

Kunskapscentrum för egenvård vid diabetes typ 1 hos barn och unga  
KNEP om neuropsykiatriska svårigheter & diabetes

11. Neuropsykiatriska svårigheter och egenvård

Uppdaterad 2021-11-12

## Krävande beslut och åtgärder i diabetesvardagen

Typ 1 diabetes ställer höga krav på barn och föräldrar. Diabetes behöver skötas 24 timmar om dygnet. Dessa tabeller belyser detta.

### När och varför ska blodsocker kontrolleras och vilka åtgärder krävs?

Tid för blodprov /skanning	Anledning	Krav på åtgärd (från barn/ungdom och/eller anhörig)
Under natten	Vid larm från sensor Vid infektion/dåligt matintag dagen innan	Bedöma förlopp. Om lågt BS * eller risk för detta: vakna och ta druvsocker/eller söt dryck. Om högt BS: felsöka, kontrollera eventuella ketoner **. Ge extra insulin och utvärdera efter 2 timmar. Byta pumpen om denna slutat fungera. Följ upp att den fungerar.
15-30 min före varje måltid (normalt minst 5 st måltider/dygn)	Underlag för insulindos.	Räkna kolhydrater och bestämma insulindos. Ta insulin 15 min före maten
2 timmar efter varje måltid	Kontroll ca 2 timmar efter måltid	Om lågt BS: ge druvsocker* (utan insulin). Utvärdera efter 10 min.  Om högt BS: räkna ut extra insulindos, ge och utvärdera efter 2 timmar.
Före fysisk aktivitet (OBS även aktiv lek!)	Vid och efter fysisk aktivitet riskerar BS att sjunka snabbt	Frukt eventuellt före eller under lek. Om blodsocker under 4 mmol/L ge druvsocker* (utan insulin), kontrollera BS igen innan aktivitet kan påbörjas.
Inför natten	BS ska ligga bra inför natten för att minska risken för låga/höga BS-värden då barnet sover. Utvärdera dagen: finns risk för höga/låga värden under natten även om BS ligger bra då barnet somnar?	Om lågt BS: ta druvsocker och sedan eventuellt extra måltid och anpassad insulindos. Utvärdera efter 2 timmar.  Om högt BS: felsöka, kontrollera eventuellt ketoner. Ge extra insulin och utvärdera efter 2 timmar. Byta pumpen om denna slutat fungera. Följ upp att den fungerar.

Tid för blodprov /skanning	Anledning	Krav på åtgärd (från barn/ungdom och/eller anhörig)
Vid infektion	Kontrollera tätare då insulinbehovet kan öka med över 50 % och ligga kvar en tid efter infektionen	Vid högt BS: Kontrollera ketoner/syror i blodet. Ge extra insulin, kontrollera BS efter 2 timmar. Felsök pumpen.  Vid lågt BS: ge druvsocker, utvärdera efter 10 min. Kolhydratintaget måste vara tillräckligt och regelbundet. Söka vård om ketoner stiger/barnet vägrar äta/kräks.
Vid (misstanke om) alkoholintag.	Kontrollera BS tätare då alkohol kan ge mycket snabbt sjunkande BS värden.	Äta kolhydrater med anpassad dos insulin för att förhindra lågt BS. Vid lågt BS: åtgärda med druvsocker och/eller extra kolhydrater. Utvärdera efter 10 min.
Efter byte av pump (var tredje dag) eller sensor (var 7-14 dag)	Kontrollera BS tätare under cirka 4-6 timmar efter bytet	Sätta ny pump om den nya ej fungerar
Cirka var 14e dag	Bedöma om insulindoserna är de rätta	Vid behov ändra pumpinställningarna/insulindoserna

\* BS: blodsocker. Lågt blodsocker: under 4 mmol/L. Högt blodsocker: över 8 mmol/L. \*\* Ketoner: syror som bildas vid insulinbrist. Kan ge syraförgiftning. Mäts genom stick i fingret.

### Vilka är de övriga återkommande momenten?

När?	Moment	Krav
Cirka varje/varannan månad.	Beställa hjälpmedel (torksuddar, nålar, blodstickor, sprutor/pumptillbehör, fästplåster, reservpennor, sensorer). Beställning på olika internet-sajter, portaler, från diabetessjuksköterskor etc	Ha framförhållning vad gäller hjälpmedel och när det är dags att beställa.
1-2 gånger/termin	Egenvårdsplan, diskutera och anpassa egenvården i skolan. Utvärdera.	Förbereda egenvårdsplan med hjälp av diabetessjuksköterska. Se till att den förankras i skolan med rektor och övriga ansvariga.
Minst var tredje månad, oftare vid behov.	Återbesök på diabetesmottagningen. Läkare, sjuksköterska, dietist, eventuellt kurator	Tid och planering. Ladda ned värden från pump och sensor inför besöken.
1 gång/år, oftare om barnet har täta infektioner	Ansöka om omvårdnadsbidrag, extra VAB intyg om barnet är sjukt	Tid och planering
Vid barnets fritidsaktiviteter	Följa med, kontrollera blodsocker, utbilda eventuella tränare.	Tid, planering, kunskap.

Dokumentansvariga: Ulrika Berg och Torun Torbjörnsdotter, barnläkare