

Kurs for pasienter med diabetes type II og deres pårørende.

Startkurs diabetes type II

4. og 5. februar 2019.

Helgelandssykehuset Sandnessjøen, Auditoriet Plan 2

Mandag 4. februar 2019

- 10:45 – 11:30 Velkommen v/ Diabetessykepleier Laila Værnes
Presentasjon av foreleser og kursdeltakerne – bli litt kjent
Forventninger til kurset
- 11.30 – 12:00 Lunsjpause
- 12:00 – 14:00 Ernæringsfysiolog Christine Walnum
Kost og Diabetes (m/pauser)
- 14:05 – 15:05 Medisinsk lege
Diabetes II, (Type I), medisiner og senkomplikasjoner
- 15:15 – 16:00 Diabetessykepleier Laila Værnes
Praktisk hverdag og god blodsukkerbalanse
- 16:10 – 16:55 Å leve med Diabetes II , brukerhistorie.
- 17:00 – 17:30 Erfaringsutveksling og en liten oppsummering

Kursleder: diabetessykepleier Laila Værnes
Med. ansvarlig lege: overlege Runa Andreassen



Lunsj fås kjøpt i sykehusets kantine
Det serveres kaffe / te og frukt på kurset.

For mer informasjon kontakt Laila Værnes,
Diabetessykepleier SSJ
Tlf: +47 75 06 53 36/75 06 52 04 før klokka 12.00.
eller
Magnhild Skjerve, sekretær merkantil avdeling SSJ
Tlf; 75 06 52 18

Ta med BLS- apparatet, gode sko og klær for en tur ut eller for en aktivitet inne.

Tirsdag 5. februar 2019.

08:30 – 08:45 Dagen i går – Spørsmål ??

- BLS- måling før tur(væravhengig) / aktivitetsøkt

08:50 – 09:30 Tilpassing av gåstaver, Tur/ aktivitetsøkt sammen med Diabetessykepleier

09:40 – 10:10 Fysioterapeut

- Fysisk aktivitet og innvirkning på blodsukkeret

10:15 – 11:15 Å leve med kronisk sykdom og sine utfordringer

- Psykiske reaksjoner

- Mestringsstrategier

11:15 – 11:20 Blodsuktermåling og hva den viser oss

11:20 – 11:50 Lunsj

11:50 – 13:30 God blodsukkerbalanse, egenomsorg og fotpleie/stell.

13:30 - 14:00 Diabetes og blæreproblemer v/ uroterapeut Inger Alnes

Erfaringsutveksling og oppsummering

Vel hjem 😊

○ Kurset er planlagt slik at deltakere fra Sør-Helgeland, Rødøy og Lurøy skal rekke fram til kursstart mandag og tilbake tirsdag fra sykehuset.

Det anbefales deltakerne å få med seg hele kursprogrammet.

Egenandel for LMS-kurs tilsvarende poliklinisk egenandel, kr. 351,-.

Pasientgebyr for manglede oppmøte/avbestilling kr. 702,-.

