



Een leerling met diabetes

**INFORMATIE EN ADVIES
VOOR LERAREN**



Netwerk Ziezon
ziek zijn & onderwijs

Een leerling met diabetes

INFORMATIE EN ADVIES VOOR LERAREN

INLEIDING

Deze Ziezonbrochure geeft uitleg over diabetes (suikerziekte) met daarbij speciale aandacht voor de mogelijke gevolgen van deze ziekte op school. Tevens krijgt u adviezen om zo goed mogelijk te kunnen inspelen op de leerling met deze aandoening. De informatie is bedoeld voor de leraar die een leerling met diabetes in de klas heeft. Als een leerling diabetes heeft is het voor zijn ontwikkeling belangrijk dat hij 'normaal' naar school gaat en ook daar goed wordt begeleid.

Het doel van deze brochure is om u inzicht te geven in wat diabetes is en welke behandeling kinderen/jongeren kunnen krijgen. We geven informatie over medische handelingen en welke rol u als leraar hierin kunt hebben. Ook beschrijven we hoe u na overleg en samenwerking met de leerling en

ouders, voorlichting over diabetes kan geven in de klas. Er zijn verschillende goede websites gemaakt door de diabetes vereniging en andere centra. Om de informatie kort en overzichtelijk te houden kunt u in deze brochure meteen doorlinken naar de juiste website. U kunt de brochure uitprinten of als eBook beschikbaar maken. Daarna kunt u het in de klassenmap of het dossier van de leerling toevoegen zodat de benodigde informatie altijd voorhanden is. Natuurlijk is het van het grootste belang dat u in contact blijft met de leerling en zijn ouders. Op die manier kunt u goed inschatten wat de leerling nodig heeft en welke informatie in de klas gedeeld mag worden en op welke manier. We willen u ook verwijzen naar de Ziezon [website](#) waar u meer informatie kunt vinden.



Wat is DIABETES?

Diabetes is een chronische stofwisselingsziekte waarbij de hoeveelheid glucose in het bloed is verhoogd. Dit komt omdat de alvleesklier geen of te weinig insuline aanmaakt. Het lichaam is hierdoor niet meer in staat om zelfstandig suikers (oftewel glucose) uit de voeding te verwerken. De meest voorkomende soorten diabetes zijn type 1 en type 2.

Diabetes type 1

Bij diabetes type 1 maakt de alvleesklier helemaal geen insuline meer aan. Leerlingen met diabetes type 1 moeten insuline ingespoten krijgen. Diabetes type 1 ontstaat vaak voor het 30e levensjaar en wordt daarom ook wel jeugddiabetes genoemd.

Symptomen diabetes type 1

- Veel dorst en veel plassen
- Afvallen zonder dat daar een reden voor is
- Ziek en beroerd zijn
- Constant honger gevoel
- Wazig zien

Diabetes type 2

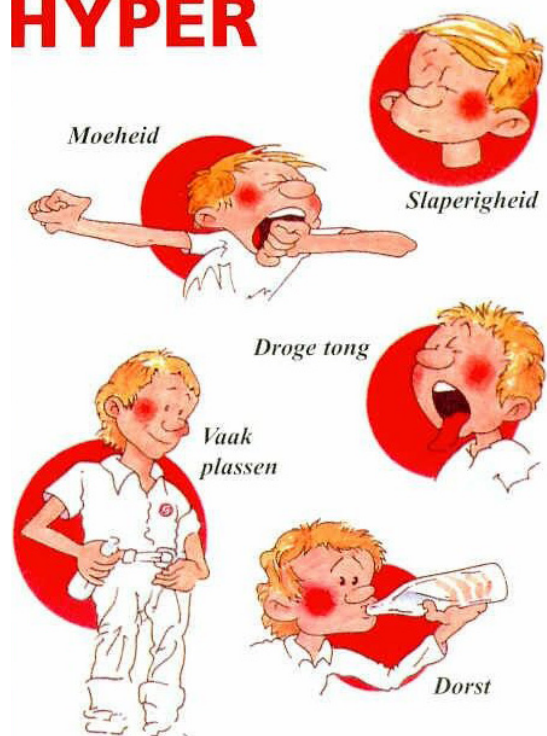
Bij diabetes type 2 maakt de alvleesklier nog wel insuline aan, maar niet altijd genoeg. Het kan ook voorkomen dat het lichaam ongevoelig is geworden voor insuline. De glucose wordt dan onvoldoende uit het bloed gehaald. Overgewicht kan een oorzaak zijn van diabetes type 2. Hierdoor zien we deze vorm ook steeds meer bij kinderen. Diabetes type 2 wordt meestal behandeld met medicijnen, voedings- en bewegingsadviezen.

Symptomen diabetes type 2

- Vaak dorst en veel plassen
- Droge mond
- Vermoeidheid
- Oogklachten (rode, branderige ogen; wazig/dubbel/slecht zien)
- Slecht genezende wondjes
- Kortademigheid, pijn in de benen bij het lopen
- Vaak terugkerende infecties

We weten eigenlijk niet goed genoeg hoeveel kinderen diabetes hebben in Nederland. Daarom is er met samenwerking van bijna alle kinderartsen in Nederland een registratie opgezet die op die vraag een antwoord moet (gaan) geven. Op grond van de eerste uitkomsten schatten we in dat er ongeveer 6000 kinderen (tot 18 jaar) met diabetes zijn. Het allergrootste deel daarvan heeft type 1 diabetes. Ook erfelijke vormen (MODY) en type 2 diabetes worden geregistreerd. Een redelijke schatting uit de registratie is dat er elk jaar tussen de 500 en 550 kinderen (tot 18 jaar) diabetes krijgen.

HYPER

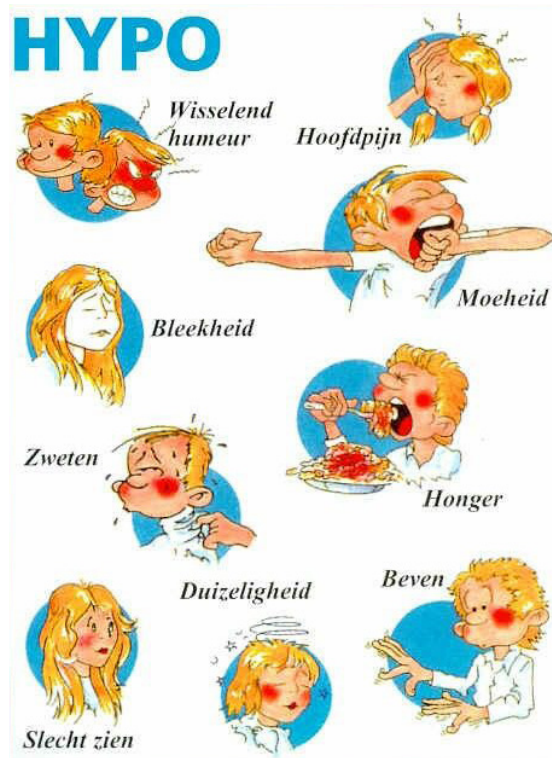


Als er teveel glucose in het bloed zit, is er sprake van hyperglykemie, ook wel een hyper genoemd. De symptomen dienen zich geleidelijk aan en worden veroorzaakt door teveel eten, onvoldoende insuline, spanning of een wondje of ontsteking.

Een hyper is te merken aan:

- Veel plassen
- Veel dorst hebben en houden
- Mogelijk plotseling extreme humeurigheid
- Gevoel van algehele malaise
- Hoofdpijn / Buikpijn
- Uitdrogen
- Vermoeidheid / Slaperigheid
- Uiteindelijk bewusteloosheid

HYPO



Wordt het bloedglucosegehalte te laag, dan is er sprake van hypoglykemie, ook wel een hypo genoemd. De symptomen kunnen plotseling de kop opsteken en worden meestal veroorzaakt door teveel insuline, te laat genuttigde of uitgestelde maaltijden of meer lichamelijke inspanning zonder extra te eten.

Een hypo is te merken aan:

- | | |
|------------------------------|--------------------------------|
| • Zweten | • Lichte angstgevoelens |
| • Trillen | • Verwardheid |
| • Hartkloppingen | • Onduidelijk praten |
| • Misselijkheid | • Slap / Moe |
| • Duizeligheid | • Honger |
| • Hoofdpijn | • Trager denken en reageren |
| • Agressief gedrag | • Uiteindelijk bewusteloosheid |
| • Grote pupillen, wazig zien | |
| • Geeuwen | |

Besmettingsgevaar?

