

Diabetes med på rejsen

Til forældre, børn og unge

Gode råd



REGION SJÆLLAND

HOLBÆK SYGEHUS

- vi er til for dig



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 20g (kulhydratsratio). Dvs. der skal tages $30/20=1\frac{1}{2}$ enhed NovoRapid til maden.

Beregning af insulin til korrigerig:

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" $1\frac{1}{2}$

Enheder, 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 dinpumpe 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
- Ketonapparat, samt ketonstrimler
- 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 eks. et billede på telefonen eller skriv det ind i pjecen her)



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.
- Tjek op på din rejseforsikring



Noter:



Ring til os:

Børne- og Ungeambulatoriet

Diabetesambulatoriet

Holbæk Sygehus

Smedelundsgade 60

4300 Holbæk

Denmark



+4559484215

Hotline udenfor normal åbningstid:



+4559484420



hol-born-diabetes@regionsjaelland.dk



REGION SJÆLLAND

HOLBÆK SYGEHUS



-vi er til for dig