

# PERSOONLIJK DIABETES ZORGPLAN

Naam:  
 Klas:  
 Moeder mobiel:  
 Vader mobiel:  
 Diabeteszorgteam tel:

- Insuline pen
- Insuline pomp
- Sensor
- ....



GEVOEL	bloedglucose WAARDE	ACTIE	KIND ZELF	SUPERVISIE leerkracht	DOOR:.....
<input type="checkbox"/> Overgeven <input type="checkbox"/> .....	<b>HOOG/HYPER</b>	<input type="checkbox"/> ouder bellen			
		<input type="checkbox"/> als ouders niet bereikbaar diabetesteam bellen			
		<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/> 'rot' voelen <input type="checkbox"/> erge dorst <input type="checkbox"/> veel plassen <input type="checkbox"/> hoofdpijn <input type="checkbox"/> misselijk <input type="checkbox"/> ..... <input type="checkbox"/>	<b>22</b>	<input type="checkbox"/> ouder bellen			
		<input type="checkbox"/> insuline toedienen			
		<input type="checkbox"/> na... min. nog een keer meten			
<input type="checkbox"/> dorst <input type="checkbox"/> vaker plassen <input type="checkbox"/> warm <input type="checkbox"/> ..... <input type="checkbox"/>	<b>16</b>	<input type="checkbox"/> insuline toedienen			
		<input type="checkbox"/> na ... min nog een keer meten, dan niet gezakt ouders bellen			
		<input type="checkbox"/>			
<b>prima</b>		<b>8</b>	<b>niets doen</b>		
		<b>4</b>			
<input type="checkbox"/> koud <input type="checkbox"/> 'rot' voelen <input type="checkbox"/> honger <input type="checkbox"/> wit, bezweet <input type="checkbox"/> ..... <input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> .. dextro of pakje .....			
		<input type="checkbox"/> niet alleen laten			
		<input type="checkbox"/> ouder bellen			
<input type="checkbox"/> heel 'rot' voelen <input type="checkbox"/> slaperig <input type="checkbox"/> verward praten/ handelen <input type="checkbox"/> buikpijn, misselijk <input type="checkbox"/> wit, bezweet <input type="checkbox"/> .....	<b>2</b>	<input type="checkbox"/> .... dextro of pakje .....			
		<input type="checkbox"/> niet alleen laten			
		<input type="checkbox"/> ouder bellen			
<input type="checkbox"/> bewusteloos <input type="checkbox"/> .....	<b>LAAG/HYPO</b>	<input type="checkbox"/> pomp afkoppelen of slang door knippen			
		<input type="checkbox"/> 112 en daarna ouders bellen			
		<input type="checkbox"/> zeg diabetespatient bewusteloos			
		<input type="checkbox"/>			
<b>Bij overgeven altijd ouder bellen</b>		<b>Bij bewusteloosheid altijd 112 en daarna ouder bellen</b>			

### Bijlagen instructies over

- inspanning: gymnastiek en buitenspelen
- Eten en drinken: tussendoortjes, lunch en traktaties
- .....
- Bediening: pen, pomp, sensor, glucagen
- Glucagen toedienen
- .....

## Tips voor in de klas

Het Persoonlijk Diabeteszorg Plan geeft je gedetailleerde informatie over welke diabeteszorg jouw leerling met diabetes nodig heeft, wat hij zelf kan en van welke hulp hij afhankelijk is van anderen en wat daarin van jou als leerkracht wordt verwacht.

Wat hier volgt zijn acht praktische tips die gelden voor elk kind met diabetes waarmee je samen met jouw leerling en de ouders goed van start kan gaan.

1. Dingen veranderen snel. Bloedsuikers gaan hun eigen gang. Welke bloedsuiker het kind bij het binnenkomen op school heeft, zegt weinig over tien minuten erna. Kinderen schieten van hoog naar laag en omgekeerd, door ontelbare en elkaar beïnvloedende factoren waar zelfs wetenschappers hun vinger niet op kunnen leggen.
2. Bloedsuikerwaarden op zichzelf zijn niet slecht of goed, ze zijn wat ze zijn. Het kind functioneert het beste bij waarden die binnen de streefwaarden vallen. Daarnaast is dit het beste voor de gezondheid op lange en korte termijn. Maar het zijn geen rapportcijfers. De cijfers geven simpel informatie om naar te handelen. Als ze te hoog zijn en dus een hyper hebben, heeft het kind insuline nodig en is het goed om water te drinken. Zijn ze te laag en een hypo hebben, dan heeft het snel werkende suikers nodig en na een tijdje nog een re-check. Zijn ze binnen de streefwaarden dan hoeft er niets te gebeuren.
3. Het lichaam van een kind met diabetes functioneert anders. Hij of zij zal vaker dan gebruikelijk, iets eten, drinken of naar de wc gaan afhankelijk van de suikerwaarden. Geef het kind de ruimte en flexibiliteit om dat mogelijk te maken.
4. De manier waarop het kind zich gedraagt en eruit ziet bij hoge of lage bloedsuikers is anders, maar veel symptomen lijken op elkaar. Vertrouw op je intuïtie als het er niet goed uitziet. Vraag om te testen als je twijfelt.
5. Het is goed mogelijk dat het kind niet vertelt hoe hij/zij zich voelt omdat hij/zij zich schaamt of zich al te slecht voelt om adequaat te kunnen reageren. Neem zelf het initiatief en vraag en/of check hoe het gaat.
6. Het kind kan eten wat de andere kinderen ook eten maar wel met wat extra planning. De koolhydraten moeten namelijk geteld worden en daarvoor de juiste hoeveelheid insuline op tijd worden gegeven. Het gebruik van Google of een koolhydraten app zijn daarbij heel handig.
7. De ouder brengt een doos met snelle suikers en diabetesreserve spullen mee voor op school. Hou deze altijd bij de hand. Neem de snelle suikers ook mee naar gymnastiek en zwemmen want dan is de kans op lage bloedsuikers groter.
8. Het belangrijkste is dat je weet dat de ouders jou als partner zien in de ontwikkeling van hun kind zodat hij 'gewoon' leerling kan zijn als alle anderen. Heb je zorgen of vragen, laat het hun weten, dat doen zij ook. Waarschijnlijk zullen jullie meer dan gemiddeld met elkaar contact hebben en zo maken jullie er samen een succesvol jaar van!

## Wat is diabetes?

Diabetes is een levenslange aandoening. Het hebben van diabetes heeft een behoorlijke impact op het dagelijks leven van de leerling thuis én op school. Daarom is het belangrijk voor het schoolpersoneel, zowel de directie als de betreffende leerkrachten, te begrijpen wat diabetes is. Op die manier weet u waar rekening mee gehouden dient te worden op school en in de klas.

Mensen met diabetes maken geen of te weinig insuline aan. Hierdoor stijgen de glucose waarden in het bloed stijgen. Insuline is nodig om de cellen in het lichaam te voorzien van brandstof. Als er onvoldoende insuline is, blijft de suiker in het bloed met als gevolg een hoge bloedsuiker, terwijl de cellen juist een tekort aan suiker hebben met als gevolg dat het lichaam niet goed kan functioneren. Van invloed op de hoogte van bloedsuiker zijn de hoeveelheid suiker (koolhydraten) in het eten, de insuline dosering, inspanning, beweging, stress en ziekte. Waarom iemand diabetes krijgt is nog niet precies bekend en het is ook nog niet te genezen maar gelukkig wel te behandelen.



## Ruimte voor opmerkingen