



DiaFlex

I MEA ambulatorium afprøver vi i øjeblikket en ny samarbejdsform i forhold til vores samtaler/aftaler med personer med Type 1 diabetes. Vi kalder den nye samarbejdsform DiaFlex.

Formålet med DiaFlex er at gøre din kontakt til ambulatoriet mere fleksibel, samt at inddrage dig mere i beslutningen om

- Hvor ofte du ønsker at komme i ambulatoriet
- Hvem du har brug for at tale med
- Hvad du taler med lægen, sygeplejersken eller diætisten om.

Hvad betyder DiaFlex for din kontakt til ambulatoriet?

Du vil, ca. 3 uger inden du har en aftale, modtage en mail fra ambulatoriet via e-boks. I mailen vil du blive bedt om

- At få taget blodprøve og aflevere urinprøve inden for en uge
- At måle dit blodtryk
- At sende en mail, hvor du giver svar på
 - Hvad dit HbA1c er?
 - Hvad dit blodtryk er?
 - Hvordan du har haft det siden sidste samtale i ambulatoriet?
 - Om du har behov for at tale med os?
 - Om samtalen skal foregå telefonisk eller i ambulatoriet?
 - Hvem du gerne vil tale med fra dit behandlerteam?

Når ambulatoriet modtager dit svar, vil dit behandlerteam (din faste læge, sygeplejerske og diætist) blive informeret om, hvad du har ønsker i forhold til samtalen.

Afhængigt af, hvad du ønsker, vil en af tre muligheder ske:

1. Hvis du ikke har behov for en samtale:
Du får tilsendt en ny tid til samtale 3 måneder efter via e-boks.
2. Hvis du ønsker en telefonisk samtale:
Du bliver ringet op på et aftalt tidspunkt.
3. Hvis du ønsker en samtale i ambulatoriet:
Du skal møde i ambulatoriet på et aftalt tidspunkt.

Hvad kræver det af dig, hvis du vælger DiaFlex?

- Du skal anvende sundhed.dk, da du skal tjekke dine blodprøver inden din tid i ambulatoriet.
- Du skal måle dit blodtryk (du låner et apparat af os).
- Du skal tage stilling til, om du har brug for en samtale, og hvis du har, om denne samtale skal foregå telefonisk eller i ambulatoriet.
- Du skal bruge din e-boks, så du kan læse mails fra ambulatoriet
- Du skal have en mailadresse, hvorfra du kan sende mails til ambulatoriet.

Er det sikkert for mig at prøve DiaFlex?

Med DiaFlex vil du fortsat være tilknyttet dit faste behandlerteam (læge, sygeplejerske og diætist), som i samarbejde med dig har ansvar for din behandling. Dit behandlerteam vil stadigvæk holde øje med din sygdomstilstand og dine behandlingsmål. De vil stadigvæk sikre, at de årlige undersøgelser bliver gennemført.

Det er frivilligt at prøve DiaFlex. Du kan når som helst og uden begrundelse overgå til din vanlige samarbejdsform uden, at dette vil påvirke dit forløb.

Med venlig hilsen

Annesofie L. Jensen
Klinisk sygeplejespecialist

MEA Ambulatorium
Medicinsk Endokrinologisk afdeling
Aarhus Universitetshospital

Mail: DiaFlex@auh.rm.dk.
Tlf.: 20 47 02 60



Samtaler i MEA ambulatorium

- For patienter med Type 1 diabetes

Samtalerne i MEA ambulatorium varetages af et behandlerteam, der består af læger, sygeplejersker og kliniske diætister som er specialiseret inden for diabetes. Behandlerteamet varetager samtalerne med forskellige perspektiver og kompetencer.

Samtalen kan foregå i ambulatoriet eller pr. telefon. Der er typisk afsat 15 minutter til en samtale. Vi tilbyder 3-4 samtaler pr. år, afhængigt af dit behov.

Udgangspunktet for samtalen er livet med diabetes og de konkrete problemstillinger og udfordringer, du og dit behandlerteam oplever relevante at tale om.

