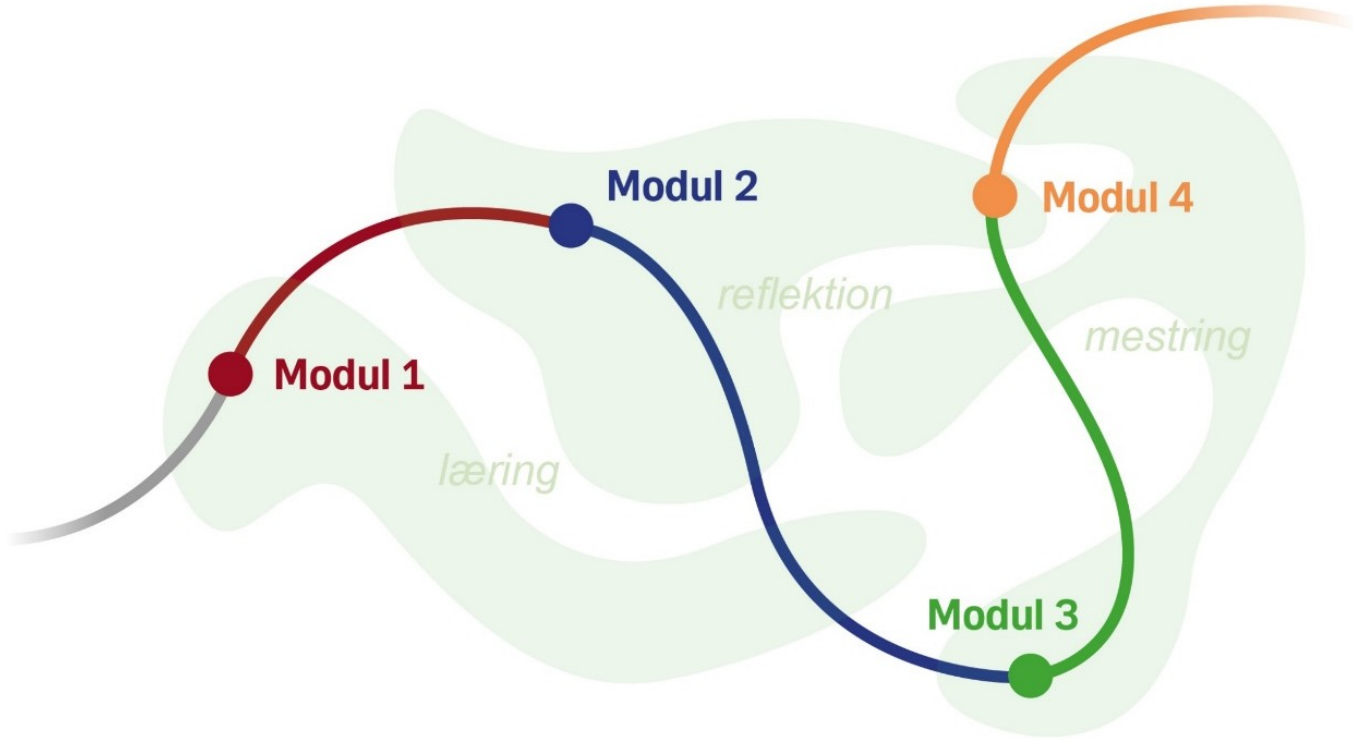
Velkommen til Pumpekursus!

Hvis du holder på en 3-timers parkeringsplads,
har du mulighed for at forlænge din parkering i receptionen.

Biler med handicapskilt kan parkere uden tidsbegrænsning.



Velkommen til kursusdag 2





Program

09:00	Velkommen til erfaren bruger
	Hvordan er det gået siden sidst?
	Smartguard startes i pumpen
09:45	**Pause**
10:00	Skift af infusionssæt i mindre grupper Individuel samtale med behandler: Se på egne data og justere pumpens indstillinger Lave opgaver – træning i at komme rundt i pumpen, hvordan indstillinger ændres Mulighed for at tale med erfaren bruger om stort og småt
11:00	Fælles opsamling på tekniske spørgsmål og opgaver
11:30	**Frokost (Sandwich & grønt)**
12:15	Hverdagen med insulinpumpe del 1 Rejser, sport/ fysisk aktivitet, sygdom
13:00	**Pause**
13:10	Hverdagen del 2, alle de spørgsmål/emner I ønsker at drøfte
13:40	Afrunding og næste stop på rejsen – netværk og opfølgning
14:00	Tak for i dag



Bordet rundt

- Oplevelser med den nye pumpe siden sidst
- Eventuelle tekniske spørgsmål



Slå SmartGuard™-funktionen til

Efter 2 dage i manuel funktion, slås SmartGuard til under denne menu.





