

TEMA 2: Følgesygdomme

OPLÆG: Følgesygdomme

Anbefalet - vælg mindst 1 af 2

Formål

At deltagerne får viden om, hvilke følgesygdomme der er til diabetes, og hvad de selv kan være opmærksomme på i hverdagen i forhold til at forebygge eventuelle følgesygdomme.

Om oplægget

Underviser udarbejder et oplæg, der indeholder følgende:

- Nyresygdom (nefropati), herunder begrundelser for urinprøver hos lægen
- Øjensygdom (retinopati), herunder eventuelle besøg hos øjnlæge
- Nervesygdom (neuropati), herunder gastroparese, vandladningsbesvær, fødder (fodterapeut) og seksuelle komplikationer
- Tænder, herunder parodontitis, caries, svampeinfektion og mundtørhed
- Hjerter-karsygdomme, herunder rygning, kolesterol, blodtryk og blodpropper
- Søvnapnø
- Psykiske udfordringer, herunder depression og diabetesstress og risikoen for at få det
- Huden, bindevæv, led og muskler
- De vigtigste faktorer i forhold til forebyggelse af følgesygdomme, herunder blodtryk, blodsukker, egenomsorg i hverdagen og eventuelt rygestop.
- Underviseren kan med fordel spørge ind til deltageres erfaringer undervejs og opfordre deltagerne til at dele deres oplevelser med følgesygdomme med hinanden.

MATERIALER



- Roll-up figur og tilhørende magnetbrikker, der findes i **materialekassen til modul 5**.



- Powerpoint-skabelon downloades fra **www.levlivet.online**
- Balancekort fra Diabetesforeningen findes på **www.levlivet.online**
- Inspirationsmaterialer findes i materialekataloget på **www.levlivet.online**

TIPS TIL UNDERVISEREN

- Underviseren bør være opmærksom på at bruge almindeligt kendte ord og ikke fagtermer. Det hjælper at være meget konkret i oplægget.
- Underviseren kan bruge balancekortet fra Diabetesforeningen til at opsummere de regelmæssige "tjek", som deltagerne bør have.
- Roll-up figur med tilhørende magnetbrikker kan anvendes til at fortælle ud fra.