Diabetes is niet besmettelijk.

Patiëntenorganisatie

Voor contact of informatie met de patiëntenorganisatie kunt u kijken op: www.dvn.nl

BEHANDELING

Diabetes gaat niet over, maar kan gelukkig goed worden behandeld. De behandeling van diabetes is gericht op het verlagen (reguleren) van de bloedglucose. Deze behandeling zal in de praktijk levenslang nodig zijn. De behandeling is gericht op het zo normaal mogelijk laten functioneren van het lichaam, met behulp van medicijnen en leefregels.



Flash glucose meter

Het soort behandeling hangt af van het type diabetes. Zo wordt diabetes type 1 behandeld met insuline-injecties en diabetes type 2 meestal alleen met bloedglucose verlagende medicijnen in tabletvorm. Een combinatie van tabletten en insuline en aanpassing van leefstijl komt ook voor. Insuline moet net onder de huid worden gespoten. Afhankelijk van de insulinevraag van het lichaam, wordt er één tot vier keer per dag insuline gespoten. Tegenwoordig bestaat er ook de mogelijkheid om een insulinepomp te gebruiken. Deze pomp wordt gebruikt in combinatie met kortwerkende insuline. De hoeveelheid glucose in het bloed kan ondanks de behandeling schommelen. Er kan sprake zijn van een “hyper” of een “hypo”. Vraag om instructie van ouders wat u moet doen ingeval van hyper of hypo verschijnselen.

Sinds mei 2018 wordt voor alle kinderen met diabetes type 1 de Flash glucose meter vergoed. Dit is een sensor ‘pleister’ op de bovenarm waarmee door een losse meter (of bijbehorende app op mobiele telefoon) er langs te halen de glucosewaarde in beeld komt te staan zonder dat daarvoor een vingerprik nodig is. Sinds december 2019 wordt dit ook vergoed voor patiënten met diabetes type 2, als die net als type 1 patiënten meerdere keren per dag insuline moeten spuiten. De sensor geeft de glucose weer van een ‘onder de huid’ gemeten glucosewaarde. Overleg met ouders wanneer er een bloedglucose via een vinger prik noodzakelijk is.

Via de volgende link vindt u de SOS-Kaart Diabetes; Hoe te handelen?

https://www.dvn.nl/Portals/0/Downloads/School%20en%20academie/SOS-kaart-kind-met-diabetes_DVN.pdf

GEVOLGEN VOOR HET ONDERWIJS

Diabetes is een ziekte die het normale leven enorm verandert. De leerling met diabetes moet voortdurend letten op eten, beweging en medicatie. Voor leraren ligt hierin de begeleiding een bijzondere taak. Voor de school is het belangrijk om afspraken te maken. Hierover leest u meer in het volgende hoofdstuk. Leerlingen met diabetes zijn echter niet anders dan andere kinderen. Geef deze leerling geen uitzonderingspositie binnen de groep.

Bij de leerling kunnen verschillende gevoelens en reacties ontstaan waar de leraar alert op moet zijn:

- Schommelingen in medische / emotionele toestand
- Frustratie
- Lichamelijke bijwerkingen en beperkingen
- Sociale isolatie
- Faalangst

Ook bij de ouders kunnen veel onzekerheden spelen:

- Bezorgdheid (om een ziek kind naar school te sturen)
- Bescherming
- Overbelasting door lichamelijke en emotionele eisen
- Frustratie

Onzekerheden bij broertjes / zusjes:

- Angst (ziekte zus/broer, vermindering aandacht ouders)
- Behoeftte om behulpzaam te zijn

Onzekerheden bij schoolpersoneel:

- Gebrek aan informatie
- Moeilijkheden met communicatie met verschillende partijen
- Verzuimregistratie
- Zorgen over impact op henzelf en de klas
- Rekening houden met schooluitjes en zwemmen

Onzekerheden bij klasgenoten:

- Gebrek aan informatie
- Angst voor ziekte en besmetting

Zoals beschreven is het voor alle partijen belangrijk om duidelijke afspraken te maken over en met de leerling met diabetes. Een leerling met diabetes is net als alle andere kinderen in de klas. Het wil liever geen uitzonderingspositie krijgen. Toch kan het zijn dat de leerling met diabetes als gevolg van de ziekte te moe is om zijn aandacht bij de les te houden of lessen mist. Af en toe zal een leerling tijdens de les moeten eten of drinken om de bloedglucose op peil te houden.

