# DiaMindki

številka 16
januar 2016

## UVODNIK – januar 2016

Pozdravljeni!

Pred vami je že četrti DiaMind-ek nove sezone 2015/2016 in ima svoj moto: VSI ENAKI, VSI RAZLIČNI

Kot strokovnjaki smo se naučili vse o sladkorni bolezni in se o njej tudi vedno znova učimo ter odkrivamo presenetljive podrobnosti. Ima številne obraze. Bolezen je ista, usode ljudi s sladkorno boleznijo pa so za vsakega posameznika drugačne. Bolezen je ista, a verjetno ne poteka niti pri dveh ljudeh povsem enako. Vsak človek s sladkorno boleznijo je primer zase, s svojimi lastnostmi, željami, prizadevanji, pasivnim ali aktivnim odnosom do bolezni, z več ali manj notranjimi viri za soočanje z vsemi izzivi, ki jih sladkorna prinaša… Saj poznamo definicijo kronične bolezni: človek ki jo ima, z njo živi **vse dni v letu** in z njo prijateljuje ali pa se z njo spopada na tak ali drugačen način ter hočeš-nočeš na svoji koži občuti, kaj pomeni kronična bolezen.

Naš letošnji 5. jubilejni DiaMind bo pester kot še nikoli, saj se bomo dotaknili zelo različnih vrst ljudi, ki imajo sladkorno bolezen. Poglabljali se bomo v mlade odrasle in nosečnice s sladkorno boleznijo tipa 1, nosečnice z nosečnostno sladkorno boleznijo, ljudi s sladkorno boleznijo tipa 2 različnih starosti in v različnih fazah bolezni. Pogledali bomo, kako se bolniki na sladkorno bolezen odzivajo in kako bi nam zdravstvenim delavcem še bolje uspevalo razumeti psihološke odtenke v življenju ljudi s to boleznijo. Zakaj je tako pomemben psihološki odziv na sladkorno bolezen? Prav psihološki odziv je nekaj kar je kot prstni odtis – lasten je le določenemu človeku. Zdravstveni delavci smo tisti, ki imamo izbiro: ali bomo v tej raznolikosti uživali, saj nam plemeniti vsakdan in daje nov izziv ter zagon, da vsak dan radi opravljamo svoje delo, ali pa nam bo vsa ta raznolikost v breme in bomo vsi utrujeni komaj čakali, da nekoga spravimo v določen predalček in tako primer rešimo. Bolj ko poznamo večplastnost psiholoških vidikov sladkorne bolezni in človeške duše nasploh, bolj nam bo jasno kako delati. In že smo pri toliko poudarjanem individualnem pristopu k bolniku, o katerem se dandanašnji povsod piše in bere, z vrhunskimi strokovnjaki pa trenira le na DiaMind-u!

Ravno popotovanje po labirintih/širjavah psiholoških vidikov je tisto, ki nas bo kot kažipot pripeljalo tja, kamor si želimo – do **individualnega pristopa** in razumevanja bolnika. Šele ob taki osnovi bodo lahko odlična zdravila prišla do polnega učinka ter tako pomembno podprla prizadevanja za najboljši možni potek bolezni, ki si ga želi bolnik in vsi mi.

Rezervirajte si 7. april 2016 zase, ko boste delali z dragocenimi vsebinami, ki vam bodo polepšale in olajšale delo, obenem pa boste z nami proslavili jubilejno že 5. srečanje zapovrstjo!

PRIJAVE NA 5. DIAMIND SO ŽE ODPRTE. ČE SE PRIJAVITE DO 10. FEBRUARJA, SI BOSTE KOT ZGODNJI PTIČKI ZAGOTOVILI POLOVIČNO KOTIZACIJO!

Program srečanja je že tu in prinaša posrečeno mešanico teme opolnomočenja z nekaterimi temami, ki se jih doslej še nismo dotaknili, seveda pa bodo v osrednjem delu dneva na vrsti klinični primeri, ki so se vam na prejšnjih srečanjih tako zelo priljubili.