Gå til SmartGuard™-menuen
→ rul ned → skift TIL



Gå til SmartGuard™-indstillinger
→ indstil → gem

SmartGuard-indstillinger: Sæt BG mål til 6,1 eller 6,7 mmol

Kører pumpen i Smartguard som den skal?

- Skjold på startskærmen betyder at Smartguard funktionen kører



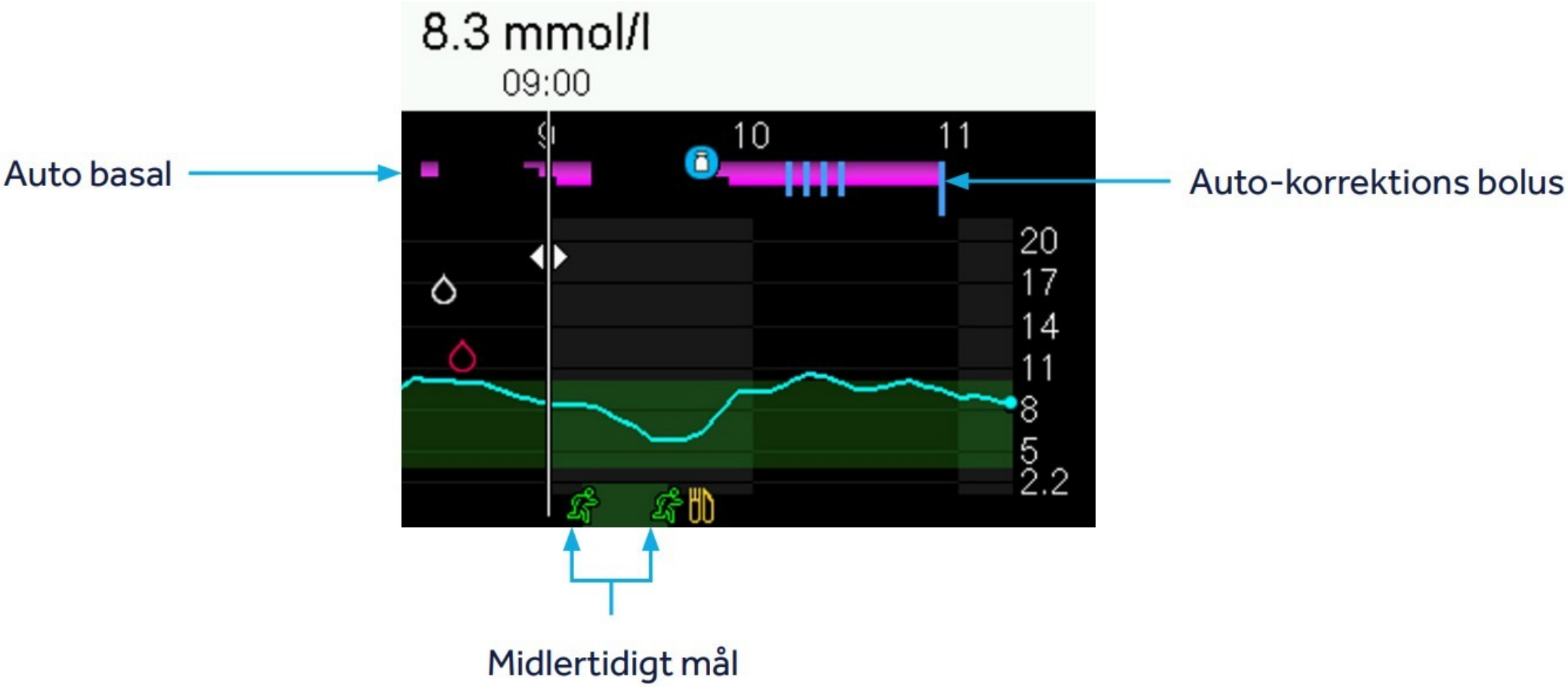
Intet skjold
Pumpen er her i manuel funktion

- Pumpen afslutter SmartGuard™-funktionen, hvis der er gået 4 timer uden sensorværdier eller hvis du undlader at indtaste et blodsukker når pumpen beder om det



Hold øje med det blå bånd! – Giv altid pumpen et blodsukker hvis den beder om det!

