

ALLMÄN INFO GÄLLANDE SCHEMA



ONSDAG

- 08:15** Samling för registrering av blodsockervärden.
- 08:30-11:30** Matprat – fortsatt diskussion tillsammans med genomgång av fett och fettkvalitet, light och lättprodukter.

LUNCH 11:30-12:30

- 12:00-14:30 cirka** Fysisk aktivitet
Diskussion tillsammans med sjukgymnast, avslutas med stavgång.
OBS! Bra skor!

TORSDAG

- 08:30** Samling för registrering av blodsockervärden.
- 08:45-09:30** Vikten av att sköta sina fötter – se länk med separat infoblad.
- 9:40-11:00** *Egenvård* – interaktiv undervisning av diabetessjuksköterska
- Blodsockertestning; Hur ofta? Hur tolkar man värdena?
 - Högt/lågt blodsocker – symtom och åtgärd
 - Vad gör jag vid feber och magsjuka
 - Alkohol och diabetes
 - Resetips
 - Behandlingsmål
 - Vad är HbA1c
 - Injektionsteknik
 - Undersökningar och prover vid diabetes

- 11:00-11:30** Utskrivningssamtal

LUNCH 11:30-12:30

- 12:30-13:00** *Egenvård*, forts
- 13:00-14:00** Frågestund med överläkare
- 14:30 cirka** Avslutning

