

UVODNIK januar/februar 2015



Pozdravljeni!
Pred vami sta tretji
in četrti DiaMind-ek
sezone 2014/2015,
ki je izšel ravno, ko

je povsod še nekaj snega in so pred vrati šolske počitnice. Koliko dela je po eni strani povezanega s snegom, po drugi strani pa veliko veselja in dobre volje predvsem med otroki in mladino. Zakaj ne med starejšimi? Verjetno zato, kakor slišimo v pogovoru z ljudmi v ambulantah, ker se bojijo iti ven iz hiše, da jim ne bi kje spodrsnilo in bi padli, moti jih mraz, bojijo se prehladov... Oh, koliko prepek, da bi se ljudje gibali. No, razveselijo me tisti, ki pravijo, da se jim od obiska pri meni mudi, ker hitijo na fitnes in pa kdo ki pove, da se je včeraj 5 ur sprehajal po Kraškem robu, nato pa si je v dobri družbi privoščil njoke z golažem, kar se mu ni nič 'poznalo' na krvnem sladkorju. Mislim si, kako lepo bi bilo sredi tedna pohajati po Kraškem robu in takole skrbeti za svoje zdravje, realnost pa je 10 in več ur dela v službi in nato še doma, gibanje sledi zvečer po temi ali v nekem zaprtem prostoru. Kje je tu logika? Kako ne-penzionist v poklicu, ki je povezan z medicino, poskrbi za svoje dobro počutje in rekreacijo? Samo s trdno voljo in ogromno motivacije, kar je težko. No, in prav redno gibanje in rekreacijo 'zahtevamo' od svojih bolnikov in se čudimo, da tega ne zmorejo. Bo že držalo, da motivacija ni prirojena, ampak si jo mora vzgojiti vsak sam. Kako je z motivacijo za zdravo življenje, če imaš sladkorno bolezen? Kako je šele, če si mladostnik s sladkorno boleznijo – nek posebež, ki se razlikuje od drugih ravno takrat, ko bi bil rad natanko tak kot vsi drugi ali pa bi izstopal le z neko prav frajersko zadevo ali lastnostjo in ne z boleznijo...

Letos imamo srečo, da bo med nami **Dr. Deborah Christie** iz Velike Britanije, ki bi vam jo sedaj radi podrobneje



predstavili. Dr. Christie je klinična psihologinja in častna konzultantka za otroško in mladostniško psihologijo na University College London Hospital's NHS Foundation Trust. S kronično bolnimi otroki in mladostniki se ukvarja že od leta 1998. Razvila je program: Healthy Eating Lifestyle Programme (HELP), ki ga je Združenje za študij debelosti imenoval za Najboljšo prakso spopadanja z debelostjo v letu 2001. Dr. Christie je kot prva prejela SAM/Carlotta Simons Award in Adolescent Health leta 2001 ter nagrado za Izjemne znanstvene dosežke v klinični psihologiji v letu 2004, nato pa še Adele Hoffman visiting professorship in adolescent health and medicine v letu 2013. Dr. Christie je mednarodna predavateljica in voditeljica treningov motivacijskih tehnik in terapije ki je usmerjena na reševanje izzivov kroničnih bolezni pri mladini. Dela z multidisciplinarnimi timi in jim pomaga uspešneje komunicirati z otroki, mladostniki, mladimi odraslimi in družinami. Dr. Christie je objavila preko sto člankov v najuglednejših strokovnih revijah in je so-urednica uspešnice: Psychosocial aspects of diabetes in children, adolescents and families. Trenutno raziskuje nove psihološke pristope k sladkorni bolezni in debelosti pri mladih. Na DiaMind-u bo z udeleženci delavnice intenzivno vadila motivacijski intervju in nekaj drugih tehnik za izboljšanje komunikacijskih veščin z mladimi – vsekakor koristno na delu in doma!

Letos ponovno k nam prihaja priznana **Martha. M. Funnell**, medicinska sestra, doktorica znanosti, ki je Višja znanstvena sodelavka/raziskovalka na oddelku za Medicinsko edukacijo na Univerzi v Michiganu, obenem pa je namestnica direktorja Oddelka



za Raziskave s področja Vedenja, kliničnih in zdravstvenih sistemov na taisti univerzi ter v povezavi s Fakulteto za zdravstveno nego. Bila

je predsednica delovne skupine Zdravstveni sistemi in Edukacija pri Ameriškem združenju za diabetes (ADA). Do nedavnega je bila tudi predsedujoča Nacionalnega Programa za Edukacijo v Diabetesu v ZDA. Je dobitnica številnih nagrad. Ima 30 let izkušenj kot edukatorka v diabetesu z več kot stopetdeset publikacijami in s prek dvestotimi prezentacijami širom po svetu. S prof. Bob-om Anderson-om je razvila filozofijo opolnomočnja (empowerment) pri ljudeh s sladkorno boleznijo. Lani je predavala o vrstniškem izobraževanju, letos pa bo na intenzivnih delavnicah prikazala skupinsko edukacijo in nas spodbudila, da bomo med seboj vadili najnovejše pristope, ki bi nam koristili pri našem vsakdanjem delu z ljudmi s sladkorno boleznijo.

