

DIETISTEN SKAPAR TRYGGHET FÖR FAMILJER MED DIABETES

Jenny Stålhammar är legitimerad dietist och arbetar på Akademiska barnsjukhuset. Där träffar hon barn och ungdomar med diabetes typ 1, olika njursjukdomar, cystisk fibros, neurologiska sjukdomar samt barn som är födda för tidigt. Jenny Stålhammar är dessutom aktiv som utbildare inom Friskis och Svettis.



– Dietisten har en oerhört viktig roll för att barn och ungdomar med diabetes ska kunna leva ett så vanligt liv som möjligt och växa och utvecklas som alla andra. Vi kan bidra med kunskap och stödja och uppmuntra varje individ att lösa de situationer som uppstår i vardagen. Många är aktiva inom idrott och dietisten kan genom att utbilda och vägleda skapa den trygghet som behövs för barnet och familjen, kompisarna, laget och tränarna. Det är viktigt att planera och vara förberedd, till exempel genom att mäta sitt blodsocker före aktiviteten, och fylla på med kolhydrater beroende på intensitet och duration. Att patienterna känner sig trygga och vågar leva fullt ut är en stor vinst för såväl individen och familjen som för samhället, säger Jenny Stålhammar.

– Att ha goda teoretiska kunskaper och vara uppdaterad inom sitt område är viktigt för att hjälpa varje patient i deras livssituation. Men jag behöver också bygga en djup relation med familjerna, och genom att lyssna, inspirera, entusiasmera och vara öppen och fördomsfri kan dietisten och vårdteamet bidra till en högre livskvalitet utifrån deras önskemål och behov.

– Det unika med att arbeta på ett barnsjukhus är att det inte bara är patienten, utan alla personer runtomkring som behöver stöd och kunskap. Det kan vara en mindre eller större familj, far- och eller morföräldrar, förskola och skola, fritids, tränare och så vidare. Vi behöver finnas till för alla personer i barnets nätverk så att de har den praktiska och teoretiska kunskap de behöver i vardagen med en sjukdom som kräver en specifik kostbehandling.

Framtidens diabetesvård tror Jenny Stålhammar kommer att bli mer interaktiv med digitala lösningar, tekniska hjälpmedel och utbildningsmaterial som engagerar patienten.

– Då kan vi i mötet fokusera ännu mer på patientens frågor och funderingar. Vi kan tillsammans titta på och resonera kring blodsockerkurvor, orsak och verkan. Kanske vi delvis sköter patientkontakten via tekniska lösningar men det fysiska mötet alltid kommer finnas kvar – mötet med en annan människa eller familj ger så mycket!

Namn: Jenny Stålhammar
Ålder: 44
Ort: Uppsala
Examensår: -99
Favoriträtt: Min makes pasta al olio
Bästa matminne: Alla de tillfällen då hela familjen är samlad och äter under lång tid.