



ΕΘΝΙΚΟΝ ΚΑΙ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟΝ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΝ ΑΘΗΝΩΝ  
ΤΜΗΜΑ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ  
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΩΝ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΩΝ ΕΦΑΡΜΟΓΩΝ



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ  
ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗΣ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΗΣ

# Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Γονέων, Παιδιών & Εφήβων με Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου 1

ΑΘΗΝΑ  
2021



# Πρόγραμμα Εκπαίδευσης Γονέων, Παιδιών & Εφήβων με Σακχαρώδη Διαβήτη τύπου 1

## ΔΗΜΟΓΡΑΦΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ ΓΟΝΕΩΝ - ΠΑΙΔΙΟΥ

Κωδικός αριθμός γονέα: .....

Κωδικός αριθμός παιδιού: .....

### Στοιχεία Επικοινωνίας:

Διεύθυνση μόνιμης κατοικίας: .....

Νομός: ..... Πόλη: ..... Χωριό: .....

T.K.: ..... Τηλέφωνο: ..... E-mail: .....

**Οικογενειακή Κατάσταση:** Έγγαμη:  Άγαμη:  Μονογονεϊκή:  Άλλο:

**Εκπαίδευση πατέρα:** Πρωτοβάθμια:  Δευτεροβάθμια:  Ανώτερη:  Ανώτατη:

**Εκπαίδευση μητέρας:** Πρωτοβάθμια:  Δευτεροβάθμια:  Ανώτερη:  Ανώτατη:

Επάγγελμα πατέρα: ..... Άνεργος:

Επάγγελμα μητέρας: ..... Άνεργη:

Ηλικία πατέρα: ..... Ηλικία μητέρας: .....

Εθνικότητα πατέρα: ..... Εθνικότητα μητέρας: .....

Αριθμός παιδιών: .....

Ημερομηνία διάγνωσης του ΣΔτ1: .....

Ημερομηνία γέννησης παιδιού: .....

Γενική κατάσταση υγείας: .....

Άλλα άτομα που διαμένουν στο ίδιο σπίτι: .....

Copyright© 2019

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση και γενικά η αναπαραγωγή στο σύνολο ή κατά τμήμα του παρόντος έργου με οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο, σύμφωνα με το Ν. 2387/1920, τα Ν.Δ. 3565/56, 4254/62, 4264/62, το Ν. 100/75 και τους λοιπούς κανόνες διεθνούς δικαίου, χωρίς την άδεια του συγγραφέα και του εκδότη.

| ΓΝΩΣΗ / ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ  | Εκπαίδευση |        | Επικαιροποίηση δεξιοτήτων |        | Κωδικός αριθμός Νοσηλεύτη:<br>Ημερομηνία: ..... |
|--|------------|--------|---------------------------|--------|---|
|  | ΠΑΙΔΙ      | ΓΟΝΕΑΣ | ΠΑΙΔΙ                     | ΓΟΝΕΑΣ |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 1: ΣΑΚΧΑΡΩΔΗΣ ΔΙΑΒΗΤΗΣ ΤΥΠΟΥ 1</b>                           |            |        |                           |        |   |
| Τι είναι ο ΣΔ Τύπου 1  |            |        |                           |        | Σχόλια  |
| Πώς το ανθρώπινο σώμα χρησιμοποιεί τη γλυκόζη για την παραγωγή ενέργειας |            |        |                           |        |   |
| Τι είναι η ινσουλίνη και ποια η επίδρασή της στον οργανισμό              |            |        |                           |        |   |
| Τι νιώθω όταν έχω ΣΔ - συμπτωματολογία                                   |            |        |                           |        |   |
| Τι πρέπει να γνωρίζω για τη θεραπεία                                     |            |        |                           |        |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 2: ΜΕΤΡΗΣΗ ΣΑΚΧΑΡΟΥ ΑΙΜΑΤΟΣ</b>                              |            |        |                           |        |   |
| Η τεχνική της μέτρησης σακχάρου αίματος                                  |            |        |                           |        | Σχόλια  |
| Πότε πρέπει να ελέγχω το σάκχαρό μου                                     |            |        |                           |        |   |
| Στόχοι επίτευξης ανά ηλικιακή ομάδα/Ερμηνεία αποτελεσμάτων               |            |        |                           |        |   |
| Επιλογή μετρητή σακχάρου αίματος   |            |        |                           |        |   |
| Αισθητήρες συνεχούς καταγραφής CGM                                       |            |        |                           |        |   |
| Συντήρηση εξοπλισμού   |            |        |                           |        |   |
| Καταγραφή αυτοελέγχου σακχάρου αίματος                                   |            |        |                           |        |   |
| Ψηφιακή καταγραφή/Χρήση app  |            |        |                           |        |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 3: ΙΝΣΟΥΛΙΝΟΘΕΡΑΠΕΙΑ</b>                                     |            |        |                           |        |   |
| Χρόνοι δράσης ινσουλινών   |            |        |                           |        | Σχόλια  |
| Επιλογή σχήματος ινσουλινοθεραπείας                                      |            |        |                           |        |   |
| Βήματα τεχνικής με πένα  |            |        |                           |        |   |
| Βήματα τεχνικής με σύριγγα   |            |        |                           |        |   |
| Αντλία ινσουλίνης  |            |        |                           |        |   |
| Σημεία ενέσεων   |            |        |                           |        |   |
| Συντήρηση και αποθήκευση ινσουλίνης                                      |            |        |                           |        |   |
| Διαφοροποίηση αναγκών σε ινσουλίνη σε σχέση με το αναπτυξιακό στάδιο     |            |        |                           |        |   |
| Νεότερα δεδομένα στα σκευάσματα ινσουλίνης                               |            |        |                           |        |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 4: ΑΜΕΣΕΣ ΕΠΙΠΛΟΚΕΣ</b>                                      |            |        |                           |        |   |
| <b>ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ</b>  |            |        |                           |        |   |
| Σημεία & Συμπτώματα  |            |        |                           |        | Σχόλια  |
| Αίτια υπογλυκαιμίας  |            |        |                           |        |   |
| Αντιμετώπιση   |            |        |                           |        |   |
| Χρήση ένεσης γλυκαγόνης  |            |        |                           |        |   |
| <b>ΥΠΕΡΓΛΥΚΑΙΜΙΑ</b>   |            |        |                           |        |   |
| Σημεία & Συμπτώματα  |            |        |                           |        | Σχόλια  |
| Αίτια υπεργλυκαιμίας   |            |        |                           |        |   |
| Κετόνες  |            |        |                           |        |   |
| Αντιμετώπιση υπεργλυκαιμίας  |            |        |                           |        |   |
| Πρόληψη ΔΚΟ  |            |        |                           |        |   |

