



Diabeteshoitajat ry

## **DIABETESHOITAJAT RY JÄSENKIRJE 1/2012**

### **Sisällys**

Pääkirjoitus	2
Tampereen koulutuspäivien ohjelma 26.-27.4.2012	3-4
Koulutuspäivien hinnat Vuosikokouskutsu	5
Vuoden diabeteshoitaja Posterinäyttely FEND stipendi apurahat ja stipendit	6
Koulutuskalenteri	7
Terveisiä FEND:stä	8

## PÄÄKIRJOITUS

Vuosi 2011 on varmasti ollut työntäyteinen jäsenillemme. Haluaisinkin kiittää kaikkia diabetestyötä tehneitä hoitajia siitä suuresta panoksesta, jonka olette antaneet itse potilastyöhön. Haluan myös kiittää siitä työstä, jonka olette tehneet diabeteksen hoidon kehittämisen eteen. Olette hienosti jaksaneet pitää yllä diabetespotilaiden hoidon tärkeyttä niin perusterveydenhuollon kuin erikoissairaanhoidonkin puolella kaikista säästöpuheista ja tavoitteista huolimatta. Dehkon jälkeen on käynnistymässä iso "Yksi elämä" hanke Diabetesliiton, Aivoliiton ja Sydänliiton kanssa ja toivottavasti jaksatte olla myös tämän hankkeen toteutuksessa mukana yhtä hienosti kuin Dehkossakin. Ilman teidän työpanosta nämä hankkeet eivät toteudu.

Uusi vuosi on tuonut mukanaan paljon uudenvuoden lupauksia. Useat näistä koskevat henkilön oman terveyden edistämistä tai ylläpitoa. Asiakkaat ovat motivoituneita ja haluavat heti aloittaa erilaisissa ryhmissä, joissa liikutaan, laihdutaan, parannetaan sokeritasapainoa tai saadaan vertaistukea. Innostus menee helposti ohi kun vuosi etenee ja tämän innostuksen ja motivaation ylläpito on meille hoitajille ehkä suurin päivittäinen haaste. Miten saadaan potilaat sitoutumaan ryhmän toimintaan. Tämä haaste on myös meillä hallituksessa. Miten saadaan hoitajien hyvä sitoutuminen jatkumaan kokoajan paisuvassa työmäärässä ja -paineessa.

Diabeteshoitajien vuosittainen koulutuspäivä pidetään tänä vuonna Tampereella huhtikuussa. Koulutuspäivän myötä pyrimme vastaamaan jaksamisen haasteeseen. Olemme koonneet kattavan tietopaketin teiltä tulleista aiheista ja saaneet hyvät luennoitsijat paikalle. Diabeteshoitajien arvostuksesta kertoo mielestäni hyvin se, ettei koulutuspäivien luennoitsijoita ole kovin vaikea saada. Vankan tietopaketin lisäksi koulutuspäivät on sosiaalinen tapahtuma ja erinomainen tapa verkostoitua kollegoiden kesken ja myös päivittää alan tuotetietous laajassa näyttelyssä.

Monet diabeteshoitajat ovat olleet mukana erilaisissa projekteissa ja tutkimuksissa ja nyt on mahdollisuus tuoda näitä esittelevät posterit nähtäville. Koulutuspäivillä jaetaan Benecol-stipendi, jonka saaja on myös Vuoden Diabeteshoitaja. Jaossa on myös kolme Sanofin rahoittamaa FEND-stipendiä tänä vuonna Berliinissä pidettävää kongressia varten. Hallitus odottelee ehdotuksia ja hakemuksia molempiin. Niiden perusteella hallitus valitsee stipendin saajat ja vuoden diabeteshoitajan. Jäsentiedotteessa on edellisten FEND-stipendistien matkakertomus Lissabonista. Toivottavasti se laukaisee innostuksen hakemuksen jättämiseen.

Varsinaista koulutuspäivää edeltää Lillyn järjestämä Pre-Symposium. Sen ohjelma tukee hienosti koulutuspäivien teemaa.

