

Hypokursus



Har du problemer med svære tilfælde med lavt blodglukose (hypoglykæmi)?

Tilfælde med lavt blodglukose betegnes som svære, når man har brug for hjælp fra andre, fx ægtefælle, kolleger, skadestue, for at behandle blodglukose op. Nogle mennesker med type 1 diabetes vil opleve dette hyppigt, måske flere gange om året, og dette kan medføre angst og bekymring både for den enkelte, familie og arbejdsrelationer.

Årsagerne til hypoglykæmi kan være flere. En del personer med type 1 diabetes mister med årene de såkaldte følingssymptomer, dvs. at de ikke længere mærker, når blodglukose falder og dermed har de ikke mulighed for at nå at handle selv og får derfor brug for hjælp fra andre. Hypoglykæmi kan også skyldes "stram" diabetesregulation og de – måske u hensigtsmæssige mønstre og vaner man har i hverdagslivet.

Vi kan hjælpe dig med at prøve at finde de individuelle årsager til at netop du har tilfælde med alvorligt lavt blodglukose, og vi kan hjælpe dig med at finde muligheder for at ændre på din situation.

Vi kan tilbyde dig et 5-døgns internatkursus på Steno (hypo-kursus)

Kurset indebærer indlæggelse på Steno diabetes Centers sengedagafsnit fra mandag kl. 8 – fredag kl. 13.

Der vil være ca. 10 deltagere med samme problem, og aktiviteterne vil foregå både individuelt og i gruppe.

Indholdet på kurset vil veksle imellem fysisk aktivitet, undervisning ved personalet og personligt arbejde med de ønsker og mål den enkelte har. Om onsdagen arrangerer vi et aftenmøde for pårørende til kursusedtagerne som inviteres til middag med efterfølgende samtale og erfaringsudveksling med kursister og behandlere på kurset.

Vores formål med hypo-kursus

- At tilbyde deltagerne hjælp til at kunne forebygge og håndtere tilfælde med hypoglykæmi i dagligdagen
- At hjælpe deltagerne til at kunne genvinde følings symptomer, og antallet af tilfælde med svær hypoglykæmi reduceres
- At deltagerne lærer egne symptomer på hypoglykæmi at kende, hvor få og svage de end måtte være
- At deltagerne bliver opmærksomme på vaner i hverdagen der kan være medvirkende til hypoglykæmi, og får hjælp til at arbejde målrettet med ønskede ændringer
- At deltagerne får mulighed for at udveksle erfaringer og lære af hinanden
- At deltagerne og deres pårørende får mulighed for at udveksle erfaringer og konkrete redskaber til at forebygge/håndtere og behandle svære tilfælde af hypoglykæmi
- At deltageres og pårørendes forståelse for fælles problemstillinger øges, og at skabes basis for dannelse af netværk

Hvordan visiteres du til et hypo-kursus ?

Du skal tale med din behandler (læge, diabetessygeplejerske eller kliniske diætist) om dit problem.

Hvis I sammen beslutter, at hypo-kurset vil være nyttigt for dig at deltage i, vil behandleren henvise dig til speciallægen i vores hypo-team på Steno, som herefter vil tage kontakt til dig, og aftale nærmere.

Hypo-teamet, der står for hypo-kurset består af:

Læge Minna Wittrup

Klinisk diætist Lotte Vinter

Diabetessygeplejerske Anette Hougaard

Diabetessygeplejerske Jette Normann Christensen

Diabetessygeplejerske Majbritt Kjellmann

Klinisk oversygeplejerske Mette Glindorf

Steno Diabetes Center
Niels Steensens Vej 2
2820 Gentofte

www.steno.dk