| ΓΝΩΣΗ/ΔΕΞΙΟΤΗΤΑ  | Εκπαίδευση |        | Επικαιροποίηση Δεξιοτήτων |        | Κωδικός αριθμός Νοσηλεύτη:<br>Ημερομηνία: _____ |
|--|------------|--------|---------------------------|--------|---|
|  | ΠΑΙΔΙ      | ΓΟΝΕΑΣ | ΠΑΙΔΙ                     | ΓΟΝΕΑΣ |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 5: ΔΙΑΤΡΟΦΗ</b>  |            |        |                           |        |   |
| Επιλογές τροφών με υδατάνθρακες και χωρίς  |            |        |                           |        | Σχόλια  |
| Πλάνο γευμάτων ανά 24ωρο   |            |        |                           |        |   |
| Μέτρηση υδατανθράκων   |            |        |                           |        |   |
| Ετικέτες τροφίμων  |            |        |                           |        |   |
| Γλυκαιμικός δείκτης - Γλυκαιμικό φορτίο τροφίμων                                   |            |        |                           |        |   |
| Σνακ   |            |        |                           |        |   |
| Ενδεδειγμένα τρόφιμα για αντιμετώπιση των άμεσων επιπλοκών (υπο-, υπερ- γλυκαιμία) |            |        |                           |        |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 6: ΦΥΣΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ</b>  |            |        |                           |        |   |
| Η επίδραση της άσκησης στον ΣΔτ1   |            |        |                           |        |   |
| Μεταβολές του σακχάρου αίματος ανάλογα με τον τύπο άσκησης                         |            |        |                           |        |   |
| Απαραίτητα βήματα πριν την άσκηση  |            |        |                           |        |   |
| Απαραίτητα βήματα κατά την άσκηση  |            |        |                           |        |   |
| Απαραίτητα βήματα μετά την άσκηση  |            |        |                           |        |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 7: ΑΣΘΕΝΕΙΑ</b>  |            |        |                           |        |   |
| Διακυμάνσεις σακχάρου αίματος  |            |        |                           |        |   |
| Απαραίτητα βήματα σε περίπτωση ασθένειας   |            |        |                           |        |   |
| Κετόνες  |            |        |                           |        |   |
| <b>ΣΥΝΕΔΡΙΑ 8: ΔΙΑΦΟΡΑ ΘΕΜΑΤΑ</b>  |            |        |                           |        |   |
| Διαβήτης & ταξίδι  |            |        |                           |        |   |
| Διαβήτης & σχολείο   |            |        |                           |        |   |
| HbA1c  |            |        |                           |        |   |
| Πρόληψη μακροπρόθεσμων επιπλοκών   |            |        |                           |        |   |
| Πηγές ενημέρωσης νεότερων δεδομένων  |            |        |                           |        |   |

## ΚΛΙΜΑΚΑ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗΣ ΤΗΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗΣ ΣΤΟ ΣΔΤ1 ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ

Παρακαλούμε να απαντήσετε στις παρακάτω ερωτήσεις σημειώνοντας ένα Χ στην αριθμητική κλίμακα που σας εκφράζει (1: Καθόλου, 2: Μέτρια, 3: Καλά, 4: Αρκετά καλά, 5: Απόλυτα).

|  |   |   |   |   |   |   |   |   |
|--|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από τη εκπαίδευση στο σύνολο της;                      | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |   |   |   |
| Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από τις γνώσεις που αποκτήσατε;                        | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |   |   |   |
| Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από τις δεξιότητες που αποκτήσατε;                     | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |   |   |   |
| Πόσο ικανοποιημένος/η είστε από το Νοσηλεύτη /τρια που σας παρείχε την εκπαίδευση; | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |   |   |   |
| Σε ποια ενότητα θεωρείτε ότι χρειάζεσθε περισσότερη εκπαίδευση;                    | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |

(κυκλώστε την ενότητα)