Jäsentiedotteesta ja verkkosivuiltamme [www.diabeteshoitajat.fi](http://www.diabeteshoitajat.fi) löydät ohjeet koulutuspäivien ilmoittautumista varten.

Jäsenkirjeen mukana saat vuoden 2012 Diabeteshoitajien jäsenmaksulomakkeen. Maksua vastaan tilaamme Sinulle entiseen tapaan sekä Diabetes että diabetes ja lääkäri -lehdet. Jäsenenä pääset edullisemmin myös koulutuspäivillemme.

Toivottavasti tapamme koulutuspäivillä Tampereella

*Ritva Simonen*

puheenjohtaja, Diabeteshoitajat ry

## "ERITYISTILANTEET DIABEETIKON HOIDONOHJAUKSESSA"

### Diabeteshoitajien valtakunnalliset koulutuspäivät 26 -27.4.2012 Tampere, Tampere-talo

**Torstai 26.4.2012**

#### 8.00-10.00 ILMOITTAUTUMINEN JA KAHVI

##### Pieni sali

*Puheenjohtaja Ritva Simonen*

- 10.00-10.10 Koulutuspäivien avaus  
Ritva Simonen, puheenjohtaja Diabeteshoitajat ry
- 10.10-10.30 Diabeteshoitajan nimikkeen kriteerit  
Ritva Simonen
- 10.30-12.00 Voiko työssäkin olla onnellinen?  
Markku Ojanen, psykologian professori (emeritus)

#### 12.00-13.30 LOUNAS, POSTERINÄYTTELY JA NÄYTTELY

##### 13.00-13.30 Posterinäyttelyalueella tekijät paikalla

##### Pieni sali

*Puheenjohtaja: Annikki Sutinen*

- 13.30-14.00 Diabeetikon suun-/hammashoito terveyden edistäminen osana  
Aija Karikoski, HLT
- 14.00-14.30 Suu on portti terveyteen  
Hellevi Ruukonen, M.Sc., EHL, apulaisylihammaslääkäri

#### 14.30-15.00 KAHVI JA NÄYTTELY

##### Pieni sali

*Puheenjohtaja: Maija Pietarinen*

- 15.00-15.30 Diabeetikon alkoholin käyttö  
Marja Aira, LT, yleislääketieteen erikoislääkäri, Itä-Suomen yliopisto
- 15.30-16.00 "Uudet diabeteslääkkeet - muuttuuko diabeteksen hoito?"  
Atte Vaden, diabeteslääkäri, Tampereen kaupunki

#### 16.00 DIABETESHOITAJAT RY:N VUOSIKOKOUS, TAMPERE-TALO, PIENI SALI

#### 19.30 ILTAJUHLA PAKKAHUONE

**Perjantai 27.4.2012****ILMOITTAUTUMINEN JA KAHVI****Pieni sali***Puheenjohtaja: Sari Härmä-Rodriguez*

Naisen terveys

9.00–9.20 Diabetes ja raskaus –uusi hoitosuositus  
Nina Peränen, TtM, kättilö KSSHP

9.20–9.35 Makeasti raskaana! Diabeetikon puheenvuoro  
Taru Tuominen

9.35 -10.30 Nainen ja diabetes  
Luennoitsija avoin

**Studio***Puheenjohtaja: Anneli Jylhä*

Lapset

9.00-9.30 Hypoglykemian fysiologia  
Päivi Keskinen, dosentti lasten diabeteslääkäri

9.30–10.30 Hypopelot perheen tukeminen  
Luennoitsija avoin

**10.30 – 11.15 KAHVI JA NÄYTTELY****Pieni sali***Puheenjohtaja: Päivi Juselius/ Heli Varoma*

Ravitsemus

11.15-12.00 Diabeetikon hoidon tulevaisuus  
Timo Otonkoski, professori Helsingin yliopisto

12.00-12.45 Terveyttä Itämeren ruokavaliosta  
Ursula Schwap, FT, Dosentti, laillistettu ravitsemusterapeutti.  
Itä-Suomen yliopisto

12.50-13.30 Ymmärrätkö? Monta tapaa ohjata.  
Kristiina Salonen, diabeteshoitaja Suomen Diabetesliitto

