

# SCHOOL EN DIABETES

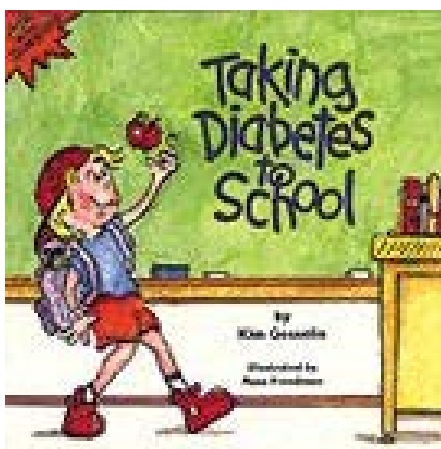


Informatiebrochure

School en Diabetes

Items:

- Wat te vertellen?
- En aan wie?
- Waar aan denken?
- Schoolprestaties
- Schoolreisje en kamp
- [Site](#); diabetes op school
- Schoolbezoek
- Protocol VO



## Wat te vertellen op school?

Insuline spuiten en regelmatig eten is belangrijk voor jou. Ook onder schooltijd zal dit vaak moeten gebeuren. Je zult net zien dat je onder de les een hypo krijgt. Het is dan toch wel prettig als er mensen op school zijn die iets afweten van je diabetes. Zij kunnen begrip voor je hebben en eventueel helpen als het nodig is. Je zult maar een onvoldoende voor je proefwerk halen.

## En aan wie?

Op de basisschool heb je vaak maar één of twee juf(fen) of meester(s) die jij of je ouder(s) hoeven in te lichten. Op de middelbare school heb je meerdere docenten. Je bent dan op een leeftijd gekomen dat je zelf kunt bepalen tegen wie je wat vertelt. Bijvoorbeeld je klassendocent of je mentor. Vertel je het je klasgenoten? Het is wel een prettig idee dat iemand in je klas weet van je diabetes. In geval van nood kan iemand je helpen.

### Tips voor wat je bijvoorbeeld kan vertellen?



- Wat is diabetes?
- Eten en drinken; soms moet je onder lestijd eten of drinken
- Hoge of lage bloedglucosewaarden kunnen invloed hebben op leerprestaties
- Wat te doen bij een hypo?
- Bij een hyper kan je vaker naar het toilet moeten. Je loopt iets vaker de klas uit.
- "Verder ben ik normaal en niet anders dan een ander kind!"

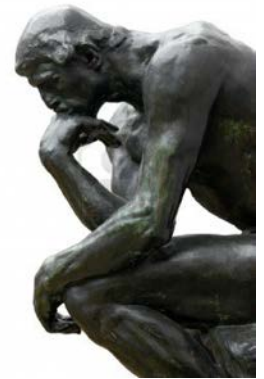
## Waar moet ik aan denken als ik naar school ga?

- extra eten mee (tussendoortje en lunch)
- dextro (druivensuiker) op zak
- bloedglucosemeter en insulinepen meenemen of op school in een kastje neerleggen
- extra ampul insuline, disposable pen en glucagon in de koelkast op school.
- heb je een insulinepomp, dan zal je daar extra pullen voor mee moeten nemen



## Heeft diabetes invloed op mijn schoolprestaties?

Een lage bloedglucosewaarde kan invloed hebben. Je kunt afwezig zijn, niet meer horen wat de leraar vertelt. Door beven kun je niet goed schrijven. Je zult misschien vaker ziek zijn door schommelende bloedglucosewaarden, ontregeling of afwezig zijn door een ziekenhuisbezoek. Maar er kunnen ook andere oorzaken zijn die voor minder goede leerprestaties zorgen. Oorzaken die niets met je diabetes te maken hebben. Bij een goede instelling van je diabetes hoeft er geen verschil te zijn tussen jou en je klasgenoot zonder diabetes.



## Schoolreisje en kamp

Natuurlijk kun je mee op schoolreisje of op kamp als je diabetes hebt. Alleen moet je wat meer voorbereidingen treffen dan je klasgenoten zonder diabetes. Neem je bloedglucosemeter mee. Neem voldoende eten en drinken mee. Eet regelmatig je tussendoortje om een hypo te voorkomen. Zorg dat je Dextro op zak hebt.