Tryk på diamantknappen for at se din kurve



Hvad har betydning for insulinafgivelsen i smartguard?



Mål

5,5 mmol/l

6,1 mmol/l

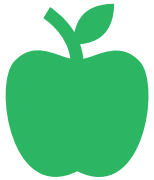
6,7 mmol/l

Midlertidigt mål
8,3 mmol/l



Aktiv insulintid

anbefalet 2-3 timer



Kulhydratratio

Kulhydratratio=

300-450/Total døgndosis

skal være så lav som muligt, uden at give lave blodsukre

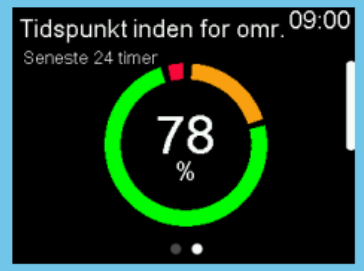
Hvordan har din tid i målområdet været de sidste 24 timer?

- Tjek på pumpen!



GENVEJ

Tryk på pil **TIL HØJRE** for en genvej til Tid i Målområdet (TIR)

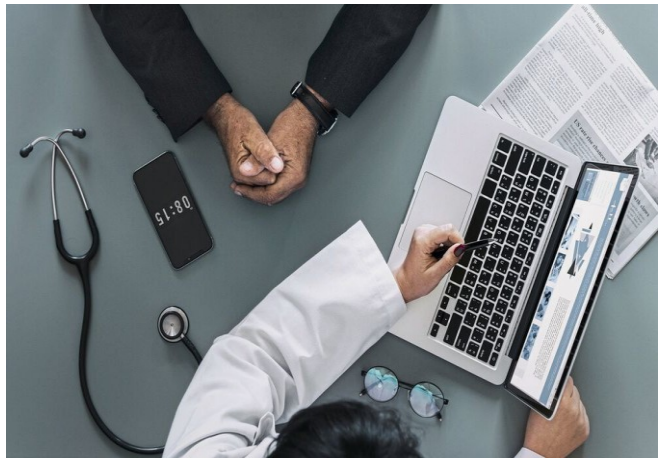




- Tid i Målområdet (TIR) = procentdel af tiden, hvor SG er på 3,9-10 mmol/l
- Se dine data for de seneste 24 timer:
  - Tid under, over og inden for TIR
  - Procentdel af tid i SmartGuard™-funktionen

Sætskift, individuel justering af pumpe, lave opgaver i pumpens funktioner inklusiv pause