AANPASSINGEN OP SCHOOL

Medische handelingen op school

Leraren krijgen steeds vaker het verzoek van ouder(s) / verzorger(s) om hun kind met diabetes de door een arts voorgeschreven medicatie toe te dienen. Ook wordt er in toenemende mate werkelijk medisch handelen van leraren gevraagd. Dit terwijl zij daar niet bekwaam / bevoegd voor zijn. Dit brengt risico's met zich mee. Zowel ouders als leraren moeten zich ervan bewust zijn hoe het kind met diabetes op een verantwoordelijke wijze het beste geholpen is. Voorwaarde is dat iedereen goed samenwerkt en dat afspraken schriftelijk vastgelegd worden.

Via de onderstaande link vindt u praktische tips voor de school waar ook de wettelijke aansprakelijkheid aan de orde komt: www.ziezon.nl/onderwijsondersteuning/informatie-voor-school/gevolgen-van-ziek-zijn/medische-aspecten/medicijngebruik-en-medische-handelingen-op-school

Er is medio 2015 een factsheet diabetes in het primair onderwijs opgesteld, dat het juridisch kader en praktische bekostigingsmogelijkheden schetst. U vindt dit op de website www.passendonderwijs.nl.

Voor ieder kind met diabetes zal op school een protocol/handelingsplan moeten worden opgesteld. U komt tot een goed betrouwbaar document wanneer de persoonlijke en medische gegevens van de leerling worden verzameld in één document (zie documenten bij de onderstaande link). Daarna moet er in overleg met de leerling, ouders, de diabetesverpleegkundige en/of de behandelend arts een persoonlijk protocol worden opgesteld.

U kunt documenten voor het opstellen van een persoonlijk diabeteszorgplan vinden op de volgende websites: www.dvn.nl/leven-met-diabetes/kinderen/school/voor-leerkrachten-en-begeleiders

Voor het primair onderwijs:

www.zorgeloosmetdiabetesnaarschool.nl/scholen/jouw-leerling-met-diabetes-op-de-basisschool

Voor het voortgezet onderwijs:

www.zorgeloosmetdiabetesnaarschool.nl/scholen/jouw-leerling-met-diabetes-het-voortgezet-onderwijs

De meeste leerlingen vanaf groep 5 weten zelf wat zij moeten doen om hun bloedglucose op peil te houden. Jongere leerlingen hebben daar hulp bij nodig. Wat u precies kunt doen om het jongere kind te helpen, kunt u met ouders bespreken en vastleggen in een protocol voorbehouden en risicovolle handelingen, zoals hiervoor besproken. Ook voor leerlingen in het voortgezet onderwijs geldt dat zij zelf vaak heel goed weten hoe zij om moeten gaan met hun diabetes. Het is voor alle leerlingen met diabetes belangrijk dat leraren en klasgenoten begrijpen wat er aan de hand is en het mogelijk maken voor leerlingen om te handelen.

Voor een leerling met diabetes is het prettig om op school een aparte ruimte te hebben waar het de bloedglucosewaarde kan bepalen en insuline kan spuiten. Daarnaast moet een leerling met diabetes altijd mogen eten en het toilet kunnen bezoeken.

Onderwijskundige ondersteuning

Het kan nodig zijn om enkele aanpassingen in het lesprogramma voor uw leerling met diabetes te maken.

Enkele voorbeelden:

- Schommelingen in de bloedglucosewaarde kunnen ervoor zorgen dat uw leerling zich minder goed kan concentreren. Als dat tijdens een toets gebeurt, moet de leerling eerst de bloedglucose op peil brengen. Leerlingen met diabetes hebben daarom altijd recht op extra tijd voor een proefwerk, Cito toets of examen.
- Mist een leerling veel lessen als gevolg van de diabetes, dan zijn er aanpassingen in het lesprogramma mogelijk. Er kunnen aanpassingen worden gedaan in de hoeveelheid lesstof en het lesprogramma. www.ziezon.nl/onderwijsondersteuning/informatie-voor-school/gevolgen-van-ziek-zijn/fysieke-aspecten/aangepast-lesprogramma
- Maak een studiewijzer voor de leerling zodat hij of zij ook thuis verder kan werken. Ouders weten dan ook wat er gedaan kan worden.
- Indien de leerling regelmatig moet verzuimen is het handig om een consultant onderwijsondersteuning zieke leerlingen in consult te vragen (adressen en namen op www.ziezon.nl/consultanten). Hij of zij kan meehelpen om de voortgang van het onderwijsproces te waarborgen.
- Als een leerling onverhoopt lang thuis is in examentijd, kunnen er diverse maatregelen getroffen worden zodat de leerling toch examen kan doen. Wat er precies mogelijk is, vindt u in het examendossier via de onderstaande link: www.ziezon.nl/wp-content/uploads/sites/19/2020/02/Examendossier-2020.pdf

Sociaal emotionele ondersteuning

Communicatie is erg belangrijk wanneer het gaat om een leerling met diabetes. Hierbij een aantal tips:

- Heb direct aan het begin van het schooljaar een gesprek met ouders.
- Spreek af hoe gedurende het schooljaar contact gehouden wordt.
- Maak afspraken omtrent de aanpassingen voor de leerling.
- Zorg voor duidelijke informatie voor een vervangende leerkracht.

Contact met de leerling is minstens zo belangrijk;

- Stimuleer klasgenootjes contact te houden, wanneer de leerling afwezig is.
- Stuur regelmatig de schoolkrant en/of nieuwsbrief.
- Stimuleer contact via telefoon en e-mail.
- Stuur kaartjes en/of foto's, wanneer de leerling langer afwezig is.
- Vergeet de speciale dagen als Sinterklaas, kerst enz. niet!

Presentaties voor de klas

Een succesvolle schooltijd hangt vooral af van de acceptatie, het begrip en de ondersteuning die een leerling met diabetes krijgt van onder anderen de leraren en klasgenoten. Het is daarom erg belangrijk om veel met elkaar te communiceren. Vraag aan ouders en leerling wat zij belangrijk vinden om te delen met de leraren, het team en de klasgenoten. Misschien wil de leerling zelf vertellen wat het heeft of wil het dat iemand van buiten een voorlichting komt geven. Een goede manier om de klas op de hoogte te stellen is om de leerling met diabetes een spreekbeurt te laten houden over de ziekte. Misschien wil de leerling dat iedereen alles weet of hoeven slechts enkele klasgenoten op de hoogte te zijn. Vergeet ouders van klasgenootjes van de leerling met diabetes niet, zij willen vaak ook op de hoogte worden gebracht.

Het is belangrijk dat klasgenoten niet alleen informatie krijgen over de medische kant van diabetes, maar dat ze ook gestimuleerd worden om te begrijpen wat het emotioneel betekent om diabetes te hebben. Een lessenserie of spreekbeurt kan daarbij helpen. Op de website www.cyberpoli.nl staan veel ervaringsverhalen die helpen te begrijpen waar het om gaat. Je kan natuurlijk ook ondersteunend de ouders of de diabetesverpleegkundige van de leerling vragen wat te komen vertellen in de klas.

Broers en zussen

Ook voor broertjes en zusjes kan de diabetes zorgen voor een verandering in hun leven. Hierin geldt dat communicatie met ouders en kinderen van groot belang is. Communiceer en observeer. Schoolresultaten kunnen verslechteren vanwege ongerustheid en afleiding. Ook kan deze verandering van invloed zijn op hun relaties met klasgenoten. Veel voorkomende problemen bij broers en zussen:

- Toename in dagdromen, verminderde aandacht
- Zich anders gaan gedragen, aandacht voor zichzelf vragen
- Falen bij toetsen vanwege onoplettendheid of angst
- Verhoogde gevoeligheid
- Overdreven reacties op onbelangrijke gebeurtenissen
- Zorgen maken om ouders, zorgen maken om andere broers en zussen
- Boos zijn, angst hebben voor de behandeling
- Schuldgevoelens, verdrietig zijn
- Jaloezie (het zieke kind krijgt meer aandacht)

Meer informatie is te lezen via:

www.ziezon.nl/zorgen-over-zorgen-voor

BRONNEN EN INFORMATIEVE WEBSITES

www.zorgeloosmetdiabetesnaarschool.nl

De website "Zorgeloos met diabetes naar school" heeft algemeen een verdeling van documenten weer voor de doelgroepen: ouders, scholen, leerlingen en professionals. Hier vindt u meer praktische brieven, invullijsten, schema's en informatieve documenten die de begeleiding van een leerling met diabetes gemakkelijker maken.