Z lepimi pozdravi,
Karin z DiaMind timom

www.DiaMind.si

## POZOR !!!

*Letošnji 5. in jubilejni DiaMind nosi naslov*

*5 YEARS – 5 TRAINERS – 5 STARS*

*Srečanje bo 7. aprila v Mestnem muzeju v Ljubljani*

*DO 10. FEBRUARJA JE KOTIZACIJA ZA »ZGODNJE PTIČKE« POLOVIČNA !*

*Število mest na srečanju je omejeno, zato si zagotovite svoj prostorček čim prej na*

*www. DiaMind.si*

Pokrovitelji petega DiaMind srečanja so:

novo nordisk®

Boehringer Ingelheim

AstraZeneca


Revijo DiaMindki je izdalo Društvo za znanost in izobraževanje DRZNI, ki je skupaj z ordinacijo jazindiabetes d.o.o tudi organizator vsakoletnega srečanja DiaMind

odgovorna urednika: dr. Miha Kos in dr. Karin Kanc, naslov uredništva: Pod hrasti 74, Ljubljana, e-naslov: info@diamind.si

# DiaMindki

**Program 7. april 2016**

## 5 Years – 5 Trainers – 5 Stars
## Programme April 7th, 2016

7:30 Registration and

8:30 Introduction

9:00 "Minds-on" Workshops – 1st round:
Helping People Achieve Diabetes Self-Care Goals—Tips and tools (Laurie Ruggiero, USA)
Becoming a Diabetes Mum (Carina Sparud-Lundin, Sweden)

11:15 Live role-play empowerment approach – adult patient, Type 2 DM (Martha Funnell, USA)

12:45

13:30 Live role-play psychological approach – young adult patient, Type 1 DM (Deborah Christie, UK)

15:00

15:30 "Minds-on" Workshops – 2nd round

17:30 Discussion and conclusions

18:00 End of Meeting

## Primer za prakso:

***Kako ravnati, če se terapevtski odnos ne razvija tako, kot bi si želeli?***

Gospa z novoodkrito sladkorno boleznijo ...

- gleda zdravnika/sestro z velikim nezaupanjem
- govorica telesa izdaja veliko napetost, ki se kaže s stiskanjem ustnic, nervoznim gibanjem zdaj ene, zdaj druge noge, s presedanjem na stolu in pogledovanjem na uro
- izraža se le s skopimi besedami in izgleda, kot bi se zadrževala tik pred izbruhom jeze, besa ...

V takem primeru je najbolje na glas izraziti svoja opažanja, in delovati kot da bolnici 'nastavimo ogledalo': Opažam, da ste napeti, da se vam nenehno zdi, kot da se morate braniti ? Ne vem, če so moja opažanja pravilna ... Kako pa vi doživljate tale najin pogovor?

V praksi so odzivi bolnika zelo večplastni, od popolnega zanikanja da jih kaj teži, do strinjanja. Vsem odzivom pa je skupno, da se odnos nekam 'premakne'. Morda pa se bo učinek konkretnega in iskrenega poziva k večji odprtosti z opolnomočenjem za iskren dialog pokazal šele na naslednjih srečanjih. Tudi to je v redu.

Verjemite, tak pristop lahko dela čudeže in pripomore k temu, da oba, zdravstveni delavec in bolnik, na novo zadihata.

Pa srečno, jutri je še 67 dni do 5. DiaMind-a

**www.DiaMind.si**

## POZOR !!!

***Letošnji 5. in jubilejni DiaMind nosi naslov***

***5 YEARS – 5 TRAINERS – 5 STARS***

***Srečanje bo 7. aprila v Mestnem muzeju v Ljubljani***

***DO 10. FEBRUARJA JE KOTIZACIJA ZA »ZGODNJE PTIČKE« POLOVIČNA !***

***Število mest na srečanju je omejeno, zato si zagotovite svoj prostorček čim prej na***

***www. DiaMind.si***

Pokrovitelji petega DiaMind srečanja so:

novo nordisk®

Boehringer Ingelheim

AstraZeneca

Revijo DiaMindki je izdalo Društvo za znanost in izobraževanje DRZNI, ki je skupaj z ordinacijo jazindiabetes d.o.o tudi organizator vsakoletnega srečanja DiaMind

odgovorna urednika: dr. Miha Kos in dr. Karin Kanc, naslov uredništva: Pod hrasti 74, Ljubljana, e-naslov: info@diamind.si