



# Diabeteshoitajat ry

## Jäsenkirje 2 / 2014

---

Tässä numerossa :

Pääkirjoitus

Tampereen Diabeteshoitajapäivien jäsenkyselyn tuloksia

Tervehdys SFDS:n (Svenska Förening för sjuksköterskor i diabetesvård) symposiumista Tukholmasta

Hälsningar från SFDS` s symposium i Stockholm

FENDin Endcup -koulutus odottaa Sinua !

Koulutuskalenteri 2014-2015

---

## Pääkirjoitus:

Huomenna on viimeinen työpäivä ennen kesälomaa. Aamulla töihin lähtiessä haaveilin vielä, että otan huomenna pankkipäivän. Tämä työpäivä oli kuitenkin sellainen, ettei tarvitse mennä pankkitilin tunteja tuhmaamaan, paljon jäi huomiseksi rästää, en aio kuitenkaan huomenna pankkitiliä kerryttää.

Moni on jo ansaitun kesälomansa aloittanut, moni on samassa tilanteessa kuin minä ja loput odottelee ja toivoo säiden lämpiämistä ennen loman alkua. Minä suuntaan mökille, oli keli mitä tahansa.

Loman odottamiseen liittyy ainakin minulla myös menneen työjakson miettiminen. Diabeteshoitajien päivät ovat varmasti työntäyteisiä eikä potilaat ja heidän ongelmansa tunnu vähenevän, päinvastoin. Huhtikuussa pidetyillä perinteisillä Diabeteshoitajien koulutuspäivillä monet hoitajat olivat hakemassa potkua työpäiviinsä uuden opin ja vanhan kertaamisen merkeissä. Useita diabeteshoitajia oli myös toukokuussa Kansallisessa Diabetesfoorumissa osallistumassa. Molempien koulutuspäivien luentojen yhteenvetoja voi käydä katsomassa koulutuspäivien nettisivuilta. Koulutuspäivien tiedollisen annin lisäksi on kollegojen tapaaminen aina virkistävää ja itse olen sitä mieltä että hoitajakin tarvitsee vertaistukea.

Diabeteshoitajien koulutuspäiviltä saimme kiitettävän määrän palautteita ja niiden mukana myös paljon hyviä aiheita seuraavia koulutuspäiviä ajatellen. Seuraavat koulutuspäivät järjestetään Helsingissä 16.4. – 17.4.2014 ja koulutustyöryhmä yhdessä hallituksen kanssa työskentelee jo niiden eteen. Ohjelmaa hahmotellaan pikkuhiljaa ja syyskuussa alustava ohjelma aiheiden osalta lyödään lukkoon. Vielä ehtii vaikuttaa ohjelmaan ja voi laittaa viestiä hyvistä aiheista ja luennoitsija toiveita sähköpostitse hallitukselle [tiedotus@diabeteshoitajat.fi](mailto:tiedotus@diabeteshoitajat.fi).

**Toukokuussa oli Diabetesliiton liittokokous ja siellä tehtiin liiton sääntöihin varsin merkittävä muutos. Sääntömuutoksen perusteella liittovaltuusto lopetetaan, liiton hallitusta vahvistetaan ja liiton vuosittaisesta liiton kokouksesta tulee päättävä kokous.**

**Diabetesliitolla on myös uusi toiminnanjohtaja Janne Juvakka aloittanut toukokuussa pitkäaikaisen toimitusjohtajan jäädessä kesällä eläkkeelle. Diabeteshoitaja Riitta Pajarinen jatkaa liiton puheenjohtajistossa ja hallituksessahan meillä on edustajana Marja Rautavirta. Ensi vuosi tulee olemaan myös juhlavuosi. Diabetesliitto täyttää 60 vuotta ja Diabeteshoitajat ry. 30 vuotta.**

**Hyvää ja virkistävää kesää kaikille, malttakaa levätä niin sitten taas jaksaa pitkän syksyn ja talven yli.**

**Näillä mietteillä siirryn kesälaitumille**

*Ritva*

---

## Diabeteshoitajapäivät Tampereella 3.-4.4.2014 jäsenkyselyn tuloksia

Kiitämme Jäsenkyselyyn vastanneita arvokkaasta palautteestanne.  
Yleisarvosanaksi saimme : hyvä (65% vastanneista).