Prav poseben izziv za naši gostji pa bo sredi dneva, ko bosta pred vsemi navzočimi reševali primer iz prakse. O tem si več preberite tudi v tej dvojni številki DiaMindkov, v rubriki **NATEČAJ**.

Prejeli smo že nekaj kliničnih primerov, a si jih želimo še več. Sedaj zadnjič spodbujamo k sodelovanju na natečaju – rok za klinične primere je podaljšan samo še do 8. marca 2015. Opogumite se in nam pišite! Ni težko – potrebujemo le par stavkov, da se bosta Martha in Deborah vživali v starejšega človeka/mladega odraslega, ki ga predstavljate. Želimo si, da bi bili klinični primeri življenjski in predvsem VAŠI.

Z lepimi pozdravi,
Karin z DiaMind timom

DiaMindki

NATEČAJ

Kot ste verjetno opazili v programu 4. DiaMind srečanja, ki bo **23. 4. 2014**, bosta Prof. Martha M. Funnell in Prof. Deborah Christie v živo prikazali pristop k starejšemu/mlajšemu človeku s sladkorno boleznijo. Ta dogodek smo si zamislili tako, da bosta Martha in Deborah v vlogi edukatorke/terapevte delali z igralcem, ki bo igral resničnega človeka s sladkorno boleznijo, ki ima določen problem s svojo boleznijo. Nič nenavadnega, boste rekli ... vendar stvar bo za njiju zapletena, saj vnaprej ne bosta vedeli, kakšen bolnik ju čaka. Tako kot lani, bomo do **8. 3. 2015** od vas zbirali zanimive klinične primere ali take, ki za vas predstavljajo še poseben izziv. Poslali nam jih boste na el. pošto: natecaj@diamind.si. Kolegica jih bo šifriral, mi ostali pa jih bomo, ne vedoč za avtorja, prevedli in enega izbrali za vlogo, ki jo bo na DiaMind-u odigral igralec. Avtorja obeh primerov, ki bosta izbrana za predstavitev, bosta na srečanju nagrajena.

In kako poslati primer? Na približno pol A4 strani čim bolj natančno opišite problem, s katerim je bolnik prišel k vam. Lahko omenite tudi posebne dileme, s katerimi ste se ob tem primeru srečali. Podpišite se z imenom in priimkom ter kje delate, obenem s šifro, ki jo zase predlagate. Tako bo DiaMind srečanje še bolj VAŠE, kot je doslej bilo. Hvala! Veselimo se sodelovanja z vami.

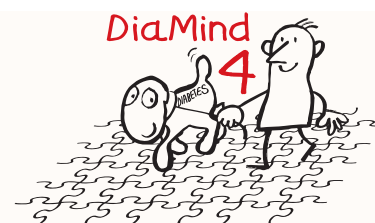
Kot je bilo nakazano v uvodniku, je najtežje začeti pri sebi. V ilustracijo tokrat podajam zgodbo iz Gandhijevega življenja. Ko sem jo slišala, mi je resnično dala misliti ...

Zgodba


Gandhi je imel navado, da je nekaj ur dnevno kramljal z ljudmi, ki so k njemu prihajali z najrazličnejšimi prošnjami. Nekega dne je prišla mati z otrokom in Gandhija prosila, naj otroku zabiča, da ne sme jesti sladkarij. Gandhi se je zamislil in nato materi dejal, naj se vrne čez 14 dni.

Ko se je mati z otrokom vrnila, je Gandhi otroku resnično dejal, naj ne je sladkarij. Mati ga je začudeno vprašala zakaj sta z otrokom morala priti čez štirinajst dni po odgovor, ki bi ga lahko dobila že ob prvem obisku. Odgovoril ji je: »Sam imam zelo rad sladkarije. Najprej sem se jim za 14 dni povsem odpovedal, kar mi je šele omogočilo svetovati otroku.

Gandhijev citat: »Be The **Change** that you want to see in the world.«



Program 23. april 2015

- 7:30 Registracija in jutranja

- 8:30 Uvodni nagovor
- 9:00 Izkustveni delavnici – prvič:
Delo s skupinami – edukacija z
opolnomočenjem
(Martha M. Funnell, USA)
*
'Plešem z diabetesom' Kako
se uspešno pogovarjati in
motivirati mladino, ki ima
sladkorno bolezen
(Deborah Jefford-Christie, UK)
- 12:00 
- 13:00 Prikaz kliničnih primerov z igro
vlog – odrasli s tipom 2 SB
(Martha M. Funnell, USA)
- 13:30 Prikaz kliničnih primerov z igro
vlog – mladostnik s tipom 1 SB
(Deborah Jefford-Christie, UK)
- 14:00 
- 14:30 Izkustveni delavnici –
drugič:
- 17:30 Zaključna razprava
- 18:00 Konec srečanja

Pokrovitelji četrtega DiaMind srečanja:



Lilly



novo nordisk®



MSD



Boehringer
Ingelheim



AstraZeneca