



## UVODNIK – januar 2020

Pozdravljeni vsi skupaj v letu 2020!

Se spomnite kaj smo počeli v letu 2019?

Že 8. DiaMind je za nami! Ukvarjali smo se z vsem, kar nas pri našem

delu lahko naučijo ljudje s sladkorno boleznijo in predvsem s tem, kako pomembno je pri svojem delu in nasploh uporabljati pravilne besede/ jezik (LanguageMatters). Gostili smo ugledne gostje: profesorico dr. Majo Rus Makovec, ugledno psihiatrinjo iz Slovenije in prof. Julie Wagner, specialistko za zdravstveno psihologijo iz Connecticut-a. V našem zaključku simpozija smo si bili edini, da je poleg jezika samega še kako pomemben osebni odnos do ljudi s sladkorno boleznijo! Nič ne pomaga, če uporabljamo 'prave besede', najbolj šteje to ali jih uporabljamo zaradi svojega iskrenega prepričanja ali pa samo zato, da bomo zadostili neki 'novi modi'. Vaš osebni odnos do ljudi s sladkorno boleznijo se najbolj

začuti na povsem intuitivni ravni. Vprašali se boste, kako? Morda je najboljša primera ta, ko se na primer ne počutimo dobro in nas nekaj skrbi, svojemu otroku pa z besedami zatrjujemo, da je vse v najlepšem redu. Otrok, ki je intuitivno povezan z nami zagotovo čuti, da je nekaj zelo narobe. Tako je tudi v odnosu do ljudi s sladkorno boleznijo (ali kako drugo boleznijo, s katero se npr. ukvarjate) in prav je, da ta svoj odnos pri sebi raziščete: ali so vam vsi ti ljudje odveč, ste si vedno želeli delati nekje drugje, pa so vas okoliščine pripeljale do dela s 'temi zahtevnimi diabetiki' ali pa radi delate z njimi in se veselite vedno novih zgodb o tem, s kakšnimi izzivi se srečujejo in kaj se jim je pripetilo? Upam, da ste v slednji skupini, ker je potem pri delu 'vse lažje'. So dnevi, ko je težko in ne gre, še posebej, če se nas npr. loteva viroza, smo po dežurstvu ali smo slabo spali, če so naši otroci zboleli ali pa se je zdravje naših ostarelih staršev poslabšalo, nam zmanjkuje časa zase in je že davno tega, ko sem delala zadnji pozdrav soncu ali vsaj strešico na svoji jogijski blazini- kup dejavnikov je, ki nam lahko preprečijo uspešno

in izpolnjujoče delo, a če taka stanja prepoznamo in poskrbimo zase in če imamo v svojem bistvu veselje do svojega dela, potem je 'vse lažje'. Če ste

med tistimi, ki so po naključju 'vrženi' v tako delo pa želim, da bi se s tem soočili in si poiskali kaj drugega, kar je 'bolj napisano na kožo' in v tem nato zares uživali. Seveda bi bili še vedno ZELO DOBRODOŠLI tudi na DiaMindu, kjer so večšine, ki se jih učimo, tesno povezane s sladkorno boleznijo, a bi jih lahko uporabili kjerkoli drugje, nenazadnje tudi v osebnem življenju.

IN KAJ NAS ČAKA NA DIAMIND-U V LETU 2020, KO SE BOMO SREČALI ŽE 9. - ič?

**Tema ni več skrivnost - preučevali bomo Motnje hranjenja in Prehranjevanja pri ljudeh s sladkorno boleznijo!**

V nadaljevanju si oglejte program srečanja.

Ponovno imamo zelo zanimive gostje, ki jih bomo posamezno predstavljali v naslednjih DiaMindkih. Le zakaj same ženske, se boste vprašali???

No, na 10. DiaMind-u v letu 2021 bo drugače, a to je še skrivnost!

**NE ZAMUDITE TEGA EDINSTVENEGA SREČANJA!**

**KDAJ?**

**16. aprila 2020.**

**Prijavite se**

**TUKAJ**

Vabimo vas, da se že 9. DiaMind-a v čim večjem številu udeležite.

Lepo pozdravljeni in se 'srečamo' ob DiaMindku, ki ponovno kmalu izide!

Karin in Miha z DiaMind timom

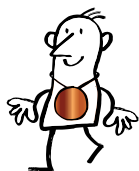
DiaMind 8 – Evaluation form (26)

Quality of Workshops	4,88
Quality of Clinical case presentations	4,88
Usefulness of the Meeting for your work	4,77
Originality of the Topics	4,85
Organisation of the Meeting	5,00
Would you recommend this Meeting to your colleague?	100 % yes
Would you participate at DiaMind next year?	98 % yes
How many DiaMind Meetings did you attend?	3,38
Did DiaMind change the way you work?	93 % yes



Srečanje je bilo skladno z merili EthicalMedTech – Conference Vetting System

Pokrovitelji osmega DiaMind srečanja so bili:



### DiaMind-ek za prakso:

Imam mlado gospo Metko s sladkorno boleznijo tipa 1 ki je tudi gluha. Nima polževega vsadka, sporazumevati se je mogoče le s pomočjo tolmačke. Pri meni je že vrsto let in v vseh teh letih se je situacija z njo precej spremenila. Ko je prva leta hodila na preglede, je prihajala brez tolmačke. To je bil hud izziv zame, saj znam le par 'besed' znakovnega jezika, tako da sva si dopisovali. Najpomembnejše zanjo je tedaj bilo, da je suha in da lahko obleče tesno oprijete obleke ki jih je verjetno imela še iz zgodnjih najstniških let. Obenem je bila sladkorna bolezen zelo slabo urejena. Z njo sem delala zelo nežno, saj se mi je zdelo, da bo vsaka ostrejša in streznujoča beseda: 'češ, sluha nimaš, imaš samo še oči', izzvenela v prazno in jo bo samo odvrnila od rednega prihajanja na kontrole. Res je bilo tako. Nekega dne mi je spontano priznala, da poje na dan ogromno čokolade in si pač ne daje insulina ter je ponosna, da je tako suha. Prepoznala sem (končno!) motnjo hranjenja ki jo v angl. literaturi zasledimo pod nazivom 'insulin purging'. Predlagala sem ji zdravljenje pri psihiatru, kar je odločno zavrnila. Postopoma sem izvedela, da je imela zelo hude družinske razmere (vsi gluhi), ki jih ni obvladovala. Tudi jaz situaciji z vsem svojim zavedanjem njenega stanja, nisem bila kos, čeprav sem se trudila na različne načine in tudi nekajkrat predlagala zdravljenje pri drugem diabetologu, kar je zavrnila. Nato pa se je zgodilo: umrl ji je oče, razmere doma so se spremenile in tudi v odnosu do sebe, svojega telesa in svoje sladkorne bolezni se je zgodil nenavaden obrat. Metka se je pričela zelo zavzemati zase, sladkorna bolezen je bila bistveno boljše urejena, zanimalo jo je kaj pomenijo njeni začetni zapleti na očeh, na ledvicah, kako najbolje pristopiti k Charcot-ovemu stopalu (da - vse to se ji je medtem pripetilo... diabetologova MORA) in nasploh je postala izredno zgovorna sogovornica. Zadovoljna je bila kako izgleda, čeprav je imela kar nekaj kilogramov več kot prej (vsekakor ne preveč!). Na kontrole sedaj redno prihaja s tolmačko in prav nobenega srečanja ne izpusti. SAMA potuje po celem svetu in se dobro znajde.

Odkod ta preobrat? Imam kako razlago? Edina razlaga, ki jo imam je: moje nenehno potrpežljivo in blagohotno spodbujanje, da se ni počutila zaničevano zaradi slabo urejene sladkorne bolezni, medtem pa je sama dozorela in vzela stvari v svoje roke... Druge razlage nimam. Na srečo se je vse relativno dobro končalo. In nauk zame: včasih je prisotnost (prezenca) in stanovitnost vse, kar v odnosu lahko nudimo, čeprav je na trenutke v meni 'vse vrelo'. Ničesar, prav ničesar ne moremo narediti NAMESTO ljudi ki jih zdravimo.

Včasih res ostane le vztrajnost in upanje, da bo neka 'srečna zvezda' poskrbela, da se bo vse kolikor toliko dobro izteklo.

Ste imeli podoben primer? Imate ljudi (ne samo dekleta, ne samo mladino!) s podobnim odnosom do sladkorne bolezni in svojega telesa? Pomislite, morda gre za motnjo hranjenja ki je značilna prav za ljudi s sladkorno boleznijo tipa 1. O takih primerih in na kakšne načine do ljudi s tako motnjo pristopiti, bomo na DiaMind-u 'trenirali' s priznano strokovnjakinjo iz Avstralije dr. Christel Hendrieckx.

### EATING DISORDERS – DISORDERED EATING IN DIABETES

Awareness & Time to Act!  
Programme April 16, 2020

- 7:30 Registration and 
- 8:30 Introduction
- 8:45 Eating Disorders – Modern Insight (Karin Serneć, SLO)
- 9:15 Eating Disorders - Endocrine Changes Cause or Consequence? (Miša Pfeifer, SLO)
- 9:45 Discussion
- 10:00 "Minds-on" Workshops – 1<sup>st</sup> round:  
Binge Eating Disorder in T2 Diabetes. What is it and what can we do? (Jackie Fosbury, UK)  
Mindful Eating - An Important Role in Persons with Disordered Eating? (Karin Kanc, SLO)  
and  
Disordered Eating in T1 Diabetes. A Clinician's Challenge (Christel Hendrieckx, AUS/B)
- 12:15 
- 13:00 PWD challenges – A live role-play Christel Hendrieckx, AUS/B)  
PWD challenges – A live role-play (Karin Kanc, SLO)
- 14:30 
- 14:45 "Minds-on" Workshops – 2<sup>nd</sup> round
- 17:00 Discussion and Conclusions
- 17:15 End of Meeting

Srečanje je bilo skladno z merili EthicalMedTech – Conference Vetting System

Pokrovitelji osmega DiaMind srečanja so bili:

