

Çocuk Diyabet Kampları Yönergesi

1. Tanım ve amaçlar

Çocuk Diyabet Kampları , diyabetli çocukların (18 yaş altındaki herkes çocuk olarak kabul edilir) eğitim ve sağlıklarını iyileştirmek amacıyla, çocuk endokrinoloji uzmanlarının sorumluluğunda ve çocuk diyabet ekibi (çocuk diyabet hemşiresi, diyetisyen ve psikolog) üyelerinin katkısı ile düzenlenir ve gerçekleştirilir. Bu kamplar, Çocuk Endokrinoloji ve Diyabet bölümleri/bilim dalları ve/veya çocuk endokrinoloji ve diyabet alanında faaliyet gösteren dernek veya vakıfların kurumsal sorumluluğunda düzenlenebilir. Kampların süresi en az 5 gün olmak üzere değişebilir. **Kampların amaçları aşağıda belirtilmiştir.**

- Çocukların diyabetle arkadaş olmalarını sağlamak, bunun için çok yönlü imkanlar yaratmak,
- Diyabetli çocukları diyabet bakımı ve tedavisinde yeterli hale getirmek ve diyabet bakımındaki sorunlarla baş edebilmelerini sağlamak,
- Diyabet bakım bilinci kazandırmak,
- Kampa katılanların birbirleriyle deneyimlerini paylaşmalarını ve kendilerini daha az yalnız hissetmelerini sağlamak,
- Kampa katılanların sosyal ve fiziksel aktivitelerle kendilerine olan güvenlerini arttırmak,
- Gelecekteki yaşamlarına daha olumlu ve güvenli bakmalarına yardımcı olmak,
- Diyabetle ilgili bilgi dağarcıklarını geliştirmek,
- Kamp ekibinin eğitimini güçlendirmek ve diyabetli çocukları daha iyi anlayan sağlık ekibi yetiştirmek. Diyabet tedavilerine yönelik sorumluluklarını yerine getirebilmeleri için motivasyon sağlamak

2. Kamplara katılım ve onam

Diyabetli çocukların, kendi yaşlıtlarının olduğu ve 9-18 yaş grubu için düzenlenen kamplara katılımı uygundur. Kamplara ailelerinin resmi onamı ile 9 -18 yaş grubundaki çocuklar katılabilir. Kamplarda ekip lideri olarak görev yapan deneyimli diyabetlilerin yaşları 18'den büyük olabilir. Kamplara katılım için aşağıdaki temel ilkeler dikkate alınır.

- 9 yaşını tamamlamış olmak ve insülin enjeksiyonlarını kendisi yapabiliyor olmak,
- Yeni tanı alanlara, ilk kez katılacak olanlara, metabolik kontrolü kötü ve/veya kamptan olumlu etkilenecek olanlara öncelik tanınır.
- Üç veya daha fazla kampa katılanlar, özel bir gerekçe olmadıkça kampa katılamazlar.
- Kamp katılım için bir miktar ücret alınabilir ama ücret konusu kampa katılım için bir engel değildir. Çocuk diyabet ekiplerince kampa katılması önerilen ve ekonomik durumu uygun olmayan çocukların ücretsiz olarak kampa katılması sağlanır.

3. Kamp yeri ve ortamı

Kamplar, toplantı ve eğitim yanında, spor ve diğer aktiviteler için yeterli imkanlara sahip tesislerde yapılır. Ayrıca kamp yerlerinde diyabet ve diyabet dışı acil yardım malzemelerinin bulunması zorunludur. Kamp ortamında çocuklara aşağıdaki imkanların sağlanması beklenir

- Sevgi ve arkadaşlık temeline dayanan, güçlü etkileşimlere imkan veren kamp ortamı
- Kampta içlerinde hekim, hemşire, diyetisyenlerin veya gurup ağabey/ablalarının olduğu model olabilecek deneyimli ve paylaşımcı diyabetlilerin bulunması
- Yaş gruplarına uygun yeterli miktarda spor ve eğlence programı
- Öğrenim hedeflerine yönelik, problem çözme temelli, grup çalışmalarına ağırlık veren eğitim programı
- Yemek bölümünün diyabetlilerin ihtiyaçlarına uygun olması ve mutfağının olması
- Diyabet bakım ve sağlık ihtiyaçlarının giderilebileceği revir benzeri alan oluşturulmuş olması

4. Kamp ekipleri

Kamplar, en az 1 çocuk endokrinoloji uzmanının sorumluluğunda, en az 4 hekim (Her 20 çocuk için 1 hekim), 2 hemşire (Her 10 çocuk için 1 hemşire), 2 diyetisyen (Her 20 çocuk için 1 diyetisyen), 1 psikolog veya sosyal hizmet uzmanından oluşan ekiplerce düzenlenir ve yapılır. Kamplara tıp, beslenme ve diyetetik, hemşire ve psikoloji bölümü öğrencilerinin katılımı da özendirilir. Kamp ekibinde ayrıca diyabetli deneyimli abi ve ablalar lider olarak görev yapar. Koşullara göre en fazla her 10 çocuğa 1 deneyimli lider ağabey/abla görevlendirilebilir.

5. Kamp Eğitim İçeriği

Kamplardaki eğitim, kampları düzenleyen ekipler tarafından yeniden düzenlenmek üzere aşağıdaki konu ve sorunları kapsar.

