

# Egenvårdsplan för förskolan

för barn med diabetes

---

Födelsedatum: \_\_\_\_\_

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

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

Förskolans namn: \_\_\_\_\_

## Vårdnadshavare/anhöriga:

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

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

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

## Av chef utsedd förskolepersonal som hjälper barnet med egenvården:

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

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

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

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

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

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

## Kontaktväg till diabetesteamet:

Namn \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_

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

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

## Informationsutbyte med behandlande sjukvårdsenhet .

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

Ja

Nej

## Egenvårdsplan för förskolan

---

Samverkan mellan hem, förskola och diabetesmottagning är reglerad enligt föreskrift från Socialstyrelsen (SOSFS 2009:6) och finns beskrivet av Skolverket (Egenvård i förskola och skola, Skolverket 2014). Föräldrar och ansvarig diabetesläkare/sjuksköterska fastställer barnets behov av vuxenstöd i diabetesegenvården under dagen. Förskolechefen har skyldighet att tillse att barnets behov av hjälp med egenvården erbjuds. Diabetesteamet utbildar den personal som ska stödja barnet i genomförandet av egenvården. Den individuella vårdplanen bör upprättas minst årligen. Egenvårdsplanen avser egenvårdsinsatser med CE-märkt medicinteknik. Om barnets situation förändras ska egenvårdsplanen revideras och diabetesteamet kontaktas för en ny egenvårdsbedömning.

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

## Blodsocker under dagen

### Barnet mäter blodsockernivån med:

kapillärt blodsockertest ("stick i fingret")

kontinuerlig blodsockermätning

båda mätmetoderna

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

### Tidpunkter då blodsockret bör mätas:

före måltid

i samband med fysisk aktivitet

vid misstanke på högt blodsockervärde (hyperglykemi)

vid misstanke på lågt blodsockervärde (hypoglykemi)

Övrigt \_\_\_\_\_

### Kontinuerlig blodsockermätning:

Dessa system mäter fettvävens sockerhalt vilken återspeglar blodsockernivån med en viss fördröjning

Barnets aktuella system: \_\_\_\_\_

Har systemet larm för låg och/eller hög glukos?  ja  nej

Har barnets system för kontinuerlig blodsockermätning behov av kalibrering under förskoledagen?  ja  nej

#### **OBS!**

*Använd blodsockermätning med 'stick i fingret' om ytterligare beslutsstöd behövs inför åtgärd av lågt eller högt blodsocker.*

## Insulinbehandling

Barnet doserar insulin med hjälp av:

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

Insulinpenna

Annan diabetesbehandling \_\_\_\_\_

Vilken insulinort används för måltidsdos och korrigeringsdos av högt blodsockervärde:

---

### Beräkning av insulindos. Vem gör vad?

Personal i skolan sköter allt

Kolhydraträkning

Beräkna måltidsdos

Beräkna korrigeringsdos

Dosadministrering

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

Kommentar \_\_\_\_\_

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

## Om tekniska problem med diabeteshjälpmedel uppstår:

Kontakta vårdnadshavare i första hand.

Annan problemlösning: \_\_\_\_\_

## Måltider under dagen

Följande måltider kan vara aktuella under dagen

Frukost  Mellanmål på fm  Lunch  Mellanmål på em

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

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

Nej \_\_\_\_\_

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

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Aktiviteter

Det är viktigt att barn med diabetes får stöd i att delta fullt ut i alla aktiviteter. Ökad fysisk aktivitet sänker ibland blodsockret, antingen direkt under aktiviteten men också med flera timmars fördröjning. Blodsockervärdet bör vara mellan 5–10 mmol/L vid aktivitetens början. Vid lägre värde än 5 mmol/l tillförs kolhydrater innan aktiviteten startar. Barn behöver vara fysiskt aktiva varje dag och då förskolebarn spenderar stora delar av sin vakna tid på förskolan behöver de få sitt behov av rörelse tillgodosett under dagen.

Snabba kolhydrater, ex \_\_\_\_\_ och mängd \_\_\_\_\_  
behövs som förebyggande åtgärder för att förhindra låg blodglukos vid fysisk aktivitet.

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

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## Åtgärd vid lågt blodsocker (lägre än 4 mmol/l)

Symtom vid hypoglykemi (=lågt blodsocker) kan t.ex. vara koncentrationssvårigheter, trötthet, förvirring, darrighet, hjärtklappning, svettighet. Många förskolebarn har svaga eller inga symtom vid lågt blodsocker.

Typiska symtom vid lågt blodglukos hos mitt barn: \_\_\_\_\_

- Ge snabba kolhydrater motsvarande cirka 3 gram (= 1 Dextrosol® tablett) /10 kg kroppsvikt. Söt saft kan vara ett alternativ till druvsocker, 1 dl spädd saft innehåller 10 g kolhydrater. Druvsocker behöver ges tillsammans med vatten för att få ett bättre upptag.

### Kommentar

---

- Om barnet inte mår bättre efter cirka 15 minuter ska ett nytt blodsockervärde mätas, helst genom 'stick i fingret'. Om fortsatt lågt blodsocker ges ytterligare en dos druvsocker
- Lämna aldrig barnet ensam förrän blodsockervärdet 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)

Andra synpunkter

---

---

## Åtgärd vid högt blodsockervärde

Symtom vid högt blodsocker kan t.ex. vara ökad hunger och törst, hudrodnad, ökade urinmängder, koncentrationssvårigheter, illamående, buksmärtor och kräkningar. Kom överens med föräldrarna vid vilket blodsockervärde en korrigeringsdos ska ges. Det bör gå minst två timmar från senaste insulindos.

Vid blodsockervärde över \_\_\_\_\_ mmol/L bör en korrigerande insulindos ges  
Andra synpunkter t.ex. \_\_\_\_\_  
aktuell korrigeringskvot \_\_\_\_\_

Beräkningsexempel: \_\_\_\_\_

## Egenvårdsplan för förskolan

---

Om blodsockervärdet inte sjunker som förväntat:

- Kontrollera ett kapillärt blodsockervärde ('stick i fingret')
- Tillför vätska, kontrollera insulinpenna eller pumpinfusionsnål
- I samråd med föräldrarna ge ytterligare insulin

Observera att vid illamående, kräkningar och/eller buksmärta hos barn med diabetes måste man alltid misstänka insulinbrist och föräldrarna ska kontaktas.

Kontrollera blodsocker och om värdet är över 14 mmol/L bör ketoner i blod mätas. Stigande ketonvärde (> 0,6 mmol/L) i kombination med högt blodsocker tyder på insulinbrist

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

## Underskrifter

<b>Vårdnadshavare 1</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Vårdnadshavare 2</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Förskolechef</b>	Datum
Namnförtydligande	Telefon
<b>Diabetesteamets representant</b>	Datum
Namnförtydligande och profession	Telefon

Egenvårdsplanen ska följas upp och eventuellt revideras senast \_\_\_\_\_

Undertecknad har gjort bedömningen att barnets diabetesbehandling under dagen är att betrakta som egenvård

---

Underskrift

---

Namnförtydligande och profession