13.30-13.40 Päätössanat,  
Diabeteshoitajat ry puheenjohtaja

## TAMPEREEN DIABETESHOITAJAPÄIVILLE ILMOITTAUTUMINEN JA HINNAT

Koulutuspäiville ilmoittaudutaan viime vuoden tapaan sähköisen ilmoittautumislinkin kautta. Linkin osoite on [https://www.matkalle.com/S\\_DH2012/fi/ParLogin.jsp](https://www.matkalle.com/S_DH2012/fi/ParLogin.jsp)  
Linkkiin pääset helposti myös Diabeteshoitajat ry verkkosivuilta [www.diabeteshoitajat.fi](http://www.diabeteshoitajat.fi) ja etusivulta koulutuspäivät 2012.

Koulutuspäivien osallistujahinnat ovat:

**Jäsenet:** kaksi päivää 250 euroa ja yksi päivä 150 euroa

**Ei- jäsenet:** kaksi päivää 290 euroa ja yksi päivä 170 euroa

Näiden lisäksi jokainen vastaa majoitus- ja matkakuluistaan

Hotellien sopimushinnat diabeteshoitajille ovat:

**Sokos Hotel Villa:** 114 eur / vrk yhden hengen huone

138 eur/ vrk kahden hengen huone

**Sokos Hotel Tammer:** 125 eur/ vrk yhden hengen huone

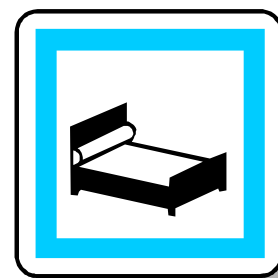
149 eur/ vrk kahden hengen huone

**Sokos Hotel Ilves:** 125 eur / vrk yhden hengen huone

149 eur/ vrk kahden hengen huone

**Scandic Tampere City:** 145 eur/ vrk yhden hengen huone

168 eur/ vrk kahden hengen huone



### VUOSIKOKOUSKUTSU

Diabeteshoitajat ry vuosikokous pidetään torstaina  
26.4.2012 kello 16.00 Tampere talon pienessä salissa.

Kaikki jäsenet ovat tervetulleita vuosikokoukseen!

## KENESTÄ VUODEN DIABETESHOITAJA?

Taas on aika ehdottaa vuoden 2012 diabeteshoitajaa. Diabeteshoitajat ry. on perinteisesti palkinnut ansioituneen diabeteshoitajan koulutuspäivien yhteydessä Raision lahjoittamalla Keiju –stipendillä.

Kuka olisi arvonimen ansainnut? Tee vapaamuotoinen ehdotus diabeteshoitajat ry hallitukselle 30.3.2012 mennessä. Laita ehdotukseesi sekä omasi että ehdottamasi henkilön yhteystiedot ja lähetä osoitteella [heli.varoma@tyks.fi](mailto:heli.varoma@tyks.fi)

Hallitus valitsee vuoden diabeteshoitajan saapuneiden ehdotusten joukosta.

## POSTERINÄYTTELY KOULUTUSPÄIVILLÄ

Tampereen koulutuspäivillä on perinteiseen tapaan mahdollista esitellä posterinäyttelyssä tutkimus- tai kehittämishanketta. Lähetä lyhyt yhteenveto posterisi sisällöstä osoitteeseen [tiedotus@diabeteshoitajat.fi](mailto:tiedotus@diabeteshoitajat.fi) 11.3.2012 mennessä. Tampere-talon posteriseinäkkeiden koko on 1m (leveys) x 1,25m (korkeus)

## FEND STIPENDI

Sanofi Diabetes mahdollistaa myös tänä vuonna koulutusstipendin jolla kolme diabeteshoitotyötä tekevää hoitajaa voi osallistua Berliinissä 28.-29.9.2012 pidettävään FEND-kongressiin. Stipendi kattaa osallistumismaksun sekä matka- ja majoituskulut. Lähetä vapaamuotoinen hakemus 30.3.2012 mennessä osoitteella [heli.varoma@tyks.fi](mailto:heli.varoma@tyks.fi)

Jäsenkirjeen liitteessä on tarkempaa tietoa stipendin hakemisesta!

