

S9. FOR LAVT BLODSUKKER

FORMÅLET med øvelsen er dels at tale om patientens bekymringer for hypoglykæmi, hvad enten problemet er aktuelt eller blot en bekymring, dels at overveje muligheder for hvordan patienten kan undgå det.

PRAKTISK Tag udgangspunkt i øvelsesark S9, og tal om patientens eventuelle egne symptomer på og oplevelser med for lavt blodsukker ved hjælp af illustrationsark A, B og C. Indsæt ikoner for de forhold, der er specielt relevante for patienten.

Sæt tal på patientens bekymring med en skala-øvelse, og tal i den sammenhæng om konkrete oplevelser med hypoglykæmi og om, hvad patienten allerede gør for at undgå dem. Fortsæt dialogen, og notér, hvad han/hun yderligere kan gøre for at forhindre episoder med hypoglykæmi og mindske sin bekymring. Hav illustrationsarkene A-D liggende fremme til inspiration og overblik.

Tag inden samtalen en kopi af øvelsesarket, som kan downloades på www.steno.dk
Giv patienten det udfyldte ark med hjem, og tag selv en kopi.

TRIN FOR TRIN

- Forklar kort, hvad øvelsen går ud på.
- Lad patienten om muligt selv skrive/sætte krydser og sætte relevante ikoner på arket.
- Mulige spørgsmål til at udfolde problematikken kunne være:
"Er det noget, du selv har erfaring med? Hvor tit sker det? I hvilke sammenhænge? Er der nogle i dine omgivelser, der er bekymrede for det?"
- Skala-øvelsen giver en pejling af, hvor vigtigt problemet er, og den kan pege på, om der skal arbejdes videre med dette emne.
- Formuler sammen forskellige muligheder for at undgå hypoglykæmi, og brug dem eventuelt som grundlag for at beskrive en konkret plan i 'Mål og plan'-øvelsen (del 2).

ØVELSESARK S9

FOR LAVT BLODSUKKER

Symptomer på for lavt blodsukker:

Se på illustrationsark A-D og indsæt relevante ikoner for din situation.

● ● ● ● ● ●

I hvor høj grad er jeg bekymret for, at mit blodsukker skal blive for lavt?
På en skala fra 0 til 10, hvor 0 er 'slet ikke' og 10 er 'meget'

0 | _____ | 10

✗ Sæt kryds

Hvordan kan jeg undgå det?

steno
diabetes center