Mielenkiintoisimpana aiheena koettiin luennot : Ikääntyvä diabeetikko, Suojaruokaa munuaisille sekä Diabeteksen käypä hoito-suositus 2013. Myös luento hypokoirasta mainittiin tässä yhteydessä. Näyttely sai arvosanan: hyvä (57% vastanneista). Käytännön järjestelyihin oltiin tyytyväisiä. 61% vastanneista koki saavansa hyötyä koulutuksesta käytännön työhönsä.

Päivien luennot ovat nähtävillä sivuillamme: [www.diabeteshoitajat.fi](http://www.diabeteshoitajat.fi)

Pyrimme kehittämään seuraavista koulutuspäivistämme vieläkin parempia ja antoisampia. Ehdotuksia seuraaviksi luentoaiheiksi otamme mielellämme vastaan sähköpostitse : [tiedotus@diabeteshoitajat.fi](mailto:tiedotus@diabeteshoitajat.fi) , ehdotukset sopivista luennoitsijoista ovat tietenkin myös tervetulleita !  
Seuraavat koulutuspäivät pidetään huhtikuussa 2015 Helsingissä juhluvuotemme tunnelmissa !



---

## Tervehdyksiä

### Lämpimät terveiset Tukholmasta SFSD:n symposiumista

Samaan aikaan ,kun Suomessa diabeteshoitajat tapasivat Tampereella Diabeteshoitajapäivillä 3.-4.4.2014, osallistuimme Ruotsin Diabeteshoitajapäiville (SFSD Symposium) Tukholmassa Norra Latinin kongressikeskuksessa. Osallistujia päivillä oli n. 330.

Toimimme päätoimisina diabeteshoitajina Vaasan Sairaanhoidopiirissä ja mukanaamme oli myös Vshp:n Direva-rekisterin hoitaja. Päivittäin tapaamme sekä suomen- että ruotsinkielisiä diabeetikoita. Olemme iloisia saadessamme mahdollisuuden osallistua koulutuksiin myös Ruotsissa omalla äidinkielellämme.

Päivien sisältö oli monipuolinen.

Alkuun saimme kuulla tri Peter Adolfssonilta uutta tekniikan hyödyntämisestä diabeteksen hoidossa, varsinkin insuliinipumppuhoidossa. Tätä aikaa ovat mm. älypuhelimien erilaiset "Appit" myös diabeteksen hoidossa ([www.diabetesappar.se](http://www.diabetesappar.se)).

Jälleen keskustelua herätti monikulttuurinen kohtaaminen. Haasteita luovat eri kulttuureista tulevien diabeetikoiden kulturelliset, kielelliset sekä mm. perhesuhteisiin liittyvät erot. Erot sairauskäsityksestä, hyvinvoinnista yleensä sekä sukupuolten välisestä tasa-arvosta aiheuttavat hoitajille haasteita. Samoin päivärytmin erilaisuus tai uskonnolliset arvot on huomioitava hoidossa.

Henrik Karlsson-Nääs kertoi Diabeetikkona meille kokemuksiaan ja käytännön vinkkejä diabeetikon aktiivisessa treenauksessa.

Kuulimme Ruotsin Diabetesrekisterin (Nationella Diabetesregistret) kuulumisia. Rekisteri toimii apuna diabeteksen hoidon laadun seurannassa ja asettaa tavoitteita hoidolle. Se toimii mittarina hoidon laadun arvioinnissa Ruotsin eri sairaanhoitoalueilla (landsting). Kaikki diabeetikot Ruotsissa rekisteröidään tähän rekisteriin. Myös meillä Vaasassa toimii oma diabetesrekisteri Direva. Rekisteröitynä Vshp:ssä on tällä hetkellä n. 5000 diabeetikkoa.

Refleктоiva opetus (guided selfdetermination) antoi meille ajateltavaa diabeteksen opetukseen. Tämä opetusmetodi pohjautuu Zoffmanin kommunikaatiomalleihin (2008) : peilaus, aktiivinen kuuntelu, itsearvostus (capability approach), yksilöön keskittyvä hoito. Ihminen on nähtävä sairauden takana ja hän itse osallistuu aktiivisesti hoitonsa suunnitteluun, toteutukseen ja tavoitteiden luomiseen. Hän myös arvioi tavoitteidensa saavuttamista yhdessä hoitajan kanssa. Ruotsissa toimii Göteborgissa hoitokeskus, jossa toteutetaan ko. potilaskeskeistä hoitoa aktiivisesti.

