

NR 2 2011

ÅRG. 18

Medlemstidning från Barndiabetesfonden
och Barndiabetesfondens riksförening



Beskyddare:
HKH Kronprinsessan Victoria



Sticket

Barndiabetesfonden



S:t Petri Kyrkokör i Västervik



Bland många fina initiativ finner vi en gåva från S:t Petri Kyrkokör i Västervik.

Och när vi kontakter körens ledare Bo Ingelberg så förstår vi att han ligger bakom detta fina bidrag som kommit Barndiabetesfonden tillhanda.

Bo har själv en dotter med diabetes, och flera medlemmar i kören har

släktingar med barn som har diabetes eller känner någon osv. så alla har varit överens om att det var angeläget och viktigt.

Flera medlemmar i kören hjälper på sommaren till när kyrkan har kaffe- och våffelserving i den gamla prostgården och på församlingens sommarhem Gläntan som ligger vackert vid

vattnet. Vinsten från våffelservingen delas mellan de olika kyrkliga grupper (kör, syföreningar mm) som hjälper till och med syftet att skänkas vidare till olika goda ändamål. Då tyckte vi det var naturligt att det gick till Barndiabetesfonden, säger Bo Ingelberg.

Sticket är en medlemstidning som ges ut av Barndiabetesfonden och Barndiabetesfondens riksförening.

Tidningen utkommer 4 ggr/år

Redaktör: Ulf Holmertz

I kommittén: Lennart Nilsson, Bertil M. Perttu, Magnus Lindbergh

Ungdomsredaktör: Sandra Åstrand

Ansvarig utgivare: Johnny Ludvigsson

Grafisk form: Johnny Dahlgren

Tryck: Larsson Offsettryck, Linköping

Eftertryck får gärna ske med angivande av källa.

Material till Sticket sändes till:

Barndiabetesfonden, Gränsliden 10, 582 74 Linköping
kansli@barndiabetesfonden.se

Tel: 013-10 56 90

ISSN 1400-8505

Manusstopp och utgivningsdatum för 2011:

Nr	Manusstopp	Utgivningsdag
2	11 april	Maj
3	15 augusti	September
4	17 oktober	November

Ett särskilt släkte

Tänk så bra att det finns så många föreningar! Barnen kan gå i Mulle och Ströware när de är små, och sen vara med i Scouterna. Tur att det finns ledare som ställer upp. Vi har ju tyvärr inte tid för vi är så upptagna. Så finns ju fotbollslaget. Jättekul för vår flicka! Hon älskar fotboll. Tränarna ställer alltid upp. Hon får skjuts både dit och hem. Och på matcher. Själva har vi tyvärr inte haft tid att delta så mycket men hon får ju ändå skjuts. Det



brukar vara ett par föräldrar som alltid ställer upp. Det är förresten lustigt nog samma som är scoutledare. Fattar inte hur de hinner. De har ju tre barn och båda föräldrarna heltidsarbetar. Och jag tror de har stuga på landet. Vi har bara ett barn, plus en äldre son i tidigare äktenskap förstås. Han sköter sig mest själv numera. Men man hinner ju inte ändå. Man vill ju gärna ha lite tid för sig själv, kunna unna sig något... Och förresten så finns det så många andra som engagerar sig för allt möjligt så man blir trött bara man tänker på det! Om jag är medlem i fotbollsföreningen? Nej det har inte blivit av. Vi tänkte köpa en säck matjord, som de säljer för att dra in pengar till verksamheten, men vi har ju ingenstans att lägga jorden så det fick vara. Jo, det är riktigt att det är ett problem att så få vill vara medlemmar. Det har man hört om politiska partier, ungdomsförbund, alla möjliga föreningar. Folk har inte tid. Vill inte ställa upp.

Jo, Barndiabetesfonden har jag hört talas om. De arbetar för att barn med diabetes ska få det bättre, samlar in pengar till forskning. De hoppas väl att man ska kunna bota diabetes hos barn

och ungdomar någon gång i framtiden!? Kanske rentav förebygga en del fall, då det ju blivit så vanligt. De är nog lite överoptimister? Men det är väl bra att de försöker. Jag? Nej, vi har så mycket annat för oss. Medlem? Jo, det skulle man ju kunna vara, men det är vi faktiskt inte. Men har inte du rentav någon släkting med diabetes? Jodå, deras barn har diabetes. En hemsk sjukdom. Våldigt jobbig. Det har hänt att han blivit medvetslös och fått kramper. Det var jätteotäckt. Trots att han håller på och tar sprutor flera gånger om dagen, varenda dag. Blir visst aldrig bra. Det borde man göra något åt! Medlem själv? Kanske det! Men jag känner faktiskt en som själv forskar på området. Hon har visst fått forskningsanslag. Men inte tror jag att hon är medlem själv! Det är nog inte de som jobbar med diabetes heller!? Men de om några borde väl veta hur det är att ha diabetes, och de skulle väl vilja stödja forskningen. Jodå, i teorin, men kanske inte i praktiken. Du vet det blir inte av. Men man kan ju ha autogiro och skänka 50 kr i månaden! Fin idé! Men det ska ju bli av. Och 50 kr i månaden är ju rätt mycket pengar, så jag vet inte.