Het is handig om van tevoren het programma op te vragen en dit dan door te nemen met je behandelaars van het kinderdiabetesteam. Laat iemand van de leiding van het kamp weten dat je diabetes hebt. Neem het telefoonnummer van je ouders en het diabetesteam mee, om bij vragen of problemen te kunnen bellen.

Info over hoe om te gaan met de diabetes kunnen jij, je ouders en leerkrachten/begeleiders vinden op [http://www.diabetesopschool.nl/images/stories/downloads/begeleiding\\_schoolkamp.pdf](http://www.diabetesopschool.nl/images/stories/downloads/begeleiding_schoolkamp.pdf)

In 2013 heeft de Stichting Kinderdiabetes Zeeland het eerste diabeteskamp georganiseerd:



[De site: diabetes op school : www.diabetesopschool.nl](http://www.diabetesopschool.nl)

Een site waarop uitgebreide informatie staat voor jou, je ouder(s)/verzorger(s) en leerkrachten/begeleiders over hoe om te gaan met de diabetes op school (ook kinderdagverblijf en peuterspeelzaal).

Om alles te benoemen wat op deze site staat is te veel. Hieronder enkele punten en klik op de link om deze te openen:

- [brief met afspraken en informatie over kinderen met diabetes/insulinepen](#)
- [brief met afspraken en informatie over kinderen met diabetes/insulinepomp](#)
- [traktatielijst](#)
- [Informatie voor vervangende leerkracht basisonderwijs](#)
- [Instructie voor zelfcontrole van bloedglucosewaarde](#)
- [brief verlenging toetstijd cito- en schooltoetsen](#)
- [brief verlenging toetstijd proefwerken; toetsen en \(eind\) examens](#)

## Schoolbezoek diabetesverpleegkundige

Als diabetesverpleegkundigen hebben wij de mogelijkheid om een bezoek te brengen op jouw school.

Waarom doen wij dat?

- Om jouw leerkracht(en) informatie en instructie te geven over jou diabetes.
- Omdat je veel van je 'diabetestijd' op school doorbrengt en je je veilig moet kunnen voelen om de diabetes ook daar goed te regelen.

Wanneer doen wij dat?

- Als je net diabetes hebt gekregen of als er wat is veranderd met je diabetes; bijvoorbeeld als je bent begonnen met de insulinepomp
- Als je van klas, school verandert, naar het Voortgezet Onderwijs gaat.
- Als er 'gedoe' is met je diabetes. Als je het niet goed geregeld krijgt op school, als er gepest wordt in de klas en op school.
- Als het thuis niet lekker loopt (en dus vaak ook niet met je diabetes) en we je leerkracht(en) willen vragen om te helpen.

## Protocol Voortgezet Onderwijs

In samenwerking met het Goes Lyceum hebben we als kinderdiabetesteam een protocol ontwikkeld voor het Voortgezet Onderwijs.

Hierin staat wat er van jou, je ouder(s)/verzorger(s), de school en het kinderdiabetesteam verwacht wordt om jouw diabetes op school goed te laten lopen. Dus duidelijke afspraken zodat iedereen weet wat hem of haar te doen staat.

## Voorlichting op school door de Stichting Kinderdiabetes Zeeland

De educatiecommissie van de Stichting Kinderdiabetes Zeeland geeft in het Basis- en het Voortgezet Onderwijs voorlichting over diabetes. Dit doen ze klassikaal of aan de hele school. De meeste leden van de educatiecommissie zijn zelf leerkracht of hebben scholing gekregen om deze voorlichting te geven. En ze zijn allemaal ouder van een kind met diabetes.

Door het geven van voorlichting willen ze bereiken dat er meer kennis en minder onbegrip over diabetes komt. Zodat iedereen wat meer snapt hoe diabetes in elkaar zit en wat jij er allemaal voor moet doen.

Informatie of vraag om voorlichting:  
[www.stichtingkinderdiabeteszeeland.nl](http://www.stichtingkinderdiabeteszeeland.nl)