Psykoterapeutti Egon Rommendahl kertoi hausalla ja elävällä tavalla "hyvästä kohtaamisesta" (Det goda mötet). Ihmisten kanssa työskennellessämme tarvitsemme tietojemme täydentämistä ja uusia ajatuksia kehittyäksemme ja innostuaksemme yhä uudelleen. Eri ajat ja eri tilanteet vaativat erilaista koulutusta ja osaamista. On oltava kriittinen ajatuksissaan, kyseenalaistettava asioita. On oltava utelias ihmisestä, jonka tapaa ja tehtävä jatkuvaa itsearviontia hoitajana sekä ihmisenä. Tämä luento jäi erityisesti mieleemme! ([www.rommendahl.nu](http://www.rommendahl.nu)).

Postereita oli nähtävillä 8 kpl. Useissa oli aiheena hypoglykemiaan liittyvät asiat. Yhteistyön kehittäminen kotisairaanhoidon kanssa oli näkyvästi esillä myös. Posterissa kehitysprojekti "Toivomuspuu" tavoitteena nähtiin diabeetikon aktivoituminen omaan hoitoonsa. Kansallinen Diabetesrekisteri toi posterissaan esille uuden kyselykaavakkeen kehittämisen, joka avautuisi enemmän potilaan näkökulmasta (capability approach).

SFSD:n päivät tavoittivat hyvin päivien idean "**Diabetes i tiden**". Saimme paljon uusia ideoita ,kuinka jokainen itse ja yhdessä voimme kehittyä ja kehittää saavuttaen uusia tavoitteita; unohtamatta visioita yhteisestä ammatillisesta toiminnasta perusterveydenhuollossa sekä erikoissairaanhoidossa erikoisosaamisalueellamme.

Yhteinen iltatilaisuus kruunasi päivät. Meitä viihdyttämässä oli 4 nuoren näyttelijän ryhmä, joka oli paneutunut hienosti ammattimme arkeen ja tyypillisiin tilanteisiin huumorilla höystettynä. Saimme myös kunnian istua Ruotsin vuoden Diabeteshoitajan ja posterien voittajan Märta Sjölanderin (Universitet sjukhus Örebro) kanssa samassa pöydässä. Koimme hienolla tavalla kuinka Diabeteshoitajien yhteistyö jatkuu maamme rajojenkin ulkopuolelle ja kuinka muuallakin Diabeteshoitajat ovat oman alansa asiantuntijoita ja hienoja ihmisiä!

Terveisin : Sonja Paulaharju, Johanna Lindman-Jusslin, Lisa Sundman sekä Päivi Lehtimäki

## **Varma hälsningar från SFSD ´s Symposium i Stockholm 3-4.4.2014**

Vid samma tidpunkt som diabetesskötardagarna i Tammerfors, deltog vi i Svenska Diabetessköterskedagarna (SFSD Symposium) i Stockholm. Deltagarantalet var ca 330 pers.

Vi som deltog arbetar som heltids diabetesskötare vid Vasa Centralsjukhus och Vasa hälsovårdscentral, en av oss är ansvarig registerskötare i Direva (Diabetesregistret i Vasa). Dagligen träffar vi både svenskspråkiga och finskspråkiga diabetiker, därför är vi glada att vi fick tillfälle att delta i dessa skolningsdagar på vårt eget modersmål.

Skolningsdagarnas innehåll var mångsidigt och inspirerande och gav många nya infallsvinklar inom temat Diabetes i tiden. Läkare Peter Adolfsson berättade om nya tekniska hjälpmedel i diabetesvården, främst inom insulinpumpvård. Applikationer (Appar) blir allt vanligare att använda som stöd för diabetesegenvården i olika sammanhang. ([www.diabetesappar.se](http://www.diabetesappar.se))

Diskussion väcktes i frågor som berör mångkulturella möten. Utmaningar uppkommer ofta i samband med frågor som berör familjerelationer, kulturella eller språkliga skillnader. Det framkommer skillnader i sjukdomsinsikt, livskvalitet och jämlikhet mellan könen. Vården bör även beakta skillnader i dygnsrytm och religiösa värderingar hos patienterna.

Diabetiker Henrik Karlsson-Nääs berättade om sina upplevelser och gav praktiska tips inom aktiv fysisk träning.