Men de där föräldrarna som hade hand om Mulle, och är scoutledare. Han är fotbollstränare också, och brukar skjutsa vår flicka till matcher. De är visst med och samlar in pengar till Barndiabetesfonden, för de är Lions också. De är medlemmar i Barndiabetesfondens Lokalförening, som jag tror de var med och starta!

Jaså ni har ingen lokalförening i er del av landet? Nej, någon måste ju starta den, och själv har man ju så mycket an-

nat...Och förresten har ju Barndiabetesfonden funnits i mer än 20 år och klarat sig utan en lokalförening i vårt område så då klarar den sig väl bra ändå även i fortsättningen. Jo, visst vore det bra med några fler som ville ställa upp. Det vore ju faktiskt riktigt kul att göra något ideellt. Hörde att man skulle ha en golftävling där lagen får betala en hacka för att spela med kändisar. Överskottet går till Barndiabetesfonden. Och det lär förekomma konserter där man låter överskottet gå till Barndiabetesfonden. Förresten räcker det ju med att man bara säger till på jobbet att vi kanske allihop skulle skänka 10 kr i månaden. Vi är ju 300 anställda så det skulle bli massor. Jovisst, finns det saker man kunde göra, men man har så mycket för sig. Annat som är viktigt. Så vill man ju unna sig själv lite fritid. Då är det nog bättre att skänka lite. Då får man sinnesfrid. Känner att man gjort något. Men att vara medlem..? - Medlemmar är ett särskilt släkte.

Johnny Ludvigsson



Fråga Johnny

Hej!

Vår son har haft diabetes i 6 år. För 3 år sen så hade vi varit ute en hel dag och åkt skidor. Det var en fantastisk vinterdag. Vi hade matsäck med oss och allt var så bra. På kvällen hade han blodsocker 7.2 efter mellanmålet så vi kände oss lugna. Men på natten vaknade vi av så obehagliga ljud. Han kramade och ögonen bara stirrade. Vi fick panik. Var rädda att han skulle dö ifrån oss. När ambulansen kom hade han redan vaknat till så han behövde aldrig åka in. Men vi glömmar det aldrig. Sen dess får han alltid äta extra på kvällen om blodsockret är under 8 mmol/l när han ska lägga sig. Och vi kollar ofta på natten och väcker honom så han får äta extra om blodsockret ligger neråt 6-7 mmol/. Nu klagar de på diabetesmottagningen och tycker vi ska sluta ge extra på kvällen men hur ska vi våga sova då? Tänk om han får en ny kramp! Hur tycker du vi ska göra?

Norrlänning

Hej!

Tack för din fråga. Det är ingen ovanlig situation ni beskriver. Den insulinchock er son hade efter den där fantastiska vinterdagen var nog egentligen inte så förvånande. Han hade gjort av med massor av energi och ni kanske inte funderade på att sänka nattinsulinet. Men det som hände gick uppenbarligen snabbt över, och kommer inte leda till några men för honom, mer än i ett avseende. Att ni alla blivit så nervösa och rädda för känningar. Risken är att detta leder till att han har för högt blodsocker om nätterna och det leder till för högt HbA1c vilket speglar en pågående skada på kroppen. På sikt kan det leda till allvarliga förändringar av blodkärl och nerver. Mitt råd är, att ni i samarbete med ert diabetesteam diskuterar igenom vad som kan göras ex

- ska ni använda glukossensor ett par veckor för att få en tydlig bild av hur lågt blodsockret blir om nätterna
- eller ska ni testa blodsockret på vanligt sätt men titta lite extra noga några nätter och sen prata ingeom med ert diabetesteam
- kanske behöver ni fundera på vilket

basinsulin som är bäst över natten. De har lite olika profil och lite olika längd. Man kan fundera på vilken tid er son ska ta nattinsulinet?