Sætskift – vi deler os igen i 2 hold

Du skal bruge 5 ting

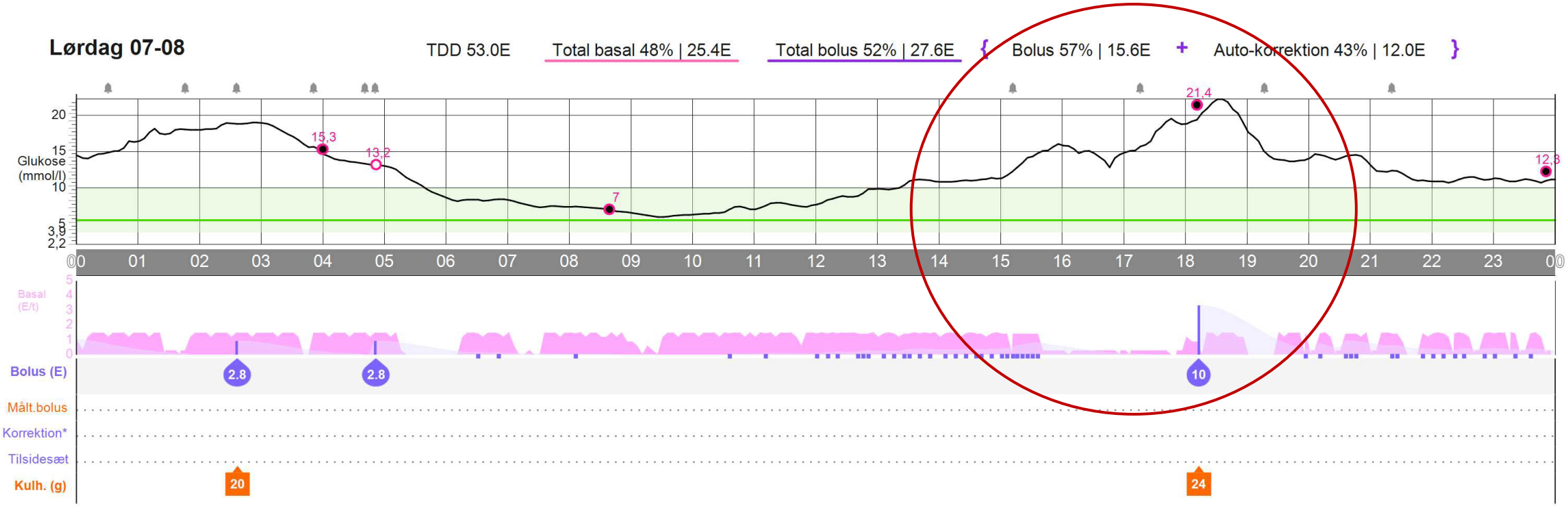


SPRØJTE | INFUSIONSSÆT | INSULIN | SPRIT SERVIET | INSERTER

Oplysninger om *din totale døgn dosis* (TDD) insulin på pumpe
Du skal fylde 3 x TDD + 30 ie i pumpen.

Opsamling på opgaver og tekniske spørgsmål

Hvorfor skrues her ned for autobasalen og autokorrektioner stopper, selvom blodsukkeret er stigende?



Sikkerhedsfunktioner

- pumpen kan i en 45 min. periode maksimalt afgive korrektions insulin svarende til 8% af total døgndosis.
- Efter 7 timer med max autobasal -> pumpen går i sikker basal

Sæt i gang igen ved at taste et blodsukker + evt. korrektionsinsulin

Alarmer og sensor problemer

Meddelelsen ”sensoropdatering” kan forekomme

- vises når algoritmen angiver, at sensoren kontrollerer sin ydeevne. Dette er en sikkerhedsfunktion.
- Forekommer oftest på dag 1
- Det varer normalt mindre end 1 time, men kan vare længere -> hvis det fortsætter ud over 2 timer -> skift sensoren

Det vigtigste er at indtaste et fingerprik blodsukker når pumpen beder om det!
Herved kan du forblive i Smartguard

Sker det ofte – drøft med din behandler

Fysisk aktivitet med MiniMed 780G pumpe

Før træning

Start midl. mål 60-90 min. før træning

Ved måltid tæt på træning, tast færre kulhydrater end der spises

Hvis blodsukker under 7 mmol -> 10-20 g kulhydrat **10-15 min.** før aktivitet



For nogle er det nødvendigt at tage pumpen helt af under aktivitet (Husk stop insulinafgivelsen)

Kulhydratbehov
Ved fysisk **aktivitet i mere end 30 minutter:** cirka 10-30 g per 30. minut

Efter træning

Afslut midl. mål 0-30 min efter træning

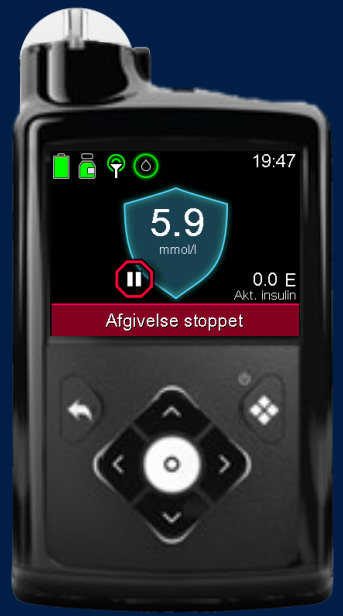
Hvis tendens til natligt lavt BS -> Sæt midl. mål til over natten

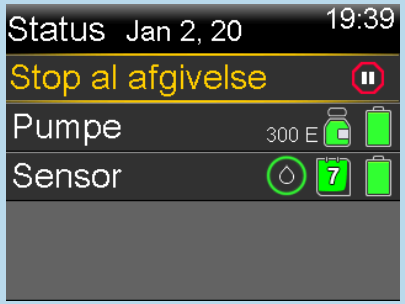
Skemaet er kun vejledende - Husk at gøre egne erfaringer! – Tal med din behandler



