

DiaMindki

DVOJNA
številka 22
marec 2017

UVODNIK – marec 2017



Marec 2017 - Spet dvojna številka!

Pred vami je novi DiaMindek. Sedaj vam bomo razkrili nadaljnje podrobnosti o programu letošnjega že 6. DiaMind

srečanja, ki se bo z vami in za vas odvijal 6. aprila 2017 v Mestnem muzeju v Ljubljani. Veselimo se že snidenja z vami.

Kot verjetno že veste (glejte še program desno), se bomo tokrat lotili teme, ki se jo večina izogiba in o kateri na diabetoloških konferencah v svetu slišimo zelo malo, pri nas pa prav nič: SEKS IN DIABETES!

Spolnost in diabetes ter težave v zvezi s tem ni samo impotenca pri moških, so še številni izzivi, ki pestijo ženske - ali sploh vemo kako se one odzivajo na spremembe, ki se jim dogajajo v spolnosti v zvezi s sladkorno boleznijo? Kako pa je z mladino - ali si prilagajajo odmerke insulina v času spolnega odnosa? Kam dajo črpalko? Ali jih skrbi, če si bodo sploh lahko našli partnerja, ki bo razumel njihove zadrege, ali si bodo sploh lahko ustvarili družino?

KOT ZDRAVSTVENI DELAVCI LAHKO POMAGAMO LE, ČE O TEJ TEMI Z NAŠIMI PACIENTI SPLOH SPREGOVORIMO ...

POHITITE, IN SE ZA 6. DiaMind REGISTRIRAJTE NA




www.diamind.si

DiaMindek za prakso:

Diabetologi, medicinske sestre in edukatorji, še posebej tisti, ki delamo s črpalkami, se zelo veselimo vsakega tehnološkega napredka, vsake nove črpalke, vsakega novega merilca krvnega sladkorja, ki omogočajo ljudem s sladkorno boleznijo lažje življenje s to boleznijo. Ni boljšega, kot da vsakih 5 minut veste, koliko je vaš krvni sladkor, kajne? Pa je res tako ali je to pogled nekoga, ki se s sladkorno boleznijo ukvarja profesionalno? Je sploh mogoče, da človek s sladkorno boleznijo meni drugače? Navdušenje zdravstvenega delavca nad tehnologijo lahko kaj hitro trči ob nerazumevanje in odklanjanje tehnologije s strani človeka s sladkorno boleznijo. V vsakdanji praksi smo že kar navajeni, da nekdo ne želi zdravljenja z insulinsko črpalko, saj jim večinoma ni všeč, da bi jih neka 'škafica', ki je nenehno pritrjena z 'nerodno' cevko na njihovo telo, spominjala, da so bolni. Poznam mnoge, ki ne želijo vsakih pet minut vedeti, kakšen je njihov sladkor, še posebej če so oni sami ali nekdo od 'sotrpinov' imeli slabo izkušnjo s točnostjo meritev v podkožju v primerjavi z meritvijo v krvi.

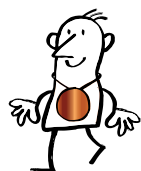
Nedolgo tega, je v mojo ordinacijo prišla gospodična, ki ima sicer vedno sladkorno bolezen dobro urejeno. Ko smo jo, kot vsakogar, ki se zdravi z insulinsko črpalko, povabili na elektronski odčitek črpalke, je odčitavanje jasno in glasno odklonila. Pred njo sem doslej imela le eno dekle, ki je odčitavanje prav tako odklonilo. Moje osebje že ve, da vsakokrat predlagamo odčitavanje, a nikogar ne silimo da ga MORA dopustiti. Pri dekletu izpred let, ki se je medtem odselilo v tujino, sem bila njene odklonilnosti po prvem začudenju v sebi, vesela. Zakaj? Dekle je bilo pri meni tudi v psihoterapiji, kjer sva se sladkorne le bežno dotikali. Njena največja tegoba je bila, da se v pomembnih trenutkih ni 'potegnila zase', da je imela občutek, da vedno vsi drugi vse vedo bolje od nje, da so vsi boljši od nje. Ko se je odčitku enkrat uprla, sem si rekla: ČUDOVITO - potegnila se je zase, ne želi, da bi 'kukali' v njeno intimo takrat, ko ona tega ne želi - pa tudi če gre za ceno tega, da ji tako kot diabetolog nisem mogla svetovati o insulinski terapiji. Njeno vedenje je kazalo na to, da je okrepila svojo samozavest, kar se je kasneje izkazalo tudi na drugih področjih. Pomembno je, da kot profesionalci v takem primeru nismo užaljeni, da ne prepričujemo

DiaMind SIX – SEX and Diabetes Empowerment Challenges Taboo Programme April 6, 2017

