjes of schoolkampen.
- Elk kind met diabetes type 1 krijgt de gelegenheid om insuline toe te dienen, in het openbaar of privé, afhankelijk van hun eigen voorkeur.
- Kinderen met diabetes type 1 worden begeleid wanneer ze een hypo hebben en mogen altijd eten en drinken om een hypo te voorkomen of te behandelen.
- Kinderen met diabetes type 1 mogen altijd hun bloedglucose meten of insuline toe dienen of voor hun eigen diabetes spullen zorgen.
- De school, de ouders en de gemeentelijke instanties zoals thuiszorg zorgen er samen voor dat een kind met diabetes type 1 op school de zorg krijgt die het nodig heeft.
- Van geen enkele ouder kan verwacht worden om standaard binnen afzienbare tijd op school aanwezig te zijn om diabeteszorg te verlenen, behalve als dit de nadrukkelijke wens van de ouders zelf is.
- Elk kind met diabetes type 1 heeft een jaarlijks herzien persoonlijk diabeteszorgplan dat precies uiteenzet welke diabeteszorg het kind nodig heeft en wie daarbij helpt.
- Ouders voorzien de school van de meest recente informatie en alle medische benodigdheden wat betreft diabeteszorg voor hun kind.
- Al het schoolpersoneel weet hoe ze moeten handelen in geval van nood.

Een zin langer maken

- De continuïteit van de benodigde diabeteszorg tijdens de school-loopbaan, is te allen tijde gewaarborgd.
- Bij toetsen wordt vooraf overeengekomen hoe er gehandeld wordt. School, het kind en de ouders beslissen dit samen en de afspraken worden opgenomen in het persoonlijk diabeteszorgplan.
- School en ouders maken afspraken over een duidelijke methode van communiceren.
- Het kind met diabetes wordt actief betrokken in alle te maken plannen, zijn inbreng weegt zwaar mee.

Of je nu aan de ouder, de leerkracht of de schooldirectie vraagt wat het zorgeloos maakt, is het opvallende dat de antwoorden vrijwel hetzelfde zijn. Wat voor een ouder zorgeloos maakt, is vaak hetzelfde als voor de leerling, net als voor de leerkracht of schooldirectie. Uit onze ervaringen uit de dagelijkse praktijk zijn de volgende aandachtpunten voortgekomen.

Denk in mogelijkheden en oplossingen
Als schooldirectie, leerkrachten en ouders samen in mogelijkheden en oplossingen denken, blijken er allerlei innovatieve oplossingen mogelijk te zijn. Deze zijn uniek en daardoor passend voor hun gezamenlijke specifieke situatie. Op onze website staan een aantal mooie filmpjes van verschillende oplossingen op maat.

Open dialoog tussen ouders en school
Wees open in waar je je zorgen over maakt of wat je eng vindt. Wees ook open over wat er goed gaat en over wat je van elkaar nodig hebt. Dat is nodig om wederzijds vertrouwen te laten groeien. Hoe korter daarbij de lijnen tussen ouder-kind-school, hoe beter het gaat. Maak hierbij gebruik van alle moderne communicatie-mogelijkheden (mobiel, app etc.).

Teambrede aanpak

Werk samen met de directie en het lerarenteam. Met een teambrede aanpak voelt niemand zich er alleen voor staan en wordt de verantwoordelijkheid gedeeld. De school, de ouders en eventuele instanties zoals thuiszorg zorgen samen dat een kind met diabetes type 1 op school de zorg krijgt die hij nodig heeft. Investeer bij de start in tijd en inzet van ouders en school samen. Ervaring leert dat de investering tijdens de eerste weken van zowel school als ouders zich dubbel en dwars uitbetaalt tijdens de rest van het schooljaar en zelfs de jaren erna.

Het persoonlijk diabeteszorgplan

Zet helder en nauwkeurig de diabeteszorg van jouw kind uiteen in het persoonlijk diabeteszorgplan en wie daarbij helpt. Herzie dit plan jaarlijks en vul het aan met concrete afspraken over sport, traktaties, schoolreisjes, kampen en toetsen.

Informatie over medische zorg

De samenwerking tussen de ouders en de school is productiever wanneer ouders de school goed en op tijd voorzien van de meest recente informatie en alle medische benodigdheden wat betreft diabeteszorg voor hun kind.

Continuïteit

Waarborg de continuïteit van de benodigde diabeteszorg, door wie die ook verleend wordt.

Afspraken over een noodsituatie

Zorg ervoor dat behalve de leerkracht zelf, weten ook alle bedrijfshulpverleners op school weten hoe ze moeten handelen in geval van nood. Meer praktische tips voor de dagelijkse praktijk in de klas, staan achterop het persoonlijk diabeteszorgplan.

ZORGELOOS
MET
DIABETES
NAAR
SCHOOL