## APURAHAT JA STIPENDIT

Diabeteshoitajat ry voi myöntää jäsenilleen apurahoja, tunnustusapurahoja sekä stipendejä Marja Puomion stipendirahastosta. Hakuohjeet sekä myöntämisen perusteet löydät tarkemmin [www.diabeteshoitajat.fi](http://www.diabeteshoitajat.fi) -> toimikunnat -> apurahatoimikunta

## KOULUTUSKALENTERI 2012

KOULUTUS	OHJELMA
Terveystenhoitajapäivät 16.-17.2.2012, Helsinki Marina Congress Center	<a href="http://www.terveydenhoitajaliitto.fi">www.terveydenhoitajaliitto.fi</a>
Sairaanhoitajapäivät 22.-23.3.2012, Helsingin messukeskuksessa	<a href="http://www.sairaanhoitajaliitto.fi">www.sairaanhoitajaliitto.fi</a>
Diabeteshoitajapäivät 26.-27.4.2012 Tampere talo	<a href="http://www.diabeteshoitajat.fi">www.diabeteshoitajat.fi</a>
Kättilöpäivät 4.-5.5.2012 Vaasassa	<a href="http://www.suomenkatiloliitto.fi">www.suomenkatiloliitto.fi</a>
17 th FEND Conference 28.-29.9.2012, Berlin	<a href="http://www.fend.org/conference">http://www.fend.org/conference</a>
Diabetesliitto järjestää ympäri vuoden runsaasti ammatillista koulutusta	<a href="http://www.diabetes.fi/kuntoutus_ ja_ koulutus/ ammatillinen_ koulutus">www.diabetes.fi/kuntoutus_ ja_ koulutus/ ammatillinen_ koulutus</a>

### OHJAATKO DIABETESKESKUSTELUT RYHMIÄ?

Olen terveydenhoitaja ja päivitän opintojani Savonia-ammattikorkeakoulussa Kuopiossa. Koulutukseeni liittyvän opinnäytetyön tarkoitus on kuvata tyypin 2 diabetesta sairastavien potilaiden kokemuksia DiabetesKeskustelut-ryhmäohjauksesta, sekä kuvata miten ryhmään osallistuminen tukee potilaan omahoitoa. Työni ohjaajina ovat TtM, lehtori Marja-Anneli Hynynen ja TtT Pirjo Kinnunen.

Haen potilaita kyselylomaketutkimukseen ja toivon että hoitajat, joilla on ryhmiä menossa tai tarkoitus aloittaa ryhmä alkuvuodesta 2012, ottaisivat minuun yhteyttä: [leila.k.paukkonen@edu.savonia.fi](mailto:leila.k.paukkonen@edu.savonia.fi)

Terveisin Leila Paukkonen

*Mukavaa talven jatkoa, tavataan huhtikuussa  
Tampereella!*

*Diabeteshoitajat ry hallitus:*

*Ritva, Anneli, Maija, Päivi, Heli, Annikki ja Nina*



## TERVEISIÄ FEND:stä!

FEND:n 16. vuosittainen konferenssi pidettiin 9 -10. syyskuuta 2011 Lissabonissa Pavilháo Atlanticoissa, joka sijaitsee vuoden 1988 maailmannäyttelyalueella Parque das Naçõesissa. Osallistujia oli 638 yhteensä 34 maasta. Kaukaisimmat tulivat Australiasta, Etelä-Afrikasta ja USA:sta. Suomalaisia oli mukana 23.

Konferenssia edeltävänä iltana osallistuimme pre symposiumiin, jonka vetivät sairaanhoitaja Sue Cradock Englannista sekä esiintymis- ja ilmaisutaidon ohjaaja/valmentaja Sam Thompson, Yhdysvalloista. Käsiteltävänä aiheena oli oppiminen ja ohjaaminen.

Konferenssi alkoi portugalilaisten luennoilla. Dr José Boavida puhui Portugalin kansallisesta ohjelmasta diabeteksen ehkäisyssä, johtamisessa ja hoidossa. Ohjelma luotiin v. 2008 yrityksenä vastata diabeteksen räjähdysmäiseen kasvuun Portugalissa.

