



Birgitte Schnack Nielsen

bsne@regionsjaelland.dk
Klinisk diætist, Børneafdelingen,
Sjællands Universitetshospital Roskilde



Louise Lundby Christensen

lochris@regionsjaelland.dk
Børnelæge, programchef, Børne- og
ungediabetes, Steno Diabetes Center
Sjælland

Hænderne i bolledejen med dia-venner

Børn med type 1-diabetes og deres forældre har brug for viden om sygdom og behandling og redskaber, der støtter gode valg i hverdagen. Børn lærer bedst gennem leg og ved at bruge sanserne. Steno Diabetes Center Sjælland og Sjællands Universitetshospital Roskilde har startet et nyt behandlingstilbud med gruppebaserede diabetes-konsultationer og praktisk kulhydrattælling i nyindrettet grupperum og køkken.

De fleste mennesker, der har erfaring med børn, kan sikkert genkende fornemmelsen af, at man mister barnets opmærksomhed, hvis samtalen bliver lidt for voksen. Det er som om, de indstiller blikket på uendeligt og ophører med at tage informationerne ind.

Det er i hvert fald en erfaring, vi har gjort os i arbejdet med børn med type 1-diabetes i diabeteskonsultationerne. Et af "vores" børn sagde det rammende og fint, da vi spurgte dem, hvad de syntes om diabeteskonsultationen:

Jeg synes, det er lidt kedeligt, fordi vi ikke skal lave noget.

ET VOKSENT FRIRUM

Børn lærer bedst gennem krop, leg og sanser. Og vil vi lære dem noget, som skal sidde fast og medføre adfærdssændringer hos dem i hverdagen, er vi nødt til at tage højde for dette forhold i vores undervisning.

Det har vi taget konsekvensen af i Steno Diabetes Center

Sjælland. I januar introducerede vi et nyt behandlingstilbud i diabetesambulatoriet på Sjællands Universitetshospital Roskilde. Her får børnene helt bogstaveligt talt hænderne i bolledejen.

Vi voksne kaldte det til en start for **praktisk kulhydrattælling og gruppekonsultation**, men børnene har nu selv fundet på et meget bedre navn: **"dia-venner"**.

Til formålet har vi indrettet et nyt lokale til gruppekonsultationer med et tilhørende køkken i børneambulatoriet.

I det nye tilbud har vi erstattet de sædvanlige individuelle diabeteskonsultationer med gruppekonsultationer, hvor vi deler børn og forældre op i stedet for som hidtil at tale med dem på én gang. På den måde er håbet, at vi kan skabe et frirum for forældrene, hvor de kan mødes med andre forældre, der sidder i samme båd som dem selv. Mange forældre kan nemlig, ligesom børnene, føle sig meget alene om det at have diabetes helt tæt på livet. I et interview om deres forventnin-



Inde ved siden af udveksler de voksne erfaringer og ser på insulinpumper og blodsukkerkurver sammen med en læge og sygeplejerske. Imens er børnene sammen til en sjov og legende diabeteskonsultation i nyindrettet grupperum og køkken. Her kan de i selskab med diætisten og sygeplejersken blandt andet lege kulhydrattælling ind på lystavlen. Og ligesom de voksne får de lejlighed til at udveksle erfaringer med ligesindede.

ger til det nye behandlingstilbud sagde en af forældrene:

Jeg håber, at man måske ikke føler, at man er helt alene med det ... at man ligesom får noget erfaring fra andre forældre, hvor børnene måske har haft det i lang tid eller også er nye med det, så man kan dele sine egne erfaringer det vil være rart at få nogle input om, hvordan folk tackler deres hverdag.

LEGENDE LÆRING

Mens de voksne snakker, udveksler erfaringer og ser på insulinpumper og blodsukkerkurver sammen med en læge og sy-

geplejerske, går børnene ind ved siden af til en sjov og mere legende diabeteskonsultation med udgangspunkt i køkkenet. Her kan de i selskab med diætisten og sygeplejersken blandt andet lege kulhydrattælling ind på lystavlen. Og ligesom de voksne får de lejlighed til at udveksle erfaringer med ligesindede. Og børnene havde ligesom deres forældre også positive forventninger til at mødes med andre børn med diabetes, inden vi startede: *Jeg tror, det bliver hyggeligt og rart at være sammen med andre, som har det (diabetes),* sagde et af børnene. De havde naturligvis også masser af idéer til, hvad vi skulle lave af mad: ▶



Plads til børn og voksne i børneambulatoriet.



- *Pølsehorn synes jeg ... og pizzasnegle.*
Så vi startede med pølsehornene.

HJØRNESTEN I BEHANDLINGEN

Kulhydrattælling er en hjørnesteen i behandlingen af type 1-diabetes hos både børn og voksne, fordi det har en række positive effekter:

Hvis patienten er i stand til at tælle kulhydrater og beregne deres insulindosis til maden, kan det være med til at forbedre blodglukosereguleringen, reducere risikoen for hypoglykæmi og øge patienternes livskvalitet⁽¹⁻²⁾.

Derfor bør uddannelse i kulhydrattælling og sunde kostvaner også være en central del af behandlingstilbuddet til børn med type 1-diabetes i henhold til de internationale guidelines⁽³⁾.

Men desværre ved vi fra litteraturen, at effekten af patientuddannelse ofte er kortvarig. Og, at der derfor er brug for løbende opfølgning⁽⁴⁾.