- Kanske är det så att viss dag i veckan, eller vissa dagar, efter särskilt ansträngande aktivitet, så är det bäst att sänka nattdosen?
- Eller ska ni eventuellt diskutera om insulinpump vore ett alternativ?
- Äta på kvällen är ofta inte någon bra lösning, men OM så bör ni kanske tala med dietisten om vad som passar för att ge lång effekt på blodsockret.
- Eller sitter oron så djupt att ni behöver tala med en psykolog?

Er son har som jag förstår bara haft en enda insulinchock på 6 år. Visst vore det bättre med 0, men ändå får man säga att han klarat sig bättre än många andra. Att ni nu tar upp frågan talar för att ni är beredda att ta itu med problemet. Jag tror detta snart är löst! Och ni kan sova gott!

Vänliga hälsningar
Johnny

Vår informationsbroschyr är nu uppdaterad!

Du som på ett eller annat sätt har för avsikt/ eller har möjlighet att sprida kunskapen om Barndiabetesfondens verksamhet, och diabetes hos barn och ungdom -Diabetes typ 1. Kom ihåg att du kan rekvirera denna Info-broschyr från vårt Kansli

E-mail: kansli@barndiabetesfonden.se
Tel: 013-105690



Rapport från riksföreningens årsmöte

Vid barndiabetesfondens Riksförenings årsmöte den 26 mars 2011 på Ekoxen i Linköping beslöts att upplösa Riksföreningen senast nyåret 2011-2012. Detta medför att riksföreningens arbete övergår i den nya organisation som vid årsmötet presenterades av Hans Wärn. Styrelsen i riksföreningen sitter kvar under avvecklingen och arbetar med att övergången ska gå så smidigt som möjligt. Ulf Holmertz valdes till ordförande i riksföreningen, Bodil Öhlund som sekreterare, Lena Hanberger som ledamot samt nyval av Malin Enström. Ann-Britt Fischer hade ett år kvar på sin post som kassör.

Val vid detta möte till Barndiabetesfonden gjordes också omval av Hans

Wärn på 2 år och nyval av Lena Hanberger på 2 år och fyllnadsval på 1 år av Hans Polzer. Omval i valberedningen av Ingrid Christensson som också är sammankallande samt Ingvar Bengtsson och nyval av Pernilla Larsson.

En inkommen motion från Ingrid Christensson att använda begreppet: Diabetes hos barn och unga vuxna, istället för barndiabetes mottogs väl av mötet och det rekommenderades att använda detta uttryck i extern kommunikation och marknadsföring framledes.

Vid årsmötet informerades om Världsdiabetesdagen den 14 november då det planeras ett stort arrangemang tillsammans med företaget Lilly Swe-

den AB i Stockholm för Barndiabetesfonden. Även så meddelades det att reklambyrån Ymer planerar och ska genomföra en marknadsförings och profilkampanj för fonden. Johnny Ludvigsson gav en förklaring till nedläggningen av riksföreningen samt omorganisationen i övrigt.

Bernt Fransén berättade att arbetet tillsammans med Lions inför Röda Fjäderskampanjen 2012-2013 för Barndiabetesfonden går framåt. Ingrid Christensson gav vid mötet tips på en del bra böcker kring diabetes för barn och ungdomar.

Johnny Ludvigsson berättade också om det seminarium som också är den lysningspresent fonden gav Kronprinsessan Victoria och prins Daniel som ska hållas den 6 maj i Stockholm. Lokalföreningarna i Stockholm och Linköping står för arrangemanget.



Upplevelsekväll



Vid Göta Kanal

Lördagen den 13/8 - 2011 kl 15.00-24.00

Välgörenhetsarrangemang för barndiabetesfonden

Packa picknickkorgen för familjen eller kompisarna och besök gästhamnen i Ljungsbro

BARNFESTIVAL - ALLSÅNG - UTEBIO



Zillah & Totte

Fotograf Ulf Magnusson



Eddie Oliva



Änglagård
TREDJE GANGEN GILT



Helena Salo

Mer info på: www.ljungsbro-sportfiskare.se

Barndiabetesfonden EN organisation i fo



1989 bildades Barndiabetesfonden, en stiftelse med ändamålet att samla in pengar för att stödja forskning som syftar till att förebygga, bota eller lindra diabetes hos barn och ungdomar. Barndiabetesfonden fick ganska snabbt in sin första miljon och kunde redan inom ett par år dela ut i stort sett lika mycket till forskning om diabetes hos barn och ungdomar som dittills delats ut till den forskningen av någon svensk diabetesorganisation. Ganska snart bildades grupper som ville stödja Barndiabetesfonden. Eftersom man inte kunde bli medlem i Stiftelsen Barndiabetesfonden bildades Lokalföreningar, först i Jönköping och Linköping, och efterhand på allt fler orter runtom i landet. Lokalföreningarna har arbetat för att stödja Barndiabetesfonden i dess insamling, men har också fungerat som medlemsföreningar med arrangemang av medlemsmöten, och för att ge råd och stöd till barn och ungdomar med diabetes och deras familjer.