I behandlerteamet lægger vi vægt på

- At opbygge et tillidsfuldt og ligeværdigt samarbejde
- At vi har en fælles dagsorden for samtalen
- At vi har fælles målsætning i forhold til din diabetes
- At dit netværk inddrages ud fra dine ønsker

Du kan f.eks. diskutere følgende emner med dit behandlerteam:

- Hvordan får jeg integreret diabetes i dagligdagen på en måde, som passer ind i mit liv med diabetes?
- Dine blodsukkerværdier og justering af din insulindosis
- Din øvrige medicinske behandling (f.eks. blodtryksmedicin, kolesterolsænkende medicin o. lign.)
- Risikoen for komplikationer til diabetes (f.eks. nyresygdom, øjensygdom osv.), og hvordan det ser ud for mig?
- Hvordan jeg håndterer de bekymringer, hverdagen kan give og de krav, der stilles?
- Hvordan mine relationer er til mine behandlere?
- Forskellige spørgsmål omkring mad og ernæring
- Min kropsvægt og/eller mine spisevaner

- Hvordan jeg bliver bedre til at få måltider og insulinmængder til at passe sammen?

Og så kan vi også – sammen med dig – genopfriske din injektionsteknik og holde dig ajour med sidste nye retningslinjer, tale om forholdsregler ved sygdom med og uden feber, gennemgå ubehagelige oplevelser ved hypoglykæmi, vejlede ved seksuelle problemer.

DiaFlex

Svarbrev vedr. aftale i MEA ambulatorium

Til MEA ambulatorium

Jeg har været inde på sundhed.dk og set min [hæmoglobin A1c \(HbA1c\)](#), som er
Jeg har målt mit blodtryk, som er

Siden min sidste aftale i MEA ambulatorium har jeg haft det på følgende måde med min diabetes? (maks. et kryds)

- Fremragende
- Vældig godt
- Godt
- Både godt og dårligt
- Mindre godt
- Dårligt

Siden min sidste aftale i MEA ambulatorium har jeg haft lavt blodsukker (hypoglykæmi): (maks. et kryds)

- Ja, dagligt
- Ja, en til flere gange om ugen
- Ja, et til flere gange om måneden
- Ja, mindre end en gang om måneden
- Nej

Hvis du har haft lavt blodsukker (hypoglykæmi), har du så haft brug for hjælp fra andre for at håndtere det?

- Ja
- Nej

Jeg har følgende emner eller udfordringer, som jeg gerne vil tale om:

(maks. 3 krydser)

- Hvordan jeg får integreret diabetes i dagligdagen på en måde, som passer mig?
- Mine blodsukkerværdier og justering af insulindosis
- Hvordan jeg blive bedre til at få måltider og insulinmængder til at passe sammen?
- Hvordan jeg håndterer de bekymringer hverdagen kan give og de krav, der stilles?
- Spørgsmål om mad og spisning som et problem i hverdagen
- Min kropsvægt og mine spisevaner
- Min øvrige medicinske behandling (f.eks. blodtryksmedicin, kolesterolsænkende medicin o. lign.)
- Risikoen for komplikationer til diabetes (f.eks. nyresygdom, øjensygdom osv.), og hvordan det ser ud for mig?
- Hvordan jeg involverer mit sociale netværk og hos hvem, jeg kan hente støtte?
- Hvordan mine relationer er til mine behandlere?
- Andet jeg har brug for at tale om:
- Jeg har ikke behov for at tale eller diskutere nogle emner

Ud fra ovenstående ønsker jeg, at min aftale i MEA ambulatorium:

(maks. et kryds)

- Skal foregå ved, at jeg møder op i MEA ambulatorium som aftalt
- Skal foregå telefonisk ved, at jeg bliver ringet op på samme tidspunkt, som aftalen var planlagt til. Mit telefonnummer er:
- Skal aflyses

Jeg ønsker at fastholde min aftale og vil om muligt gerne tale med en:

- Læge
- Sygeplejerske
- Diætist
- Faggruppe er underordnet

Brevet sendes som vedhæftet fil til MEA ambulatorium DiaFlex mailadresse:

DiaFlex@auh.rm.dk