



kurs
kompis

H0112 Diabetes



kurs
kompis

HO112 Diabetes

Det kan være nyttig å diskutere med kollegaer etter et e-læringskurs. Kurskompis gir deg muligheten til dette! Med et ferdig opplegg kan du trene på å omsette teori til praksis, enten alene eller sammen med andre.

Kurskompis tar inntil 30 minutter å gjennomføre, og er en frivillig aktivitet.



Diskusjonsoppgaver

Gjennom diskusjonsoppgaver som er laget til dette kurset kan du reflektere, diskutere og dele erfaringer med en eller flere kollegaer. På den måten vil du lære mer, og bidra til at dine kollegaer også lærer mer. Diskusjonsoppgaver kan også brukes til egen refleksjon.

Tips til gjennomføring

- Gjennomfør e-læringskurset først
- Velg en som leder diskusjonen
- Skriv ut Kurskompis eller vis på skjerm
- Sett av tid (30 min), enten i sammenheng eller delt opp i mindre bolker.
- Involver alle i diskusjonen, og la alle slippe til med innspill
- Still gjerne oppfølgingsspørsmål til det som blir diskutert, eks.;
«Har du eksempler på slike situasjoner? Hva kan vi gjøre bedre/ annerledes i en slik situasjon?»
- Om dere opplever at noen oppgaver er mer relevante og nyttige å bruke tid på enn andre, så prioriter det som er viktigst for dere.



Diskusjonsoppgaver

I kurset «HO112 Diabetes» lærte dere om diabetes, behandlingen av diabetes og hvilke råd som kan gis til kunder som kommer på apoteket for å hente ut diabetesmedisiner.

Nå skal dere se på tre kundesituasjoner, og diskutere hvilke råd dere ville gitt de ulike kundene.

Kursmateriellet skrives ut fra kurset, dette kan brukes som hjelp til å løse oppgavene.

Til denne kurskompisen er det laget et løsningsforslag. Dette kan brukes underveis, men vi oppfordrer dere til å prøve å løse alle oppgavene før dere ser i løsningsforslaget.

Kundekasus 1

En dame med type 2-diabetes kommer inn på apoteket og skal hente ut metformin (Glucophage) for første gang. Doseringen er 500 mg x 2.

Hvilke råd kan kunden trenge for å bruke metformin riktig?

Ett år senere kommer hun tilbake. I løpet av året er metformin trappet opp til 2000 mg x 2. De siste to månedene har HbA1c-verdien steget, så nå kommer hun med en resept på SGLT2-hemmeren dapagliflozin (Forxiga). Doseringen er 10 mg x 1.

Hvilke råd kan kunden trenge for å bruke dapagliflozin riktig?

Kundekasus 2

En ung mann kommer inn på apoteket. Han har nylig fått diagnosen type 1-diabetes, og kommer med en resept for å hente ut det han trenger for å måle blodsukkeret sitt. Blodsukkerapparat har han allerede skaffet seg.

Hva trenger han av utstyr i tillegg til blodsukkerapparatet?

I starten skal han bruke hurtigvirkende insulin før hvert måltid, samt langtidsvirkende insulin to ganger i døgnet.

Hvor ofte tenker dere han bør måle blodsukkeret?

Kundekasus 3

En mann kommer til deg på apoteket. Han sier han var på kontroll for diabetesen sin hos fastlegen for et par uker siden. Fastlegen sa da at han burde «ta vare på føttene sine», men hun var så travel, så han husker ikke om hun sa noe utover det.

Hvilke råd vil dere gi for fotpleie ved diabetes?

- er det noen produkter han bør, eller ikke bør bruke?

- når bør han ev. kontakte lege?



Diskusjonsoppgaver - løsningsforslag

Dette er eksempler på hva som kan være aktuelt å diskutere for de ulike kundekasusene.