STOP INSULINAFGIVELSEN I SMARTGUARD™

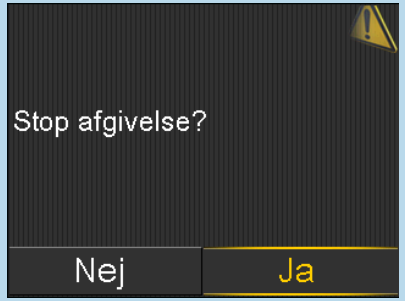
Stop ikke insulinafgivelsen i mere end 2 timer. Når du afbryder pumpen, hvis du f.eks. Skal svømme, skal du **stoppe insulinafgivelsen**, sådan at systemet sporer den korrekte mængde insulin, du modtager





ELLER

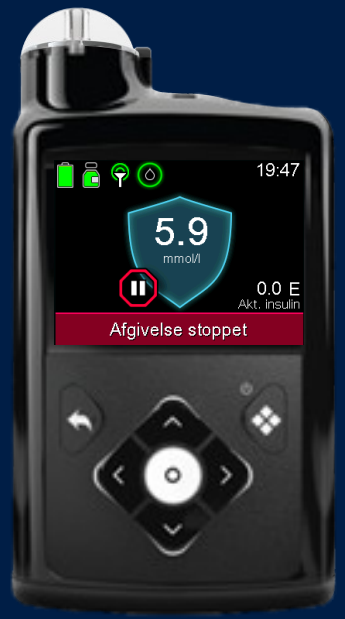






GENOPTAG INSULINAFGIVELSEN I SMARTGUARD™

Husk:
Genoptag altid
insulinafgivelsen efter stop





ELLER







Bolus til mad

Ved glemt indtastning af kulhydrater vil pumpen begynde at autokorrigere så snart blodsukkeret stiger

Systemet kan ”håndtere” mindre og forsinket stigning ved hjælp af ”auto-basal” og ”auto-korrektioner”

For sen indtastning af et måltid medfører risiko for - for meget insulin og dermed lavt blodsukker.



Glemt bolus i smartguard

- Mindre end ½ time siden: tast halvdelen af kulhydraterne
- Mere end ½ time siden: se om pumpen klarer arbejdet eller korriger ifølge pumpen

Dette er en tommelfingerregel. Ved store fedtrige måltider, skal der formentlig tastes mere end halvdelen ved glemt bolus

Frokost pause



Hverdagen med insulinpumpen



Program fortsat

- 12:15 Hverdagen med insulinpumpe del 1
  Rejser, sport/ fysisk aktivitet, sygdom
- 13:00 **Pause**
- 13:10 Hverdagen del 2, alle de spørgsmål/emner I ønsker at drøfte
- 13:40 Afrunding og næste stop på rejsen – netværk og opfølgning
- 14:00 Farvel

Fysisk aktivitet med 780G





Træningsformer

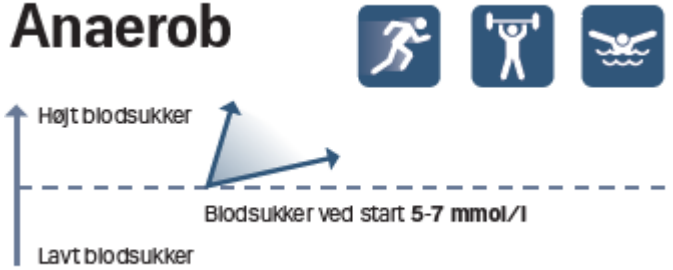
Aerob



Fx gang, cykling, jogging og svømning – Intensitet lav til middel

- Blodsukkeret vil oftest falde
- Ved længerevarende træning → nedsæt insulindosis og indtag flere kulhydrater undervejs

Anaerob



Fx vægtløftning, sprint/løb med høj intensitet, svømning - kort distance

- Blodsukkeret vil generelt være stabilt, men kortvarig intens træning kan få blodsukkeret til at stige.
- Obs! forsinkede lave blodsukkerværdier efter endt træning?

Kombineret



Fx håndbold, fodbold, tennis og crossfit - både eksplosive bevægelser og udholdenhed

- Blodsukkeret kan gå både op og ned

Hvordan sænkes insulinmængden i kroppen før motion

Ved at..