För att samordna och stödja lokalföreningarna bildades en Riksförening, vars styrelse under många år var till stor del samma personer som i Barndiabetesfondens styrelse. Efterhand uppstod dock en diskussion, initierad bl.a. av dåvarande revisorn, att man kanske skulle skilja upp verksamheterna med det vällovliga syftet att ef-

ektivisera verksamheten. För några år sedan fick därför Riksföreningen en helt egen styrelse, helt skild från Barndiabetesfondens styrelse.

Tanken var god, men utåt kom Barndiabetesfonden och dess Riksförening ganska snart att framstå som två skilda verksamheter. Som exempel avisades Barndiabetesfonden av Postkodlotteriet, då Barndiabetesfonden uppfattades som två olika organisationer. Liknande episoder inträffade i andra sammanhang och det var svårt att upprätthålla en enhetlig verksamhet inåt och bild utåt. 2010 beslöt därför Barndiabetesfondens styrelse och dess Riksförenings styrelse, att återskapa nära samverkan, som bl.a. innebar att de två organisationerna därefter sammanträtt med gemensamma styrelsemöten. Att ha två styrelser, med två ordföranden, två sekreterare etc vid samma styrelsemöten gjorde det tydligt att organisationen borde ses över och det tillsattes före sommaren 2010 en arbetsgrupp. Målsättningen med en ev förändring av organisationen skulle vara:

- Oförändrat ändamål för Barndiabetesfonden, dvs att samla in pengar för att stödja forskning som syftar till att förebygga, bota eller lindra diabetes hos barn och ungdomar.
- Förstärkt stöd för barn och ungdomar med diabetes och deras föräldrar och ökad satsning på stöd i kliniska policyfrågor
- Förstärkt stöd för Barndiabetesfondens lokalföreningar
- En enhetlig organisation med EN ledning och EN policy både utåt och inåt
- Effektivitet vad gäller kansli, arbetsledning, insamlingsverksamhet
- En organisation som Auktoriserad Revisor, med expertis vad gäller insamlingsstiftelser, anser är klok.
- En organisation som stämmer med FRIIs kod och riktlinjer

- En verksamhet som innebär att SFI kan godta Barndiabetesfondens 90-konto.

Arbetsgruppen bestod av Ingvar Bengtsson (fd medlem av Riksföreningens styrelse, nu medlem av Riksföreningens valberedning), Hans Wärn (ledamot av Barndiabetesfondens styrelse) och Bodil Öhlund (sekreterare i Riksföreningens styrelse). Sen hösten 2010 förstärktes gruppen av kanslichefen på Riksföreningens kansli, Bertil Perttu, allteftersom Bodil Öhlund ville trappa ner sitt engagemang. Auktoriserad revisor Elisabeth Carelind, KPMG, expert på stiftelser, har ingått som aktiv rådgivare. Länsstyrelsen i Östergötlands län, där stiftelsen Barndiabetesfonden är registrerad, har också kontaktats.

Slutsatserna av arbetet blev ett förslag till organisatorisk förändring där

- Barndiabetesfonden får EN styrelse vars antal föreslås bli (5-)-7, med (5-)-7 suppleanter, dvs en utökning med två medlemmar och två suppleanter (under förutsättning att kammarkollegium godkänner ändring av stiftelsestadgan).
- Till Barndiabetesfondens styrelse adjungeras kanslichefen.
- Vid sidan av ett Vetenskapligt råd, som utser mottagare av forskningsanslag (som hittills) och pristagare (Barndiabetesfondens nordiska och svenska pris), så skapas också ett Kliniskt råd, där medlemmar av diabetesteam tillsammans med föräldrarepresentant/er arbetar med policyfrågor (ex situation i förskola och skola, vårdbidrag etc)
- Barndiabetesfondens lokalföreningar, till vilka alla medlemmar hör, har direktkontakt med och stöd från kansliet.
- Kansliet har av Barndiabetesfonden anställd personal inkl kanslichef, med uppgift att leda insamlingsverksamhet, ge stöd till lokalfören-

retsättningen!

ingar, stöd och service till de Vetenskapliga och det Kliniska rådet.

- Riksföreningen som formell organisation upplöses då ledning och roll övertas av organisationen ovan, för att därigenom åstadkomma önskvärd enhetlighet och effektivitet.