Dia-venner tager netop højde for dette: Børnene samles i køkkenet sammen med diætist og sygeplejerske, hvor de i grupper af fire til seks børn laver mad og træner kulhydrattælling med fingrene i bolledejen. Bagefter spiser børn, forældre og diabetesbehandlere sammen. Børnene kan fortælle, hvad de har lært, og give tips og tricks videre til deres forældre, mens der spises pølsehorn, grønsagsstænger og hjemmelavet dip i det nye grupperum.

Gruppekonsultationerne erstatter de hidtidige individuelle konsultationer, hvor man hen over året mødtes to gange med en læge og to gange med en sygeplejerske.

Nu møder børnene, i første omgang de 8-12-årige, og deres forældre i stedet til fire gruppekonsultationer af to timers varighed om året. Og grupperne følges ad, så der bliver mulighed for, at både børn og forældre kan lære hinanden rigtig godt at kende hen ad vejen.

HYGGELIGT, HJEMLIGT OG SANSELIGT

Gruppekonsultationerne skal være et trygt frirum, som er rart at være i for børnene. Derfor er det en vigtig detalje, at vores nye grupperum og køkken er indrettet på en måde, så det adskiller sig fra sygehusmiljøet. Det skal være hyggeligt, hjemligt og sanseligt.

I gruppekonsultationerne taler diætisten og sygeplejersken med børnene om deres sygdom, og leg, madlavning og andre aktiviteter giver dem nye redskaber til at håndtere den.

Vi har udviklet en række værktøjskasser med forskellige emner, som er udgangspunkt for gruppekonsultationerne. Børnene er fra gang til gang med til at vælge et emne til næste gang, for eksempel sport, fødselsdage, fastfood, mellemmåltider og madpakker.

Værktøjskasserne indeholder eksempelvis opskrifter i bør-



Diabetessygeplejerske Nina Hougaard, diabetessygeplejerske Berit Reimers og klinisk diætist Birgitte Schnack Nielsen.

nehøjde, indkøbslister og forslag til lege og aktiviteter. De gør det muligt ganske let at kopiere og implementere behandlingstilbuddet til andre diabetesambulatorier i fremtiden.

TRÆKKER PÅ GRUPPEERFARING FRA HOLBÆK

I tilblivelsen af det nye behandlingstilbud på Sjællands Universitetshospital Roskilde har vi været heldige at kunne trække på de erfaringer, diabetesteamet på Børne- og ungeafdelingen på Holbæk Sygehus har gjort sig, hvor de har arbejdet med gruppebaserede diabeteskonsultationer gennem flere år, dog uden madlavningsdelen.

Diabetesteamet i Holbæk og Roskilde har derfor arbejdet tæt sammen i hele processen. I opstartsforløbet har en sygeplejerske fra Holbæk deltaget i gruppekonsultationerne i Roskilde for at hjælpe kollegerne i Roskilde godt fra start.

Erfaringerne fra Holbæk viser blandt andet, at både børn og voksne er meget glade for gruppekonsultationerne: Det er vigtigt for dem at mødes med andre, som står i samme situation, og der opstår hurtigt et tillidsfuldt rum blandt deltagerne, hvor man kan dele sine erfaringer, frustrationer og bekymringer. Da vi interviewede børnene i Holbæk, havde de da også et godt budskab til børnene i Roskilde:

Ja, jeg har ét ... at de helt sikkert får gode venner! ■

LØBENDE EVALUERING

■ Det nye behandlingstilbud startede i januar 2020. Vi har gennemført første konsultation i fem af i alt ti grupper for de 8-12-årige, som starter op i 2020. Vi udvikler videre på gruppekonsultationstilbud til andre aldersgrupper. Vi forventer opstart af yderligere ti grupper i 2021.

Vi laver en løbende evaluering af projektet og måler på tre faktorer:

Tilfredsheds mål: Både børnenes, forældrenes og de sundhedsprofessionelles tilfredshed med konsultationerne.

Kliniske mål: Vi ser på børnenes glykæmiske regulation i løbet af projektet og holder øje med, hvor ofte de taster data om kulhydrater ind i deres insulinpumpe.

Organisatoriske mål: Hvor stor er henholdsvis tilslutningen og frafaldet.

Dia-venner løber indtil medio 2022, hvorefter det besluttes, om det skal implementeres som en del af det fremtidige behandlingstilbud og eventuelt skal udrulles til andre børne- og ungeafdelinger i regionen.

KEYWORDS

Børn. Type 1-diabeteskonsultation. Gruppekonsultation. Krop, leg og sanser. Praktisk kulhydrattælling.

REFERENCER

1. Marigliano M, Morandi A, Maschio M, et al.: Nutritional education and carbohydrate counting in children with type 1 diabetes treated with continuous subcutaneous insulin infusion: the effects on dietary habits, body composition and glycometabolic control. *Acta Diabetol.* 2013;50(6):959-964. Doi:10.1007/s00592-013-0491-9.
2. Tascini G, Berioli M, Cerquiglini L, et al.: Carbohydrate Counting in Children and Adolescents with Type 1 Diabetes. *Nutrients.* 2018;10(1): 109. Doi: 10.3390/nu10010109.
3. Smart CE, Annan F, Higgins LA, Jelleryd E, Lopez M, Acerini CL: ISPAD Clinical Practice Consensus Guidelines 2018: Nutritional management in children and adolescents with diabetes. *Pediatr Diabetes.* 2018;19:136-154. Doi:10.1111/pedi.12738.
4. Bell KJ, Barclay AW, Petocz P, Colagiuri S, Brand-Miller JC: Efficacy of carbohydrate counting in type 1 diabetes: a systematic review and meta-analysis. *Lancet Diabetes Endocrinol.* 2014;2(2): 133-140. Doi: 10.1016/S2213-8587(13)70144-X.