- Morgentræne (fastende)
- Holde afstand mellem måltid med insulin og træning
- Sænke måltidsinsulin
- Anvend ”aktivitetsprofil” i god tid før træning



Fysisk aktivitet med MiniMed 780G pumpe

Før træning



Efter træning

Start midl. mål
60-90 min. før træning

Ved måltid tæt på træning,
tast færre kulhydrater end der spises

Hvis blodsukker under 7 mmol
-> 10-20 g kulhydrat **10-15 min.** før aktivitet

For nogle er det nødvendigt at tage pumpen helt af under aktivitet (Husk stop insulinafgivelsen)

Kulhydratbehov
Ved fysisk **aktivitet i mere end 30 minutter:** cirka 10-30 g per 30. minut

Afslut midl. mål 0-30 min
efter træning

Hvis tendens til natligt lavt BS ->
Sæt midl. mål til over natten

Skemaet er kun vejledende - Husk at gøre egne erfaringer! – Tal med din behandler



Rejse med 780G insulinpumpe

Hvad skal med og hvilke overvejelser vil I gøre jer?

- Forsikring (forhåndsgodkendelse)
- Rejse over tidszoner
  - → Stil uret i pumpen efter lokaltid
- Kulde og varmepåvirkning
- Opbevaring af insulin og udstyr i håndbagagen
- Medbring Rejsebrev



I lufthavnen

- Pumpen og sensoren tåler metal detektor, men IKKE bodyscanner eller røntgen

- Efterspørg manuel scanning, kropsvisitering i stedet for evt. full body scanner

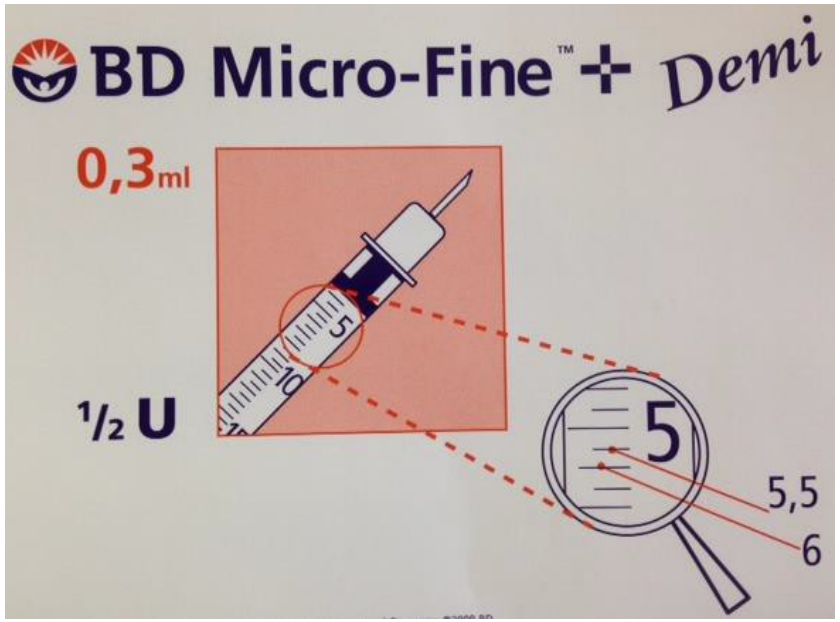


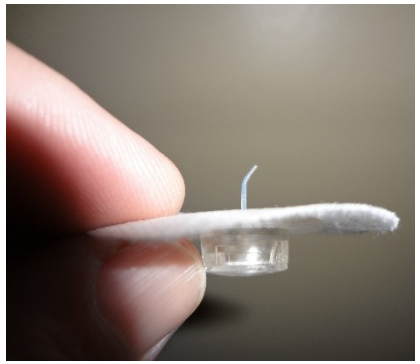
I dit rejsebrev står
At du har diabetes og bruger en glukosesensor og en insulinpumpe. Det er livsvigtig medicinsk udstyr, som ikke bør frakobles. Både sensor og pumpe kan trygt bæres gennem metaldetektorer. Sensor og pumpe må IKKE udsættes for røntgenstråler. Dette inkluderer røntgenmaskiner til bagage samt nogle former for helkropsscannere, Du medbringer diverse udstyr i håndbagagen, herunder insulin i håndbagagen, hvor det skal være da medicinen ikke tåler kraftige temperatursvingninger…..

Pumpesvigt – insulinmangel



- Insulin nu!
- På pen eller sprøjte
- Obs! Ketoner

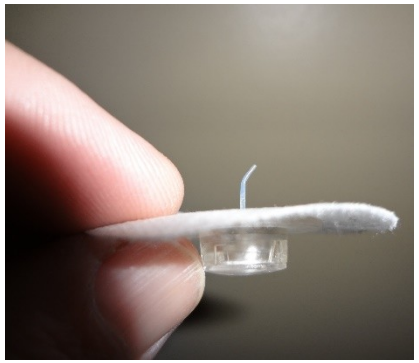




Blodsukkeret er højt – har været det længe

Pumpesvigt – insulinmangel?

- Tag insulin på pen (eller nyt infusionssæt med pumpe i manuel modus)
- Obs! Ketoner
- Hvis ketoner → der skal gives mere end hvad pumpen foreslår, drik ekstra væske
- Mål blodsukker og ketoner igen om en time, værdier skal være faldende
- Hvis du har kvalme, kaster op, har ketoner >1,5 → Kontakt Rådgivningen Steno Diabetes Center



Ketoner

Ketonniveau i blodet	TILTAG
<0,6 mmol/L	Normalområde Mål dit blodglukose regelmæssigt
0,6-1,5 mmol/L	Mål både blodglukose og ketonniveauet i blodet hver 2-4 time, der skal mere insulin til – Rådfør dig med dit diabetesteam
1,5-3 mmol/L	Risiko for begyndende ketoacidose Kontakt læge/sygeplejerske
>3 mmol/L	Kontakt akutmodtagelse omgående Risiko for ketoacidose

Sygdom og feber

- Mål blodsukker ved fingerprik ofte, tast det i pumpen ofte og bed om korrektion ved højt.
- Tjek ketoner
- Ved fortsat høje BS = Behov for mere insulin end pumpen afgiver
    - Det kan være nødvendigt at slå smartguard fra – så du kan tage ekstra bolus og bruge midlertidig basal op.
- Utryg eller alene hjemme – eller bare i tvivl →

KONTAKT RÅDGIVNINGEN 24/7

39 68 08 00



Behovet for insulin stiger med ca. 25% pr. grads temperatur forhøjelse

Nødkit



- Insulin enten pen eller hætteglas
- Unit sprøjter eller nål til pen
- 1-2 ekstra infusionssæt
- 1-2 ekstra reservoir
- Batterier
- Ketonapparat, strimler
- Blodsukkerapparat med strimler, men det skal man jo altid…. ☺

Netværk og erfaringsudveksling

Diabetes type 1: https://www.facebook.com/groups/389063267774489

Diabetes i Danmark: https://www.facebook.com/groups/16803605284

Medtronic 780G-Dansk brugergruppe (facebook)

Netværk under diabetesforeningen

Måske vil I lave jeres eget?

Steno holder netværksmøde

Hvornår? onsdag d. 21.10 kl.17.00-19.30 (inkl. snacks og aftensmad)

Hvem deltager? 780G brugere med forskellig erfaringsniveau, repræsentant fra MiniMed, personale fra Steno.

Hvad handler det om? Erfaringsudveksling, tips og tricks, fysisk aktivitet og det mentale ved at bruge pumpe. Andre emner er velkomne.

Hvordan melder man sig til? Der kommer en invitation på mail med mulighed for tilmelding.

Spørgsmål eller behov for hjælp?



Teknisk support MiniMed Produktsupport (24/7) +45 32 48 18 80

Fx ang. fejlmeddelelser på pumpen, forbindelsesproblemer mellem sensor og pumpe, MiniMed Mobile App

Sygeplejerådgivningen på SDCC (24/7) : +45 39 68 08 00

- Ved høje eller lave blodsukre
- Behov for behandlingsjustering
- Utryghed eller spørgsmål relateret til pumpen

Opfølgning - Vi ses på skærmen!



2 videomøder er planlagt (min SP)

- 1½ uge v. sygeplejerske
- 5 uger v. læge (prøv e-læring modul 4)

Vi ser på upload og justerer – sørg for de sidste data er tilgængelige om morgenen!