Vi hörde nyheter från det Nationella Diabetesregistret. Det fungerar bland annat som hjälpmedel i kvalitetsuppföljning av diabetesvården och ger gängse vårdrekommendationer. Det är en mätare i vårdkvalitetsuppföljning mellan Sveriges olika landsting. Alla diabetiker registreras i detta register. Vasa sjukvårdsdistrikt har även ett diabetesregister Direva. I registret är ca.5000 diabetiker registrerade.

Föreläsningen om reflekterande inlärningsmetod (guided selfdetermination) hos ungdomar gav oss mycket att tänka på. Denna inlärningsmetod baserar sig på Zoffmans kommunikationsmodell (2008) : spegling, aktivt lyssnande, själv värdering (capability approach) och personcentrerad vård. Vi som vårdpersonal måste se personen bakom sjukdomen och få honom att delta aktivt i sin vårdplanering och implementera diabetesvården i sin vardag. Tillsammans med sin diabetesskötare uppgöres mål och delmål, samt utvärdering. I Göteborg finns ett vårdcentrum som aktivt förverkligar patientcentrerad vård med goda resultat.

Psykoterapeut Egon Rommendahl berättade på ett trevligt och levande sätt om "Det goda mötet". Vi som arbetar med människor behöver kontinuerligt ny kunskap och nytänkande för att få inspiration och ny idéer i mötet med våra patienter. Man måste vara kritisk i sina tankar och ifrågasättande. Man bör våga vara nyfiken på människan man möter och göra egen kontinuerlig utvärdering av sig själv som skötare och människa, vilket poängterades och lyftes fram av föreläsaren. ([www.rommendahl.nu](http://www.rommendahl.nu)). Föreläsningen gjorde stort intryck på oss.

Posterutställningarna var 8 till antalet. Ämnen på utställningen var hypoglykemi, samarbetet med hemsjukvård och "Önsketrädet" vars mål var att aktivera diabetiker till egenvård. Det Nationella Diabetesregistrets poster berörde en utvecklingsblankett vars mål är att lyfta fram den personcentrerade vården genom capability approach.

Temat för dagarna var "**Diabetes i tiden**". Vi fick många nya tankar om hur vi själva och tillsammans kan utveckla och använda våra kunskaper, genom att skapa nya mål och visioner i vårt professionella arbete inom primär- och specialsjukvården inom vår specialitet.

Den gemensamma kvällsfesten krönte dagarna med en lättsam underhållande stämning. Fyra unga skådespelare underhöll oss med sketcher av typiska situationer mellan sköterskor och diabetiker. De var väl insatta i vårt vardagliga arbete på ett humoristiskt sätt.

Under kvällsfesten fick äran att sitta vid samma bord som årets diabetessköterska i Sverige Märta Sjölander (Universitet sjukhus Örebro). Hon var även vinnare av årets posterpresentationer. Vi fick uppleva ett givande samarbete mellan länderna och samtidigt fick vi nya bekanskap och kontakter med diabetessköterskor i Sverige.

Hälsningar från : Sonja Paulaharju, Johanna Lindman-Jusslin, Lisa Sundman och Päivi Lehtimäki



[www.swenurse.se/diabetesnurse/](http://www.swenurse.se/diabetesnurse/)



---

## FENDin Endcup -koulutus odottaa Sinua !

---

FEND (Foundation of European Nurses in Diabetes) on diabeteshoitajien organisaatio Euroopan alueella. Se järjestää diabeteshoitajille monia koulutusmahdollisuuksia mm. Endcup-koulutusta täydentääkseen diabeteshoitajien osaamista ja ammattitaidon esilletuomista.

Jo noin 100 diabetestyötä tekevää hoitajaa ympäri Eurooppaa on osallistunut ko. koulutukseen ja olleet tyytyväisiä saamaansa opetukseen ja kokemukseen. Koulutus on kehitetty yhteistyössä usean eurooppalaisen yliopiston kanssa : University Automata, Barcelona ; University of Uppsala sekä Roehampton University, London. Koulutus kestää perusosioltaan n. 2 vuotta ja sen suoritetaan pääosin internetin välityksellä (e-learning) ja lisäksi koulutukseen sisältyy 2 lähiopetusjaksoa Lontoossa (5 päivää /kerta). Matkat ja hallintomaksun opiskelija kustantaa itse, mutta Fendin kautta järjestetään majoitus sekä ruokailut.

