



# Lasten diabeteksen hyvän hoidon avaimet



**Yksi elämä**  
Nautitaan päivittäin.

2018



# Lasten diabeteksen hyvän hoidon avaimet

## Lapsen ja perheen sopeutuminen ja jaksaminen

*Arvio jokaisella käynnillä*

- Tietoa ja tukea omalta diabetestiimiltä ja tarvittaessa mahdollisuus sopeutumisvalmennukseen ja psykologin konsultaatioon.
- Tietoa vertaistuen mahdollisuudesta.

## Diabeteksen hoito koulussa ja päivähoitossa

- Kirjallinen suunnitelma.
- Tietoa ja tukea terveydenhuollosta tarvittaessa.

*Säännöllinen päivitys*

## Verensokerin hoitotasapaino

- $HbA_{1c} < 58 \text{ mmol/mol}$  (<7,5 %).
- Ravitsemusohjausta saatavilla.

*HbA<sub>1c</sub>-mittaus 3–4 x vuodessa*

## Liian matalat verensokerit

- Vältetään vakavia hypoglykemioita.

*Kirjataan potilas-kertomukseen*

## Liian korkeat verensokerit

- Vältetään happomyrkytystä eli diabeettista ketoasidoosia.

*Kirjataan potilas-kertomukseen*

## Pituuskasvu ja painonkehitys

- Pituus ja paino mitattu sekä kasvu tulkittu.

*2–4 x vuodessa*

## Verenpaine

- Mittaus ja kirjaus 10 vuoden iästä lähtien vuosittain.

*1–2 x vuodessa*

## Silmänpohjien valokuvaus

- 10 vuoden iästä lähtien.
- Reagoidaan, jos muutoksia.

*2 vuoden välein*

## Munuaisten toiminta

- Mittaus 10 vuoden iästä lähtien.
- Reagoidaan, jos valkuaista erittyä virtsaan.

*Mittaus vuosittain*

## Kolesteroli

- Mittaus sairastuessa ja 10 vuoden iästä lähtien.
- Reagoidaan, jos yli tavoitteen.

*Mittaus 1–3 vuoden välein*

## Ei tupakointia

- Tupakoinnin haitoista keskustelu.

## Lapsen diabeteksen hoito on yhteistyötä

### **Terveydenhuollon ammattilainen, yksikkösi vastuulla on**

- järjestää hoitosuhde, jossa otetaan huomioon sairastavan lapsen lisäksi koko perhe ja lähipiiri,
- ohjata lasta ikätason mukaisesti ja tukea itsenäistymistä,
- tukea lapsen psyykkistä kehitystä,
- laatia yhdessä perheen kanssa hoito- ja kuntoutussuunnitelma,
- antaa laadukas hoidonohjaus ja sopiva lääketieteellinen hoito,
- tehdä hoitotasapainon ja terveydentilan mukaiset säännölliset tarkastukset,
- järjestää hoidon ja omaseurannan välineet,
- kouluttaa diabetesta sairastavan lapsen päivähoidon ja koulun henkilökuntaa,
- antaa perheelle tietoa sosiaalisista ja taloudellisista tukimuodoista sekä vertaistuesta, sopeutumisvalmennuksesta ja kuntoutuksesta.

### **Diabetesta sairastava lapsi ja perhe**

#### *Lapsi*

- kerro huolista ja mieltä askarruttavista asioista aikuisille,
- uskalla pyytää apua lähipiirisi aikuisilta ja kerro kavereille, että sinulla on diabetes
- opettele innokkaasti uusia taitoja hoitaa diabetestasi ja leiki, liiku ja tee hauskoja asioita!

#### *Äiti/isä/isovanhempi*

- kuuntele lapsen ja sisarusten ajatuksia,
- kysy ja keskustele diabeteksestä,
- kerro ja kysy ongelmista ja pyydä rohkeasti apua jaksamiseen ja
- hae tarvittaessa vertaistukea.