Information enligt ovan skickades ut till alla Lokalföreningar i god tid före Barndiabetesfondens Riksförenings årsmöte. Medlemmar hade synpunkter främst vad gäller ex det ev kliniska rådets kommande roll, men i övrigt framfördes inga invändningar.

Vid Barndiabetesfondens Riksförening årsmöte den 26 mars 2011 deltog representanter från lokalföreningarna i Blekinge, Jönköping, Linköping och Värmland. Årsmötet beslöt enhälligt att upplösa Barndiabetesfondens Riksförening. Upplösningen träder i praktiken i kraft så snart praktiska frågor om ex anställning av kansliets personal etc lösts och tillstånd har erhållits vad gäller ändringar av stiftelsens stadgar (ex att styrelsen föreslås öka från 5 till 5-7 medlemmar), dock senast 31/12 2011. Årsmötet ställde sig också i princip bakom den tänkta organisationsplanen, även om ex arbetsordning vad gäller ex ett kliniskt råd kan behöva ytterligare diskussion.

Den enskilde medlemmen kommer inte att uppleva någon större förändring, utom möjligen den tänkta förbättrade kontakten mellan Barndiabetesfondens kansli och lokalföreningen. Medlemsavgift betalas centralt som tidigare. Däremot bli alla medlemmar automatiskt medlemmar i en lokalförening, som dock inte ska behöva belastas av att sköta medlemsregister utan det sköts centralt av kansliet.

Efter att stiftelsens stadgar ändrats utarbetas en arbetsordning för sådant som inte är reglerat i Barndiabetesfondens kortfattade stadgar. Information om detta kommer inom närmaste tiden.

Du kan hjälpa barn med diabetes!

**Skicka ett SMS med
texten HOPP till 72929
Och du skänker 50:–**

Plusgiro 90 00 59-7

Bankgiro 900-0597

**Eller bli månadsgivare
(Autogiro)**

Visste du att

- mer än 2 barn varje dag får diabetes
- Sverige näst Finland har världens högsta frekvens av Typ 1 diabetes hos barn
- diabetes är den vanligaste, allvarliga, obotliga, livshotande sjukdomen som drabbar barn i Sverige och att diabetes blir allt vanligare
- barn med diabetes ofta måste ta insulinsprutor 4-7 gånger varenda dag för att överleva
- barn med diabetes måste minska eller undvika godis, kakor, läsk, saft
- blodprover måste tas flera gånger dagligen, och ofta även urinprover

och att trots denna kamp år efter år

- barn med diabetes kan bli medvetlösa när som helst
- diabetes kan leda till njurskador, blindhet, nervskador och i värsta fall död i tidig vuxen ålder.





screenteknik

Din leverantör av:

**Dekaler • Skyltar • Banderoller
Overlayer • Rollups & mycket mer!**

screenteknik@telia.com
www.screenteknik.se

Hjälp oss hjälpa!
När ni beställer en rollup
hos oss och refererar till
denna annons så skänker
vi 100:-/rollup till



**HOTELL
&
RESTAURANG**



**HÖGTIDER
&
KONFERENSER**

**VÄSTANA SLOTT
GRÄNNA**

Tel: 0390-107 00 • info@vastanaslott.se • www.vastanaslott.se

Hjälp oss att sälja in
våra pluggannonser i
er lokala tidning.

Rekvireras från vårt kansli
kansli@barndiabetesfonden.se





Lions är fantastiska...

Lions Club Torp

Lions Club Torp startade 1955 . Vi är för närvarande 39 medlemmar och har mycket aktiviteter i vår klubb bl.a

Lions Camp Torp internationellt ungdomsläger 2011

Lions Cancerforskningsfond

Lions Mints

Fadderbarn

Ungdomsledarstipendium

Årets Torpsbo

Lokaldelen

Angeltävling

Lions Golf

Synskadelunch

Reselotteri

Skyltsöndag i Fränsta

Torps Lucia



Adressen till vår hemsida är www.lctorp.se www.lctorp.se
Där kan du hitta allt om vår klubb.

Sedan 1989 har klubben varit arrangör för Torps Lucia där våra intäkter går till Barndiabetes fonden. Det brukar alltid bli ca. 20.000 kronor över. Det beror först och främst därför att vi till Lucia gör en egen luciatidning där lokala företag 60 st får en annons införd .

Vänliga hälsningar

Kjell Lindahl

LC Torp



Nu krattar Lions Club manegen inför
Röda Fjädernkampanjen 2012 – 2013
till förmån för forskning gällande barndiabetes!!!





