

MI LESZ VELEM? CUKORBETEG LETTEM! HOGYAN BIRKÓZZAK MEG A BETEGSÉG MIATTI ÉRZÉSEIMMEL?

||||||| DR. PUREBL GYÖRGY, DR. HALMOS TAMÁSNÉ, KÓNYA SZILÁRDNÉ |||||



AZ OKTATÓANYAG A MAGYAR DIABETES TÁRSASÁG VEZETŐSÉGE MEGBÍZÁSÁBÓL,
A SANOFI TÁMOGATÁSÁVAL KÉSZÜLT

KÉSZÍTETTE A MAGYAR DIABETES TÁRSASÁG EDUKÁCIÓS MUNKACSOPORTJA

VÁLTOZÓ ÉRZÉSEK A DIAGNÓZIS MEGISMERÉSE UTÁN

Amikor a diagnózist megtudják, az emberek többsége nagyon változó érzésekkel reagál. Ezek természetesek és a „velem ez nem történhet meg” érzéstől a teljes kétségbeesésig vagy a tehetetlenség érzéséig váltakozhatnak.

MIT TEHET?

Bátran olvasson (linkek, honlapok) minél több információt a betegségről! Fontos azonban azt tudnia, hogy az interneten található információk nem mindig az orvostudomány álláspontját tükrözik, ezért minden újonnan szerzett ismeretet beszéljen meg az oktató nővérrel, dietetikussal vagy orvosával!

A lényeges ismeretek mellett a betegség kezdetén számos apró, de a hétköznapokban fontos gyakorlati kérdés merülhet fel (pl. gyógyszerhasználat, diéta munkahelyen). Ezeket a kérdéseket is a kezelőknek (edukátor, dietetikus,

orvos) érdemes feltennie. Bátran kérdezzen, mert a hétköznapokban ezeken a részletkérdéseken áll vagy bukik sokszor a kezelés sikeressége.

FÉLELMEK, SZORONGÁSOK A BETEGSÉGGEL KAPCSOLATBAN

Bizonyos félelmek a későbbiekben is megmaradhatnak, még akkor is, ha sokszor saját magunk számára is indokolatlannak tűnnek. Ilyen félelmek lehetnek pl. hipoglikémiától (alacsony vércukorszint) való vagy az inzulin beadással kapcsolatos félelmek. Ezek az aggodalmak gátolhatják a vércukorszint megfelelő beállítását, növelhetik a szövődmények kialakulásának veszélyét és zavarják, elronthatják a mindennapokat.

FONTOS!

Fontos, hogy folyamatosan megbeszélje félelmeit az edukátorral vagy az orvossal, bármennyire zavarban érzi magát ezekkel kapcsos-



és a gyerek is ismerje a magas és alacsony vércukorszint tüneteit és azok ellátását. Egyes kamaszoknál előfordulhatnak bizonyos, a korra jellemző problémák. Ebben a korban gyakoribb lehet a valós vércukorértékek eltitkolása, esetleg a testsúly inzulinkezeléssel való manipulálása. Ezek veszélyesek lehetnek, ezért ha ilyesmit tapasztal, mindenképpen kérjen tanácsot az edukátortól vagy orvosától! Figyelemfelkeltő jel lehet az evési szokások megváltozása (a kamasz

válogatósabbá válik, kerüli a családdal való közös étkezéseket, titokban eszik).

Bízzon a kezelést végző szakemberekben, de ne felejtse, a sikeres kezelés az ön, családja, környezete és a szakemberek közös együttműködésével lehetséges. Keressen sorstársakat, vegye fel a kapcsolatot a betegszervezetekkel, olvasson, tanuljon minél többet cukorbetegségéről!