Pääsyvaatimukset Endcup -koulutukseen:

- rekisteröity sairaanhoitajan, terv.hoitajan tai kättilön tutkinto
- vähintään 2 vuoden kokemus diabeteshoitotyöstä sekä väh. 50% omasta päivittäisestä työstä on diabeteshoitotyötä
- FEND:n jäsenyys
- kirjallinen sopimus työnantajan kanssa koulutukseen osallistumisesta opintojen mahdollistamiseksi
- Englannin kielen hyvä suullinen ja kirjallinen taito

Seuraava Endcup -koulutus alkaa 6.-10.7.2015 Lontoossa ja haku tapahtuu FEND:n sivujen kautta : [www.fend.org/projects/fend-endcup](http://www.fend.org/projects/fend-endcup) , haku umpeutuu 18.2.2015.

F E N D

Oma kokemukseni FEND: n Endcup -koulutuksesta on pelkästään positiivinen ! Itse lähdin siihen mukaan , koska opistotason koulutuksen omaavana "vanhana" hoitajana sain tätä kautta mahdollisuuden kehittää ammattitaitoani. Pätevyyteni diabeteshoitajana ja tuon ammattinimekkeen kantajana vahvistui ja sain monia uusia ystäviä diabeteshoitajista ympäri Eurooppaa ! Saimme perspektiiviä diabeteksen hoitoon Euroopan eri maissa ja kehitysideoita omaankin työhömmе. Opiskelu Englannin kielellä ei tuntunut hankalalta näin lukiopohjaltakaan ja sain tarvittaessa siihenkin apua kouluttajiltani. Sanakirja tuli kyllä tutuksi, mutta nykytekniikkaa siinäkin pystyy aika mukavasti hyödyntämään. Netin välityksellä eteeni avautui aivan uusi maailma ko. koulun kirjastoon ja muuhun oppimateriaaliin. En kokenut tietokoneen välityksellä tapahtuvaa yhteydenpitoa ongelmallisena ja tietokoneyhteydetkin toimivat hienosti! Sain apua opettajiltani myös ns. akateemiseen ilmaisuun, mistä olin kiitollinen. Nyt jatkan tutkimus-osioon mielenkiinnolla ja intoa täynnä! Rohkaisen Teitä, arvoisat kollegat, lämpimästi lähtemään mukaan Endcup-koulutukseen !

Päivi Lehtimäki

Diabetehoitaja/ Lasten pkl Vaasa  
tiedottajanne Diabeteshoitajat ry:ssä



## Koulutuskalenteri 2014 -2015

KOULUTUS	OHJELMA
Sisätaudit 14 9.-10.9.2014,Wanha Satama, Helsinki	<a href="http://www.wanhasatama.com/Sites1/SISATAUDIT/Sivut/default.aspx">http://www.wanhasatama.com/Sites1/SISATAUDIT/Sivut/default.aspx</a>
FEND kongressi 12.-13.9.2014,Wien,Itävalta	<a href="http://www.fend.org/node/114">http://www.fend.org/node/114</a>
Diabetes ja jalat, 22.9.2014,Helsinki Metropoli AMK	
Tyypin 2 diabeetikon haastava hoito, 29.9.-1.10.2014, Diabeteskeskus, Tampere	
Tyypin 1 hoidon tehostaminen, 27.-29.10.2014, Diabeteskeskus, Tampere	
Diabetes ja raskaus, 1.-2.12.2014, Diabeteskeskus, Tampere	
ISPAD Congress, 3.-6.9.2014, Toronto, Canada	<a href="http://www.ispad.org/2014/home">http://www.ispad.org/2014/home</a>
IDF- International Diabetes Congress, 30.11.-4.12.2015, Vancouver, Canada	<a href="http://www.idf.org/worlddiabetescongress/key-dates">http://www.idf.org/worlddiabetescongress/key-dates</a>

Hyvä Gollega,

oletko tehnyt kirjallisen työn/ tutkimuksen tai muun projektin Diabetekseen liittyen ja haluaisit jakaa sen gollegojesi kanssa ?  
Julkaisemme mielellämme sivuillamme / jäsenkirjeessämme meille kaikille tärkeitä uutisia / julkaisuja yms.

Ota rohkeasti yhteyttä : [tiedotus@diabeteshoitajat.fi](mailto:tiedotus@diabeteshoitajat.fi)



*Rentouttavia kesälomia ja lämpöisiä kelejä  
toivottaen:*

*Ritva, Tiina, Pirkko, Annikki, Eija, Tiina ja Päivi*

