

Diabetesskola VO Primärvård Västra Gästrikland

Helen Breisch Flink, Christina Sundvik



Bakgrund

- ❖ Det fanns ett behov av att ge patienterna mer kunskap om sin diabetes för att öka empowerment kring sin sjukdom.
- ❖ Forskningen visar att personer som har diabetes och genomgår en grupputbildning får ett lägre HbA1c gentemot personer som inte går grupputbildning. Vilket i sin tur även ger minskad risk för stroke och hjärtinfarkt till följd av sjukdomen.
- ❖ Socialstyrelsen prioriteringsordning nummer 3 är grupputbildning till diabetespatienter.

Syfte

- ❖ Att öka patienternas kunskap och förståelse om sin diabetessjukdom och ge dem verktygen för att de ska kunna hantera sin diabetes och därmed minska risken för komplikationer.
- ❖ Förbättra HbA1c.
- ❖ Få inspiration från andra deltagare.

Arbetet startade hösten 2018

- ❖ En grupp bildades där diabetessköterskor och läkare från HC Norra och HC Södra samt verksamhetsutvecklare började titta på möjligheten att starta upp en diabetesskola.
- ❖ Omvärldsbevakning: ett studiebesök på vårdcentral i Borlänge. Insamling av befintligt material från SKL , aktuell forskning mm. i området grupputbildning till typ 2 diabetes.
- ❖ Under arbetets gång utökades arbetsgruppen och består nu mera av dessa yrkeskategorier: fysioterapeut, dietist, psykosocialt team, hälsopedagog, diabetessköterska och läkare.

Våren 2019

- ❖ Två pilotgrupper för diabetesskolan genomfördes.
- ❖ Patienten träffade diabetessköterskan 1 gång innan diabetesskolan och vid behov även läkare.
- ❖ Arbetsföra patienter erbjuds förebyggandesjukpenning vid varje utbildningstillfälle.

Kriterier

- ❖ Patienter som nydiagnostiserade med diabetes typ 2 diagnos från januari 2019 och var 75 år eller yngre erbjöds att delta diabetesskolans pilotgrupp.
- ❖ Max 10 patienter / grupp.

Diabetesskola innehåll

- 1, Diabetessköterska föreläser samt gruppdiskussioner.
- 2, Föreläsning kring beteendeförändring, gruppdiskussion och lättare träningspass. (PST)
- 3, Dietist föreläsning, gruppdiskussion och lättare träningspass.
- 4, Fysioterapeutföreläsning, gruppdiskussion och lättare träningspass.
- 5, Läkarföreläsning, gruppdiskussion, utvärdering och lättare träningspass.

Uppföljning ca 6-7 månader efter avslutad skola.



- ❖ Ett bra mellanmål serveras vid varje tillfälle som beställs från köket.
- ❖ Alla deltagare får en blodsockermätare vid första kurstillfället.
- ❖ Varje patient får en mapp med utbildningsmaterial som Sveriges kommuner och landsting tagit fram.
- ❖ Föreläsningarnas grund är baserad på Sveriges kommuner och landstings utbildningsverktyg för typ 2 diabetes.

Utvärdering av diabeteskolan våren 2019

❖ Gott resultat

- **Citat från patienter**

- "intressant och lärorikt"
- "Detta var en bra diabeteskola då all information var riktigt bra och man kan ej få för mycket av den. Så en bra grej!!"
- "Bra kurs"
- "Har lärt mig mycket i den här kursen"
- " Tack för att du övertalade mig att gå kursen, den har varit så bra"

Utvärdering medarbetare

- **Citat från medarbetare**
- Roligt sätt att arbeta
- Hoppas att det får fortsätta
- Skönt att diab sköterska deltog under träffen
- Givande att sätt att prata kring kosten samt effektivare att träffa flera samtidigt
- De flesta har varit positiva till träningen dock inte alla, med alla har kämpat på efter sin förmåga.
- Bra att gemensamt gå igenom blodsockermätaren och tankar kring när man kan/ska mäta för att få information om sina olika val.

Hösten 2019

- ❖ Beslut om att fortsätta med Diabetesskola tillsvidare och att inkludera hela VO-västra.
- ❖ Diabetesskolan är fortlöpande med 3-4 kursstarter/termin
- ❖ Från Hösten 2019 kallar sekreterare patienter från diabetesskolans väntelista och bokar in dessa i diabetesskolans tidbok.
- ❖ Fler diabetessköterskor har blivit involverade för att kunna hålla i kurser.
- ❖ Uppföljning av vårens grupper.

Fortsatt arbete med utveckling.

- Regelbundna workshops för medarbetare som arbetar med diabetesmott.
- Arbete pågår med en VO-gemensam rutin - klar dec 2019.
- Planera för diabetesskola för patienter som inte har svenska som modersmål. VT 2020