Temel Diyabet Eğitiminde önemli noktalar

- o İnsülin tedavisinin temel ilkeleri, bolus doz hesaplanması
- o Okulda Diyabet
- o Lipohipertrofinin olumsuz etkileri ve önlenmesi
- o Hipogliseminin dereceleri ve buna göre hipoglisemi yönetimi, fazla miktarda meyve suyu ve şeker kullanımının önlenmesi
- o Evde kan şekeri yüksekliği ve ketonemi yönetimi. Diyabet Ketoasidoz sürecinin önlenmesi

Beslenme Eğitimi

- o Sağlıklı beslenme ilkeleri ve diyabete uyarlanması
- o Karbonhidrat sayımı
- o Protein ve yağların kan şekeri üzerine etkileri
- o Okulda beslenme ve sık görülen sorunlar: Nasıl çözümlenmeli
- o Kullanılan insülin türüne göre öğün sayısı ve düzeni nasıl olmalıdır?
- o Beslenme alışkanlıklarına göre bolus insülin uygulama yönetimi
- o Egzersiz türlerine göre beslenme şeklinde ve bolus dozlarında nasıl değişiklik yapılmalı?
- o Ev dışında tüketilen yiyeceklerde yönetim, örnek çözümler.
- o Mutfak atölyesi uygulamalı eğitim

Yeni Teknolojiler

- o İnsülin pompa tedavisi ve yapay pankreas araştırmalarında neredeyiz?
- o Pompa çeşitleri ve pompa takılma süreci
- o Sürekli Glikoz İzleme (CGM) sistemleri ve etkin kullanımı: CGM verilerinden nasıl daha çok yararlanabiliriz?
- o İnsülin Pompası ve CGM konusunda paylaşımlar

Ruhsal Destek ve Dayanışma

- o Zor durumların yönetimi
- o Ergenlik döneminde diyabet
- o Depresyon gibi ruhsal zorlanmaların erken tanınması ve yönetilmesi
- o Diyabetle arkadaş olmak/barışık olmak
- o Okulda yaşam
- o Diyabetle normal ve başarılı bir ömür sürmenin anlamı
- o Kaygılar/zorluklar

6. Kampa hazırlık süreci

Kampa hazırlık süreci, görevli kamp ekiplerince aşağıdaki temel noktalar dikkate alınarak yapılır.

- a. Kamp ekibine günlük program ve eğitim materyali gönderilir
- b. Eğitim objektifleri gözden geçirilir ve eğitimciler belirlenir
- c. Eğitimcilerin eğitim için kullanacakları malzemeleri (sunum vs) hazırlamaları sağlanır
- d. Grup lideri ağabey ve ablalar belirlenir
- e. Ekiple oryantasyon toplantısı yapılır

- f. Kampa katılacak çocukların aileleri ile bilgilendirme toplantısı yapılır
- g. Eğlence, aktivite ve eğitim için malzemeler tedarik edilir
- h. Oda yerleşimleri ve gruplar belirlenir
- i. Ulaşım için araçlar ayarlanır, araçlarda bulunacak ekipler belirlenir, acil durumlar için ilk yardım malzemeleri sağlanır.
- j. Yolculuk için ara öğünler tedarik edilir.
- k. Kamp yapılacak tesisin mutfak ekipmanları ve personel kapasitesi dikkate alınarak kamp menüsü hazırlanır. Kamp yapılacak işletmede, beslenme hizmetlerinden birincil derecede sorumlu olan tesis yetkilisi ve aşçıbaşına ana/ ara öğünlerin hazırlanma ve pişirme ilkeleri, hijyen kuralları, servis edilme saatleri gibi konularda bilgi verilir. Bu konularla ilgili bir talimat hazırlanarak tesis yetkilileri ile paylaşılır.

7. Aile kampları

Yukarıdaki temel ilkeler çerçevesinde, çocuk diyabet ekipleri sorumluluğunda çocuklar ve ailelerinin katılımı ile Aile kampları düzenlenebilir. Aile kamplarını en az iki gün ve hafta sonu kampı olarak da düzenlemek mümkündür. Bu kamplarda çocukların diyabet dahil olmak üzere her türlü bakım ve sorumluluğu ailelere ait olup, aileler bir hafta sonu tatiline gitmiş gibi kendilerini hazırlayacaklardır. Kamp sırasındaki acil durumlarda çocuk diyabet ekibi ve kamp doktoru tarafından gerekli hizmet verilecektir. Aile Kamplarında eğitim, esas olarak ailelere odaklanarak planlanacaktır. Eğitim, çocuklar ve aileler için ayrı ayrı düzenlenecek, en önemli konuların problem odaklı, interaktif, oyunlara dayalı bir şekilde öğretilmesi amaçlanacaktır. Eğitim programında diyabet dışında genel eğitim ve kültür konuları da yer alacaktır. Eğitimler grup çalışması şeklinde yapılacaktır. Aileler arasında etkileşim ve deneyim paylaşımı için fırsatlar yaratılacaktır

8. Kampların finansmanı ve diğer konular

- a. Kamplar düzenlenirken hiç bir şekilde gelir elde edilmesi amaçlanmaz.
- b. Kamplar bağışlar ve ailelerin katkıları ile finanse edilir. Gerekli düzenlemeler yapıldığında SGK her yıl belirlenecek miktardaki kamp ücretini, kamp yönetimi tarafından sağlanan belge karşılığında ve en az bir kez olmak üzere aileye geri öder.
- c. Kamp ekibi gönüllük çerçevesinde kampa katılır, ulaşım konaklama organizasyon tarafından sağlanır.
- d. Kamplardaki fotoğrafların kullanılması konusunda ailelerden onam alınması gereklidir.
- e. Kamplarda etik kurul onayı önceden alınmış araştırmalar ailelerden onam alınarak yapılabilir.