Het is prettig om deze bijzondere documenten goed door te nemen met alle betrokkenen op school. Vaak zijn diabetesverpleegkundigen bereid om extra informatie te verstrekken en waar nodig uitleg te geven over medische en voorbehouden handelingen.

www.dvn.nl

De voormalige website www.diabetesopschool.nl is gekoppeld aan de huidige website van Diabetesvereniging Nederland. Als u in het zoekveld school intypt vindt u voorbeelden van afspraken die gemaakt kunnen worden over het gebruik van de insulinepen en de insulinepomp. Ook moeten er afspraken gemaakt worden over traktaties, schooluitjes, sportdagen, schoolzwemmen, invalleeërkrachten enzovoorts.

Voor het samenstellen van deze brochure werden de onderstaande websites eveneens gebruikt:

www.ziezon.nl

www.novonordisk.nl

Met medewerking van:

Lex van Riemsdijk en Pien Huisman-Hermesen,
Kinderdiabetesverpleegkundige Diabetes Centraal/
WKZ Utrecht kinderdiabetesteam@umcutrecht.nl
tel. Nr. 088-7575 009

MEER INFORMATIE

Zorgen over, zorgen voor ... De leerling met een chronische of langdurige ziekte.

De eerste uitgave van Ziezon in de serie 'Zorgen over, zorgen voor' biedt informatie aan leraren van een leerling met een chronische aandoening of langdurige ziekte. Het boekje geeft adviezen en biedt houvast bij de ondersteuning en begeleiding van deze leerlingen. Meer [informatie over onderwijsondersteuning op school](#) vindt u op de website van Netwerk Ziezon. U kunt dit boekje [hier](#) downloaden.

Zorgen over, zorgen voor ... De leerling met een zieke broer of zus.

Een chronische ziekte van een van de gezinsleden heeft invloed op het hele gezin. Vaak zitten er ook broers of zussen (*brussen*) van de zieke leerling op school. Ook hun leven wordt ontregeld door de ziekte van hun broer of zus. In het belang van deze leerlingen is het goed als school ook brussen de nodige steun kan bieden. Download [hier](#) dit tweede deel uit deze serie.

Zorgen over, zorgen voor ... Het onderwijs van uw zieke kind en zijn broer en zus.

Het derde deel in deze serie is gericht op het bieden van informatie van ouders en verzorgers over de gevolgen van de ziekte voor het onderwijs van hun kind of kinderen. Via de website van Netwerk Ziezon vindt u meer [informatie over onderwijsondersteuning voor ouders](#). Het derde deel in deze serie kunt u [hier](#) downloaden.

Zorgen over, zorgen voor ... Jouw studieloopbaan en een chronische of langdurige ziekte

Dit vierde deel is speciaal geschreven voor jongeren die tijdens hun studieloopbaan te maken krijgen met een chronische of langdurige ziekte. Het vierde deel in deze serie kunt u [hier](#) downloaden.

Op de website van Netwerk Ziezon kunt u de boekjes uit deze serie kosteloos downloaden. U vindt ze onder het kopje 'Publicaties'.

COLOFON

Deze brochure is een uitgave van Netwerk Ziezon: juni 2020. Ziezon is het landelijk netwerk van consultants onderwijs-ondersteuning zieke leerlingen.

Auteurs:

Consulenten onderwijsondersteuning zieke leerlingen:

Imke van de Venne, OZL Delta / IJsselgroep
imke.vandevenne@ijsselgroep.nl
Tel: 06-14001849

Bianca Vlaar, ABC Onderwijsadviseurs
bvlaar@hetabc.nl
Tel: 06-31631609

Nicole Boiten Warntjes, OZL Noord
n.boiten@ozlnoord.nl
Tel: 088-0200300

Wendy van der Gugten



Netwerk Ziezon
ziek zijn & onderwijs

www.ziezon.nl