Den normala tarmfloran och typ 1-diabetes

Fredrik Bäckhed och Thomas Greiner

Avd. för molekylär och klinisk medicin, Göteborgs universitet

Diabetes mellitus eller typ 1-diabetes är en autoimmun sjukdom som orsakas av att kroppens eget immunförsvar attackerar de insulinproducerande betacellerna i bukspottkörteln. Patienter med typ 1-diabetes behandlas med dagliga injektioner av insulin, en behandling som är livsnödvändig men inte utan komplikationer. Till dags dato saknas metoder för att bota sjukdomen och det finns ett behov av att finna nya strategier.

Det är fortfarande inte helt säkerställt vad som orsakar sjukdomen även om det finns ett flertal tydliga indikationer. Sjukdomen har kända ärftliga komponenter men dessa kan inte ensamt förklara alla fall av patienter som insjuknar utan mycket tyder på att även yttre faktorer har en betydande påverkan för risken att drabbas. Andelen som drabbas av sjukdomen har under de senaste femtio åren mångfaldigats och är idag den vanligaste autoimmuna sjukdomen hos unga. Den följer samma trend som andra autoimmuna sjukdomar såsom multipel skleros och allergier.

I takt med att vi lever i en allt mer hygienisk miljö där risken för att drabbas av infektioner har minskat har samtidigt dessa sjukdomar ökat drastiskt, den så kallade hygienhypotesen. I Europa är risken för att drabbas av diabetes i de nordiska länderna medan den är betydligt lägre i våra baltiska grannländer. Migranter som flyttar från länder med låg risk att utveckla diabetes till länder med hög risk ökar risken för att utveckla diabetes motsvarande den som existerar i deras nya hemland. Sammantaget så tyder dessa observa-



tioner på att miljöfaktorer bidrar till utvecklandet av typ 1 diabetes och att bakterier kan vara en sådan faktor.

Vår mag-tarmkanal innehåller ca 1,5 kg bakterier i ett antal som är 10 gånger fler än antalet mänskliga celler i kroppen. Tarmfloran ger oss möjlighet att tillgodogöra oss födoämnen som vi på egen hand inte klarar av att bryta ner och utgör därmed en viktig del i vår metabolism. Vi och andra har tidigare visat att tarmfloras sammansättning påverkar risken för att drabbas av fetma och typ 2-diabetes och mekanismerna för detta har utforskats i allt större detalj. Utöver sin metabola funktion så har mikrofloran visat sig ha inverkan på utmognaden av vårt immunförsvar och är även en viktig faktor i ett flertal sjukdomar såsom inflammatoriska tarmsjukdomar. Barn föds sterila och studier har visat att yttre miljöfaktorer samt om barnet föds vaginalt eller med kejsarsnitt avgör vilka bakterier som först koloniserar spädbarnets tarm. Utöver den yttre miljön så har även genetiska faktorer samt maten vi äter en stor inverkan på tarmfloras sammansättning.

På senare år har även ett flertal forskningsrapporter indikerat en roll hos tarmfloran för utvecklingen av typ 1-diabetes även om mekanismen för dess roll fortfarande är oklar. Vårt mål är att klargöra denna roll och därmed förstå mekanismerna för hur tarmfloran påverkar utvecklingen av diabetes. Vi använder oss av NOD-möss som spontant utvecklar autoimmun diabetes och som är en vida använd som modell för att studera typ 1-diabetes. Det har också visat sig att tarmfloran har en påverkan på diabetesutvecklingen i dessa möss eftersom de i större utsträckning drabbas av sjukdomen i "rena" djurstallar jämfört med "smutsigare". För att studera tarmfloras påverkan har vi tagit fram bakteriefria NOD-möss och jämför sjukdomsutvecklingen hos dessa med möss som har en normal tarmflora för att utröna mekanismerna för tarmfloras skyddande funktion. Preliminära analyser av tarmfloran hos deltagare i en finsk diabetesstudie (DIPP-studien) har identifierat bakteriestammar som är underrepresenterade hos diabetiker jämfört med personer som inte utvecklar sjukdomen och som därmed skulle kunna utgöra ett skydd mot utvecklingen av diabetes.

I detta projekt kommer vi att undersöka genom vilka mekanismer bakteriefloran skyddar mot diabetes samt kolonisera NOD-möss med olika potentiellt skyddande bakteriestammar för att utröna om de kan utgöra ett skydd mot utvecklingen av typ 1-diabetes. Våra studier kan ligga till grund för nya behandlingsformer av typ 1 diabetes.