Diabeteshoitaja Lurdes Serabulho piti hyvin kattavan ja innostavan esityksen diabeteshoitotyöstä Portugalissa. Esitys sisälsi mm diabeteshoitajien koulutuksen, sijoittumisen diabeteshoitoyksiköihin, hoitotyön ja ohjauksen, moniammatilliset työryhmät, ryhmäohjauksen, vertaistuen, diabeteshoitajien konsultaatiot ja yhteiskunnallisen vaikuttamisen, tutkimustyön ja osallistumisen kansainvälisiin kokouksiin. Saimme kuvan, että hoitotyö oli hyvässä mallissa ja hoitajat hyvin aktiivisia.

Tohtori Peter Adolfsson Kuningatar Silvian sairaalasta Göteborgista kertoi liikunnan ja harjoittelun terveysvaikutuksista sekä toisaalta myös vaikeuksista, tarkoittaen hypo- ja hyperglykemioita, joita diabeetikko kohtaa liikunnan aikana. On todettu, että diabeetikot ovat fyysisesti vähemmän aktiivisia kuin ei-diabeetikot. Tytöt vielä vähemmän aktiivisia kuin pojat. Syytä vähäisempään aktiivisuuteen ei tiedetä mutta hypoglykemian pelolla uskotaan olevan vaikutusta. Liikunnan keston lisäksi sen teholla on vaikutusta sokeriarvojen vaihteluun. Toistuva sokerinseuranta on tarpeen ennen liikuntaa ja sen aikana, jotta opitaan säätämään insuliinia ja hiilihydraattien määrää. Yhä useammat käyttävät insuliinipumppua ja myös glukosensoroinnista on hyötyä. Koulutuksissa pitäisi lisätä tietoa liikunnan terveysvaikutuksista ja tiedon tulisi tavoittaa kaikki lapset. Myös yhteiskunnallisella tasolla tulisi toimia siten, että on mahdollisuus olla fyysisesti aktiivinen tavallisessa elämässä.

Esillä oli 29 posteria, joista 8 esiteltiin myös luennoilla. Useiden postereiden esittelijöinä oli FEND:n ENDCUP-koulutuksen käyneitä diabeteshoitajia, jotka esittelivät koulutukseensa liittyviä töitään. ENDCUP-koulutus on kaikille Euroopan diabeteshoitajille avoin koulutus, jonka FEND järjestää yhteistyössä King 's College Londonin kanssa. Koulutus on 2-vuotinen ja mahdollista suorittaa myös oman työn ohella. Opetus ja kommunikointi tapahtuu englannin kielellä ja uusin viime kesänä alkanut koulutus tapahtuu ns. e-learning-systeemillä eli netin välityksellä kommunikoiden. Lisäksi on kaksi lähiopetusjaksoa Lontoossa kesäaikaan. Koulutus on pääosin ilmainen FEND:n jäsenille.

Koulutuksen tavoitteena on mm. lisätä hoitajien tietoa diabeteksestä samoin kuin kansainvälisen kommunikoinnin lisäämistä diabeteshoitajien välillä. Diabeteshoitajien ammatti-identiteetin ja erikoistuvan koulutuksen kehittäminen ovat myös tärkeänä tavoitteena. Lisätietoja koulutuksesta löytyy: [www.fend.org](http://www.fend.org) ja suosittelemme sitä lämpimästi kaikille kiinnostuneille.

Luennot ovat nähtävissä ja kuunneltavissa FEND:n sivuilla, osoite: [www.fend.org](http://www.fend.org)

Konferenssissa tunnelma oli kohdallaan, saimme herätteitä ja intoa omaan työhön. Lämpimät kiitoksemme Diabeteshoitajat ry:lle ja Sanofi Diabetekselle stipendeistä, joka mahdollisti matkamme.

Terveisin: Diabeteshoitajat Anneli Hämäläinen HYKS Lastenkliniikka, Päivi Lehtimäki Vaasan Keskussairaala ja Satu Vuorikkinen Karviainen/Nummelan ta.