Kundekasus 1

Aktuell veiledning å gi ved oppstart av metformin:

- **Motivere** til å ta tablett(e) hver dag. Selv om de ikke merker effekt av legemidlet, er det viktig at de tas for å forebygge senkomplikasjoner (fra øyne, nyrer, nerver, hjerte- og karsykdom).
- Informere om at tablettene bør **tas rett før måltid, ev. i forbindelse med måltid** for å forebygge mage- og tarmbivirkninger.
- De **vanligste bivirkningene** er magesmerter, kvalme og diaré. Informere om at de som regel går over etter noen uker.
- **Lege bør kontaktes** ved bivirkninger som ikke går over, eller som er så kraftige at de går utover livskvaliteten.
- Ved tilstander som gir **dehydrering**, som oppkast, kraftig diaré og høy feber, bør kunden få beskjed om å ikke ta metformin pga fare for melkesyreforgiftning (laktacidose), og kontakte lege. Dette rådet gis i samråd med farmasøyt.
- I tillegg kan dehydrering gi lavt blodtrykk og svimmelhet, det er da viktig at man får i seg tilstrekkelig med væske.

Aktuell veiledning å gi ved oppstart av dapagliflozin:

- **Motivere** til å ta tablett(e) hver dag. Selv om man nødvendigvis ikke merker effekt av legemidlet, er det viktig at de tas for å forebygge senkomplikasjoner (fra øyne, nyrer, nerver, hjerte- og karsykdom).
- Kan **tas med eller uten mat**.
- **Vanligste bivirkningene** er soppinfeksjoner i underlivet og urinveisinfeksjoner. Ved soppinfeksjon kan den behandles med reseptfrie alternativer. Ved gjentakende soppinfeksjoner bør lege kontaktes, for å vurdere bytte av antidiabetika.
- Lege bør kontaktes ved bivirkninger som ikke går over, eller som er så kraftige at de går utover livskvaliteten.
- Ved tilstander som gir **dehydrering**, som oppkast, kraftig diaré og høy feber, bør kunden få beskjed om å ikke ta dapagliflozin pga fare for syreforgiftning (diabetisk ketoacidose), og kontakte lege. Dette rådet gis i samråd med farmasøyt.
- I tillegg kan dehydrering gi lavt blodtrykk og svimmelhet, det er da viktig at man får i seg tilstrekkelig med væske.

Kundekasus 2

- I tillegg til blodsukkerapparat trenger han teststrimler til måleapparatet, stikkpenn og lansetter til stikkpennen (bør byttes før hver blodsuktermåling).
- I starten er det greit å måle før hvert måltid, 2 timer etter måltid, og til natten. Når han blir mer kjent med hva som påvirker blodsukkeret (f.eks. mat, hard fysisk aktivitet, ved feber), og symptomer på høyt og lavt blodsukker, kan det være at han ikke trenger å måle like ofte. Hvor ofte personer med diabetes måler blodsukkeret er individuelt, og det avtales mellom pasient og lege.

Kundekasus 3

Aktuell veiledning for fotpleie ved diabetes:

- Vask føttene ofte (gjærne hver dag), bruk lunkent vann og mild, nøytral såpe. Ikke bruk grønnsåpe fordi det myker opp føttene for mye (*kilde: diabetes.no*).
- Ikke gni eller masser føttene tørre med håndkledet, det kan skade huden. Tørk godt mellom tærne.
- Smør føttene med en fet fotkrem, men ikke mellom tærne.
- Ikke bruk fotbad ved sår på føttene.
- Klipp neglene regelmessig, men vær forsiktig. Klipp neglene tvers over.
- Ikke bruk fotfil for å fjerne fortykket hud.
- Ikke bruk produkter tilsatt salisylsyre (f.eks. enkelte produkter mot fortykket hud og liktornplaster) eller vortemidler.
- Ikke bruk lokale antibiotika pga. høy fare for utvikling av resistente bakterier. Ved sår skal kunden uansett henvises til lege.
- Kontakt lege ved fargeforandringer, sår, blemmer, sprekker eller kutt.

Føttene skal forøvrig kontrolleres regelmessig, minst 1 gang i året, av lege, sykepleier eller fotterapeut.