

ELEV MED DIABETES:

Vejledning til præsentation for 7.- 10. klasse

Materialet kan bruges af lærere, der har en elev med diabetes. I vejledningen finder du en kort gennemgang af, hvad diabetes er.

Du kan med fordel søge mere viden om sygdommen på www.diabetes.dk

Materialet består af:

Præsentation til støtte for oplæg i klassen

Vejledning til hvad du skal og evt. kan sige i oplægget

Materialet er tænkt som et materiale, der justeres alt efter tid og behov.

Det er derfor ikke sikkert, at du vælger at bruge alle slides og øvelser.

Målet med materialet er

- at give klassekammerater en forståelse for diabetes og elevens situation
- nedbryde fordomme i forhold til sygdommen
- fortælle klassekammeraterne, hvordan de kan hjælpe eleven fx ved lavt blodsukker
- tale om sygdommen og vise forskellige former for udstyr, så det bliver "normaliseret"

Slide	Indhold	Husk	Kommentarer
1	Intro		Fortæl kort, hvad du vil gennemgå.
2	Type 1 og 2. Hvad er forskellen?	Tjekke at filmen virker https://diabetes.dk/diabetes-1/fakta-om-diabetes-1.aspx	Sørg for at understrege, at eleven i klassen har type 1-diabetes.
3	Kan man leve uden insulin?		
4	<p>Insulin er et livsnødvendigt hormon, der hjælper med at omsætte den mad, vi spiser.</p> <p>Hos mennesker uden diabetes er det bugspytkirtlen, der udskiller insulin. Det gør den, når blodsukkeret stiger – altså, når vi spiser og drikker.</p> <p>Når man har type 1 diabetes, efterligner man bugspytkirtlens funktion, når man tager insulin.</p> <p>Brug evt. teksten på sliden til at fortælle og forklare, at vi alle har brug for insulin til denne proces – og at det er det stof, eleven mangler.</p> <p>Forklar også, at sukker i blodet giver et højt eller lavt tal.</p>		Se mere på diabetes.dk
5	<p>Diabetes i dagligdagen</p> <p>På denne slide kan eleven være med.</p> <p>I kan vise og fortælle om det udstyr, eleven bruger.</p> <p>Hvis eleven er genert, kan det være, at du som voksen skal låne lidt udstyr fra hjemmet, så eleven ikke skal stå foran klassen alene.</p> <p>Vis filmene</p>		Ideen er, at eleverne skal se det udstyr deres klassekammerat bruger, så bliver det mere normaliseret, og så de kan spørge frit ind til det.
6	<p>Her kan du fortælle om blodsukkeret, og hvordan det påvirkes.</p> <p>Målet for en person med diabetes er at holde det mellem 4-8 mmol, men det kan være svært at</p>	Her kan du uddele en juice eller lidt druesukker og efterfølgende fortælle om virkningen.	Lad eleven fortælle, hvordan han/hun reagerer på højt blodsukker.

	<p>holde det stabilt, da flere faktorer påvirker tallet fx mad, insulin, nervøsitet, bevægelse mm.</p>		
7	<p>Her kan du fortælle om symptomer på lavt blodsukker, insulinføling og insulinchok.</p> <p>Insulinføling er, når eleven har lavt blodsukker, men stadig selv kan reagere og indtage sukker/kulhydrater selv.</p> <p>Hvis eleven ikke spiser eller drikker noget, falder blodsukkeret yderligere, og her skal eleven have hjælp til at få juice eller druesukker så blodsukkeret kommer op igen.</p> <p>Hvis det lave blodsukker ikke behandles, kan eleven blive bevidstløs og gå i insulinchok. Det sker sjældent, men kan virke voldsomt, da eleven kan blive bevidstløs og få kramper. Ring 112.</p>		Lad eleven fortælle hvordan han/hun reagerer ved lavt blodsukker.
8	<p>Her kan du fortælle om symptomer på højt blodsukker. Se på grafikken og lad eleven fortælle om sine symptomer.</p>		Lad eleven fortælle, hvordan han/hun reagerer på højt blodsukker.
9	<p>Her skal I tale om, hvad blodsukkeret påvirkes af.</p>		Lad eleven komme med eksempler
10	<p>Tal om, hvad der er vigtigt at huske, når man er kammerat til en med diabetes</p>		<p>Tal om, at eleven kan det samme som alle andre, så længe han/hun får sin insulin.</p> <p>Fortæl fx også, at det at have løbet meget eller lært noget nyt, kan gøre det nødvendigt at få noget sukker/juice/druesukker.</p>

11	Forklaring på mad og kulhydrater		Brug evt. konkrete eksempler for at forklare – fx hvad sker der ved frokosttid.
12	Alkohol og diabetes Det kan være farligt at få lavt blodsukker, mens man er beruset, da leveren IKKE frigiver sukker ved meget lavt blodsukker pga. alkohol i blodet.		Vigtig at understrege, at når en ung med diabetes drikker alkohol, kan det blive akut livstruende. Derfor skal kammeraterne være ekstra hjælpsomme og opmærksomme.
13	Der skal quizzes	Brug sitet til Kahoot og koden til quizen. Eleverne kan helt sikkert hjælpe med det tekniske.	(Quizzen er på vej)

Forslag til andre film, du kan vise i klassen

Hvis I gerne vil vise lidt om de udfordringer, en ung med diabetes møder:

- Film om Tobias, der fortæller om hverdagen med diabetes:

<https://youtu.be/Ig3B72bgDT4>