Kan psykologisk stress bidra till utveckling av typ 1 diabetes? – En delstudie inom ABIS-projektet (Alla Barn i Sydöstra Sverige)

Anneli Frostell och Johnny Ludvigsson

En rad studier har visat att barn är mycket känsliga för negativ stress i familjen och att det kan påverka deras hälsa negativt. Ett par studier har till och med visat att svåra livshändelser tidigt i livet var mer vanligt förekommande hos barn som nyligen insjuknat i diabetes. När man blir stressad aktiveras kroppen för att fly eller fäkta. Det krävs mer energi till cellerna och då går det åt mer insulin. Dessutom är det katastrof att få blodsockerfall i ett kritiskt läge, därför blir vi också mindre känsliga för insulin vid stress, vilket gör att betacellerna som ska producera insulin måste arbeta ännu hårdare (betacellstress). Hos vissa individer kan immunförsvaret i värsta fall misstolka ämnen som frisätts vid betacellstress, vilket gör att immunförsvaret kan börja förstöra betacellerna i en autoimmun process (dvs. immunförsvaret förstör kroppens egna friska vävnader). Om alla betaceller slås ut kan kroppen inte längre producera insulin och man får typ 1 diabetes. På detta sätt skulle psykologisk stress kunna vara inblandat i utvecklingen av diabetes hos individer med genetisk risk.

ABIS-projektet (Alla Barn i Sydöstra Sverige) startades eftersom man ännu inte vet vilka faktorer (t.ex. genetiska, miljörelaterade eller psykologiska) som är inblandade i utvecklingen av diabetes eller den autoimmuna process som man tror ligger bakom sjukdomen. ABIS följer tusentals barn som föddes i sydöstra Sverige mellan okt 1997 och okt 1999 fram till tonåren, i förhoppningen att finna orsaker till varför diabetes utvecklas. Ca 17000 föräldrar gick med i studien vid barnets



födelse, ca 13700 familjer deltog vid 1 år, ca 10700 vid 2,5 år, ca 7400 vid 5,5 år och ca 4100 vid 8 år. Föräldrarna har besvarat omfattande frågeformulär och lämnat ett antal biologiska prover (t.ex. blod) från barnet vid alla dessa tillfällen. Beträffande psykologisk stress har vi bland annat frågat om brist på stöd och trygghet, upplevd föräldrastress, svåra livshändelser och föräldrarnas trygghetsmönster. Pågående autoimmun process hos barnet (dvs. något ökad risk att utveckla diabetes) fastställer vi med hjälp av diabetesrelaterade autoantikroppar mot GAD och IA-2 i blodproven från barnen.

Glädjande nog valde hela 78,6% av de tillfrågade föräldrarna att delta i ABIS-projektet och majoriteten av dem kände sig lugnade eller opåverkade av att delta i studien.

I statistiska analyser har vi funnit att hög föräldrastress och upplevelser av svåra livshändelser under första levnadsåret ökade risken för att barnet skulle ha autoantikroppar vid 1-års ålder, även när vi kontrollerade för förekomst av diabetes i familjen. Det var också större risk att barn som upplevt skilsmässa hade autoantikroppar jämfört med barn som inte upplevt

skilsmässa. Vi har således funnit vissa *statistiska* samband som talar för att extrem stress och psykosocial instabilitet i familjen skulle kunna vara kopplat till en något ökad risk för diabetes hos barnet, om immunförsvaret redan är hårt ansträngt av andra orsaker, t.ex. genetisk risk, vissa virusinfektioner eller brist på naturliga fiender i immunförsvarets utveckling. Dock går det aldrig att säga något om enskilda barns risk utifrån statistiska analyser på gruppnivå.

Diabetes är en vanlig och mycket allvarig kronisk sjukdom hos barn och förekomsten ökar i Sverige. Därför är det viktigt att få ökad kunskap om vilka faktorer som medverkar till de immunologiska störningar som gradvis leder fram till sjukdomen, för att därigenom förhoppningsvis kunna förebygga en del fall på sikt. När barnen redan insjuknat i diabetes är det väl sent att ingripa, eftersom den naturliga insulinproduktionen till stor del redan är utslagen. Om vi visste vilken form av psykologisk stress som äventyrar barns hälsa och i vilken utsträckning, skulle vi kunna arbeta förebyggande – kanske med allmän information eller speciella åtgärdsprogram (t.ex. föräldrakurser eller special stöd) för riskgrupper. Vi vet att majoriteten av alla föräldrar vill sina barn väl och därför är det viktigt att t.ex. BVC-sköterskor och annan personal på vårdcentraler finns som stöd och kanske kan ge råd om hur man kan minska föräldrastressen, förbättra sömnkvaliteten eller hantera svåra livshändelser. Varje fall av barndiabetes som kan förebyggas har givetvis en mycket stor mänsklig betydelse!



