



Diabetes med på rejsen

Til forældre, børn og unge

Gode råd

Hvis din pumpe går i stykker

Hvis pumpen går i stykker, får du brug for at bruge pen i en periode. Her kan "Ypsomed My life app" bruges som hjælp til overblik over insulin- og glukosedata.

Før du rejser, skal du aflæse din pumpe og notere:

Basalrate:

Kulhydratsratio:

Insulinfølsomhed:

Beregning af måltidsinsulin

Måltidet indeholder 30 g kulhydrat, og barnet skal tage 1 enhed NovoRapid for hver 20 g kulhydrat, og barnet skal tage 1 enhed NovoRapid for hver 20 g (kulhydratsratio). Dvs. der skal tages $30/20 = 1\frac{1}{2}$ enhed NovoRapid til maden.

Beregning af insulin til korrigering

Blodsukkeret er 12 mmol/l og skal sænkes til 6 mmol/l. Dvs. der ønskes et fald på 6 mmol/l. 1 enhed NovoRapid sænker blodsukkeret med 4 mmol/l (insulinfølsomhed), dvs. for at opnå det ønskede fald, skal der gives $6/4 = 1\frac{1}{2}$ enhed NovoRapid.

På insulinpen kan der oftest kun tages hele enheder. Derfor skal der rundes op eller ned, dvs. der gives enten 1 eller 2 enheder.

Den samlede mængde bolusinsulin er således:

Maden "koster" $1\frac{1}{2}$ enhed + blodsukkeret "koster" $1\frac{1}{2}$ enhed = i alt skal der gives 3 enheder NovoRapid.

Hvis barnet/den unge får fx 20 ie i basal på pumpen, så gives dette som Levemir 10 ie morgen og 10 ie aften eller Tresiba 1 gang i døgnet,

Pakkeliste

- Ekstra insulin, reservepumpe, pen, blodsukkerapparat, hurtigt og langsomt virkende insulin, hvis din pumpe skulle gå i stykker.
- Rejsebrev på engelsk (fås i Børne- og Ungeambulatoriet)
- Insulinpen, både NovoRapid, Tresiba eller Levemir (også hvis du bruger pumpe)
- Kanyler (også hvis du bruger pumpe)
- Blodsukkerapparat, samt blodsukkerstrimler

- Fingerprikker
- Batterier til blodsukkerapparat og oplader til pumpe
- Ekstra mængde reservoir, indstik osv.
- Juice og druesukker
- Glukagonpen (hvis man er oplært i at bruge den)
- EU sygesikringskort (Det blå kort)
- Pas
- Billede af din insulin, så det er nemmere at forklare ved sprogvanskeligheder, hvis insulin er bortkommet.
- Kend din basalrate, kulhydratratio og insulinfølsomhed (tag fx et billede på telefonen).

Gode råd

- Hav medicin, udstyr og mad/druesukker/ juice i håndbagagen, og fordel det i 2 tasker, hvis den ene skulle blive væk.
- Det insulin man ikke bruger, bør være på køl og ikke frost.
- Hvis I skal rejse på tværs af tidszoner, er det en god idé at indstille uret i pumpen, når I kommer frem til destinationen.
- Det er vigtigt at vide, hvor meget insulin man skal tage på insulinpen, hvis insulinpumpen ikke virker, som den skal.

Telefonnumre

Børne- og Ungeambulatoriet tlf. +45 5948 4215 tast 1

Hotline uden for normal åbningstid: +45 5948 4420

Venlig hilsen

Børne- og Ungeafdelingen

Diabetesambulatoriet

Holbæk Sygehus

Smedelundsgade 60

4300 Holbæk