

# Egenvårdsplan i förskoleklass – årskurs 9

## för elever med diabetes

---

Födelsedatum: \_\_\_\_\_

Elevens namn: \_\_\_\_\_

Hemadress: \_\_\_\_\_

Skolans namn: \_\_\_\_\_ Klass: \_\_\_\_\_

### Vårdnadshavare/anhöriga som ska kontaktas vid behov:

Namn \_\_\_\_\_ Namn \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_

e-post \_\_\_\_\_ e-post \_\_\_\_\_

### Av rektor utsedd skolpersonal som hjälper eleven med egenvården:

Namn \_\_\_\_\_ Namn \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_

e-post \_\_\_\_\_ e-post \_\_\_\_\_

Namn \_\_\_\_\_ Namn \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Telefon \_\_\_\_\_

e-post \_\_\_\_\_ e-post \_\_\_\_\_

### Kontakt med diabetesteamet:

Namn \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

e-post \_\_\_\_\_

Klinik/Adress \_\_\_\_\_

### Informationsutbyte med behandlande sjukvårdsenhet

Medgivande av vårdnadshavare

Förskola/skola får ha informationsutbyte med behandlande sjukvårdsenhet kring aktuella egenvårdsåtgärder

Ja

Nej

## Egenvårdsplan i förskoleklass – årskurs 9, för elever med diabetes

---

Samverkan mellan hem, skola och diabetesmottagning är reglerad enligt lagtext (SOSFS 2009:6; Egenvård i förskola och skola, Skolverket 2014). Föräldrar och ansvarig diabetesläkare/sjuksköterska fastställer barnets behov av vuxenstöd i diabetesegenvården under skoltid. Rektor har skyldighet att tillse att elevens behov av hjälp med egenvården erbjuds. Diabetesteamet har skyldighet att utbilda den personal som ska stödja eleven i genomförandet av egenvården. Den individuella vårdplanen bör upprättas minst årligen. Egenvårdsplanen avser egenvårdsinsatser med godkänd CE-märkt medicinteknik.

Skolan ansvarar för att i god tid rapportera till vårdnadshavarna kommande schemaändringar, ex, utflykter. Vårdnadshavarna ansvarar för att rapportera eventuella ändringar i behandlingsregim till den personal i skolan som hjälper barnet med diabetes egenvården.

Blodglukos ändras från dag till dag beroende på många olika orsaker vilket gör att diabetesbehandlingen ofta justeras dagligen. Ett välreglerat glukosvärde är viktigt för elevens möjlighet till koncentration och inläring samt för prognosen för långsiktigt god hälsa.

## Glukostest under skoldagen

---

Eleven mäter glukos med:

- kapillärt blodglukostest ("stick i fingret")
- kontinuerlig vävnadsglukosregistrering
- båda mätmetoderna

Önskvärt glukosintervall: \_\_\_\_\_ mmol/L

Tidpunkter då glukos bör mätas:

- före måltid
- i samband med fysisk aktivitet
- vid misstanke på högt glukosvärde (hyperglykemi)
- vid misstanke på lågt glukosvärde (hypoglykemi)
- före "examination"

Övrigt \_\_\_\_\_

Kan eleven mäta och tolka glukosvärdet självständigt?

- ja
- nej
- behöver påminnas

Övriga kommentarer \_\_\_\_\_

## Egenvårdsplan i förskoleklass – årskurs 9, för elever med diabetes

---

### Kontinuerlig vävnadsglukosregistrering:

Dessa system mäter fettvävens glukoshalt vilken återspeglar blodglukosnivån med en viss fördröjning.

Elevens aktuella system: \_\_\_\_\_

Har systemet larm för låg och/eller hög glukos?

ja

nej

Kalibrering under skoltid är önskvärt:

ja

nej

**OBS!**

*Använd blodglukosbestämning med teststicka om ytterligare beslutsstöd behövs inför åtgärd.*

## Insulinbehandling

---

Eleven doserar insulin med hjälp av:

Insulinpump      Fabrikat och modell: \_\_\_\_\_

Flerdosbehandling med insulinpenna

Annan regim: \_\_\_\_\_

Vilket **direktverkande insulin** används för måltid och korrigering av högt glukosvärde:

### Beräkning av insulindos:

	Personal i skolan sköter allt	Eleven behöver viss hjälp	Eleven klarar själv
Kolhydraträkning	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beräkna måltidsdos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Beräkna korrigeringsdos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dosadministrering	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Detaljer kring insulindosering kan ges i en bilaga eftersom kolhydratskvoter oftast ändras flera gånger på ett år.