- 7:30 Registration and 
- 8:30 Introduction
- 8:45 "Minds-on" Workshops – 1st round:
- Exploring Sexuality with People Living with Diabetes – First Steps (Sally Openshaw, UK)
 - Sexual History-taking & Many More Practical Tools for Health Care Professionals (Irena Rahne Otorepec, SLO)
- 11:45 
- 12:30 Sexuality Challenges – Young Adult Person with Type 1 Diabetes. A live role-play (Sally Openshaw, UK)
- Sexuality Challenges – Adult Person with Type 2 Diabetes. A live role-play (Karin Kanc, SLO)
- 14:30 
- 14:45 "Minds-on" Workshops – 2nd round
- 17:45 Discussion and Conclusions
- 18:00 End of Meeting

v svoj prav, pač pa po principu opolnomočenja privolimo v človekovo odločitev in naslednjič ko pride, spet obrnemo 'nov list' in pogledamo, če se je že kaj spremenilo. Tako gradimo pravi in zaupni odnos. Tudi z dekletom ki je bila nedavno odklonilna, sem postopala podobno. Kar je bilo novega je, da sem v pogovor vedno znova nevsiljivo vključila besede kot so: no, ob odčitavanju črpalke, bi pa videli to in to ... Dekle se je na trenutke začudilo, kaj vse bi lahko videli, kot da ji je vse novo, čeprav sva to delali že prej ... a kot rečeno, vsakič obračamo nov list, obenem pa krepimo odnos in dosledno izvajamo opolnomočenje. Priznam, velikokrat ni lahko, a če smo se temu zavezali, je odločitev in pot jasna.

Program
6. april 2017



Pokrovitelji šestega DiaMind so:

**Sedaj pa k predstavitvi letošnjih gostij na 6. DiaMind-u z naslovom:
Sex and Diabetes, Empowerment Challenges Taboo**

SALLY OPENSHAW

je certificirana seksualna in relacijska psihoterapevtka, ki vodi in deluje v zasebni psihoterapevtski praksi v Devonu, v Veliki Britaniji. Sally je tudi akreditirana članica COSRT (College of Sexual and Relationship Therapist). Glavni model po katerem deluje je integrativno-relacijski in v International Integrative Psychotherapy Association (IIPA) je priznana kot trenerka in supervizorka. Sally vodi Towerhouse Counselling (www.towerhousecounselling.co.uk) in je vodilna učiteljica v tečajih za pridobitev akreditiranih diplom s strani britanskega združenja za psihoterapijo. Sally je leta 2013 zaključila trening EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) in je članica Evropskega združenja za EMDR metodo, ki se zelo učinkovito uporablja pri delu s klienti s post travmatsko stresno motnjo (PTSD). Sally je nedavno uspešno zaključila tudi ekspertno izobraževanje o seksualni odvisnosti. Sally je tudi izkušena mentorica, specializirana za izobraževanje odraslih.

IRENA RAHNE OTOREPEC

je leta 1988 doštudirala na ljubljanski medicinski fakulteti

ter zaključila specializacijo iz psihiatrije leta 1996. Na univerzitetni psihiatrični kliniki v Ljubljani se je leta 1997 pričela aktivno ukvarjati s seksualno medicino, pod mentorstvom uglednega profesorja dr. Slavka Zihlerla. Slednji je bil tedaj edini seksolog v Sloveniji. Irena je bila leta 2012 prva diplomantka evropskega izpita o seksualni medicini in je postala Fellow of the European Committee for Sexual Medicine (FECSM). Leta 2013 je v okviru Psihiatrične klinike ustanovila in pričela delovati v prvi seksološki ordinaciji v Sloveniji. V Sloveniji je članica SSSM (Slovenian Society for Sexual Medicine), poleg tega pa je aktivna članica European Society for Sexual Medicine (ESSM), European Federation for Sexology (EFS) in International Society for Sexual Medicine (ISSM). Irena je tudi predsednica slovenskega interdisciplinarnega tima za potrditev spolne identitete.

KARIN KANC

je ena od organizatork srečanj DiaMind (Diabetes&Mind). Kot diabetologinja vodi zasebno ordinacijo s koncesijo jazindiabetes v Ljubljani (www.jazindiabetes.si). Je članica številnih diabetoloških združenj.

Od leta 2015 je certificirana integrativna psihoterapevtka (IIPA). Od leta 1995 je aktivna članica skupine PSAD za psihologijo in diabetes (Psychosocial Aspects of Diabetes) pri evropskem združenju za diabetes (EASD) ter je v domovini pionirka v povezovanju psihologije, psihoterapije in diabetesa. Od leta 2008 se posveča čuječnosti in od leta 2013 čuječnosti (mindful eating).