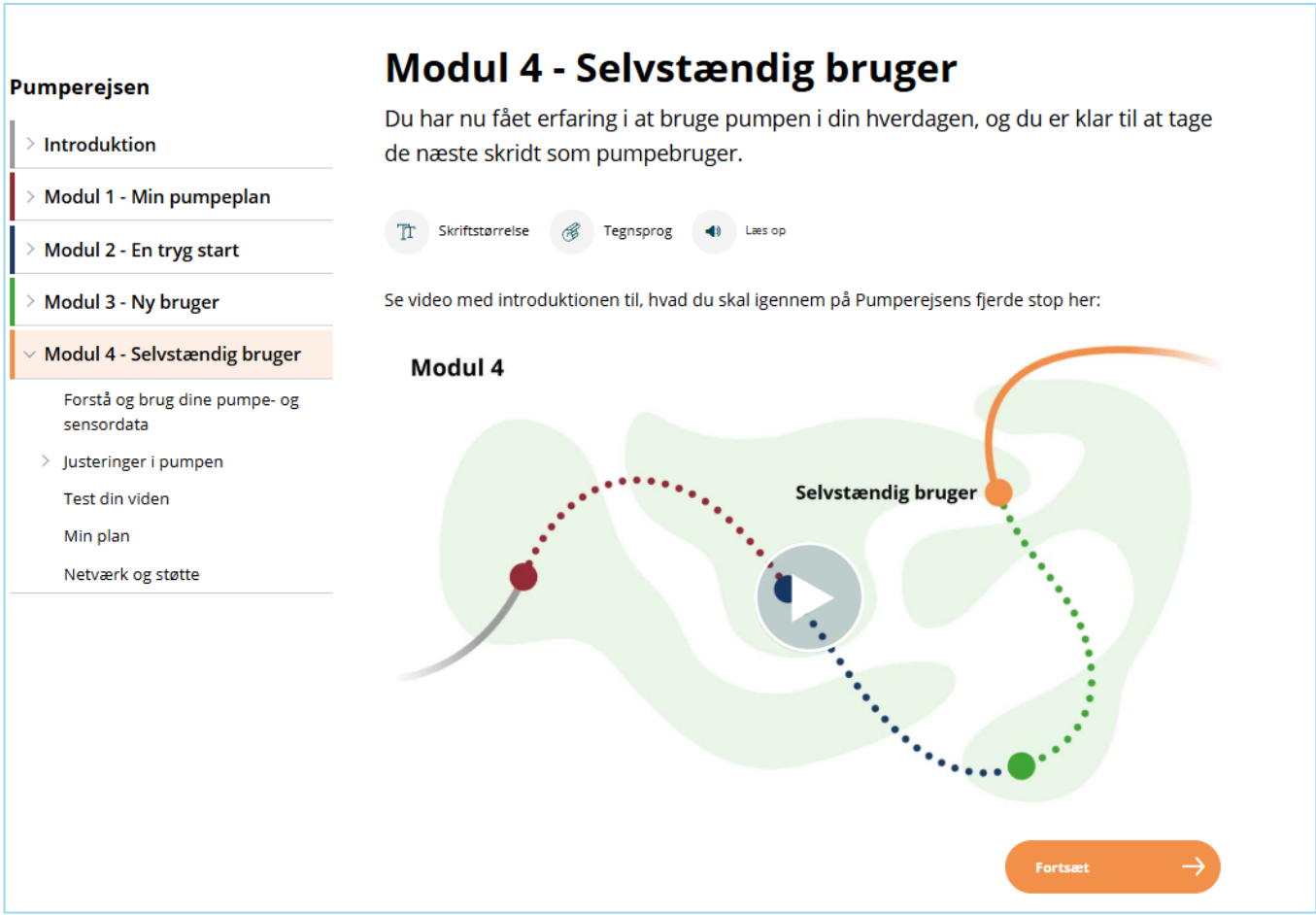
- Gå i appen → synkroniser med Carelink → overfør nu
- Få styr på hvordan du tilgår videomødet i god tid! ☺

Vejen videre på Pumperejsen…

Næste stop:

Netværksmøder – få mere ud af pumpen

- Afholdes på Steno to gange om året
- Mød andre der også lever 24/7 med pumpe
- Få tips og tricks til hverdagen med pumpe
- Få inspiration til fysisk aktivitet og mental trivsel
- Tag gerne en pårørende eller ven med
- Se datoer, program og meld dig/jer til i Modul 4 under 'Netværk og støtte'



Evaluering og feedback

Vær med til at gøre Pumperejsen endnu bedre
Svar på vores spørgsmål inden du går

MANGE TAK FOR HJÆLPEN ☺

Evaluering

Skan mig