Kommentar \_\_\_\_\_

## Egenvårdsplan i förskoleklass – årskurs 9, för elever med diabetes

---

Används "aktivt insulin" för dosberäkning?

ja

nej

När ska insulin doseras i relation till måltid? \_\_\_\_\_

Om tekniska problem med diabeteshjälpmedel uppstår:

Kontakta vårdnadshavare i första hand.

Annan problemlösning: \_\_\_\_\_

## Måltider under skoldagen

---

Följande måltider kan vara aktuella under skoldagen

Frukost

Mellanmål på fm

Lunch

Mellanmål på eftermiddagen

Eleven har behov av **specialkost**, ex pga. glutenintolerans

Ja, vilken \_\_\_\_\_

Nej

Övriga synpunkter på elevens måltider under skoldagen: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Idrott/utflykter

---

Ökad fysisk aktivitet sänker ofta blodsockret, antingen direkt under aktiviteten men ibland också med flera timmars fördröjning. Blodglukosvärdet bör vara mellan 5–10 mmol/L vid aktivitetens början. Vid lägre värde än 5 mmol/l tillförs kolhydrater innan aktiviteten startar. Vid hög fysisk aktivitetsgrad, ex löpträning, behöver snabba kolhydrater, cirka 15–25 gram, tillföras var 30:e minut för att undvika lågt glukosvärde.

Snabba kolhydrater, ex \_\_\_\_\_ och dos \_\_\_\_\_

behövs som förebyggande åtgärder för att förhindra låg blodglukos vid fysisk aktivitet.

Andra synpunkter \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Åtgärd vid låg blodglukos (lägre än 4 mmol/l)

---

Symtom vid hypoglykemi (=låg blodglukos) kan t.ex. vara koncentrationssvårigheter, trötthet, förvirring, darrighet, hjärtklappning, svettighet.

**Typiska symtom** vid låt  
blodglukos hos ditt barn: \_\_\_\_\_

Ge snabba kolhydrater motsvarande cirka 3 gram (= 1 Dextrosol® tablett) /10 kg kroppsvikt. Oftast räcker 10–15 gram (= 3–5 Dextrosol tabletter) för att höja blodsockret även hos de som väger mer än 40 kg. Söt saft kan vara ett alternativ till druvsocker. Druvsocker behöver ges tillsammans med vatten för att få ett bättre upptag.

Mät nytt glukosvärde, helst med kapillärt blodprov, och upprepa vid behov dosen om eleven inte mår bättre efter cirka 15 minuter.

Lämna aldrig eleven ensam förrän blodglukosvärdet normaliserats.

Andra synpunkter \_\_\_\_\_

Vid **svår hypoglykemi** med kramper och/eller okontaktbarhet:

- Vid medvetslöshet lägg barnet i stabilt sidoläge
- Ring 112
- Kontakta vårdnadshavarna
- Om överenskommet: Ge Glucagon 0,5 mg (halv dos) om eleven är yngre än 8 år, 1,0 mg om eleven är äldre än 8 år (full dos)

Andra synpunkter \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Åtgärd vid högt blodglukosvärde

---

Överenskom med föräldrarna vid vilket blodglukosvärde en **korrigeringsdos** ska ges.

Värde \_\_\_\_\_ mmol/L

Andra synpunkter t.ex.  
aktuell korrigeringskvot \_\_\_\_\_

Beräkningsexempel: \_\_\_\_\_

## Egenvårdsplan i förskoleklass – årskurs 9, för elever med diabetes

---

Om blodglukosvärdet inte sjunker som förväntat:

- Kontrollera ett kapillärt blodglukosvärde
- Tillför vätska, kontrollera insulinpenna eller pumpinfusionsnål
- I samråd med föräldrarna ge ytterligare insulin

Om glukosvärdet är över 14 mmol/L bör ketoner i blod mätas. Stigande ketonvärde tyder på en glukosbrist i cellerna, oftast till följd av insulinbrist.

Vid ett ketonvärde över 0,6 mmol/L bör föräldrar kontaktas eftersom en allvarlig insulinbrist kan utvecklas.

Vid ett ketonvärde över 1,5 mmol/L ska föräldrarna/sjukvård kontaktas.

Andra synpunkter \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Underskrifter

---

<b>Elev</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Vårdnadshavare 1</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Vårdnadshavare 2</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Rektor (skolans representant)</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Diabetesmottagningens representant</b>	Datum
Namnförtydligande + profession	Telefon