Helena Lindmark och dottern Elin 5 år.



Mårten Paulsen och Susanne Lysén och Joel Lysén/Paulsen.

En magisk kväll i Grop





Den 2011-02-26 anordnades en LIFE-insamling i Leksand till förmån för Barndiabetesfonden.

(LIFE står för "Light it Fore Everone")

Eldsjälen Salka Börjeson-Eynon hade stora förväntningar inför kvällen, och det blev en formidabel kväll, som sent kommer att glömmas av de närvarande.

Drygt 15.000 st marchallen skulle tändas, och många frivilliga behövdes för att få det hela gjort, och där gjorde Leksands Orienteringsklubb en fantastisk insats.

pen Leksand

Vi återkommer med en redovisning av detta arrangemang i nästa nummer av Sticket.



Salka Börjeson-Eynon

Text och bild: Lennart Nilsson Barndiabetesfonden

Lokalföreningen i Jönköping

Den 4 februari träffades vi på Isaberg för en skidtur nerför backarna, vi var ett litet men glatt gäng med stora och små utförsåkare. Efter ett par timmar var korvarna grillade och det smakade underbart.

Sedan ut i backarna igen, alla höll



kvällen ut. När liftarna stängde vid 21.30 var det skönt för fötterna att lämna pjäxorna för skönare skor. Vi hoppas kunna återkomma med denna aktivitet även nästa vinter. Nu bar det av hemåt, de minsta barnen somnade redan innan man kommit ner till Hestra by.

Vi har tagit fram monsterknappar och tygkassar, se mer på vår hemsida.

Där kan dessa beställas för hemleverans. Hoppas ni tycker de är lika fina som vi.

Årsmöte hade vi den 9 mars i Jönköping, där omval var på alla i styrelsen. Vi är ett gott och samansvetsat gäng som gillar att hitta på nya träffar m.m.

Närmast är en familjträff på Mokey Town i Jönköping den 9 april. Buskul för barnen.

I maj springer styrelsen Vårruset då ska vi passa på att sprida info om Barn-diabetesfonden.

En lördag i maj har vi familjträff i Stadsparken där de mindre barnen kan leka i den stora lekparken. De äldre barnen kan spela minigolf. Vi fikar och byter erfarenheter föräldrar emellan.

Mer info om detta kommer på hemsidan.

Som ni ser händer det en del i Lokalföreningen i Jönköping.

Vill ni hänga på, så titta in på vår hemsida, se länk nedan

<http://barndiabetesfonden.se/Lokalforeningar/Jonkopings-lan/>

Maila eller ring oss gärna

Styrelsen i Lokalföreningen i Jönköping

Lokalföreningen i Blekinge

Boktips: barn och diabetes 2011

Indra och Restickan.

Ljungberg, Martin och Ljungberg, Per
Vombat Förlag Stockholm, 2010
ISBN 978 91 865 89 01.

”Det är vi som ska bestämma över vår sjukdom och inte tvärtom” skriver Indras farfar i ett brev till sitt barnbarn, Han lär henne olika knep för att bemästra Retstickan, d v s det svängande blodsockret. Bra knep som kan hjälpa fler med diabetes. En bra bok både för dig med diabetes, dina kompisar och vuxna i din närhet. Läs boken tillsammans!



Det fixar Lotten

Lund-Isaksson, Helena
Kikkuli förlag, 2010
ISBN 978 91 89610 60 6

Detta är andra boken om Lotten som precis fått diabetes. I första boken, Aj, sa Lotten, berättar författaren om tiden på sjukhuset och nu i andra boken får läsaren veta hur det är att komma tillbaka hem och till dagis. Hur det blir när Lotten har för lågt blodsocker och hur det blir när hon har för högt blodsocker beskrivs på ett bra sätt. Det otäcka att bli bortglömd, att inte våga äta något, när det är barnkalas beskrivs också bra. Det är personen Lotten som lyfts fram och hur diabetes ställer till det i hennes vardag. Glädje, sorg och kloka vuxna gör livet bra trots allt. Och Sofia...



Älskade vampyr: om livet med ett barn med diabetes typ 1
Skånberg Dahlstedt, Ami
Gothia Personligt/Gothia Förlag
Stockholm, 2010
ISBN 978 91 7205 757 0

Vad händer i en familj när ett barn får diabetes? Hur hittar familjen rätt i livet igen? Hur vågar de?

Jo, det gäller att fortsätta hantera tillvaron, kanske mer aggressivt än innan diabetesdebuten men det gäller att fortsätta kämpa, att läsa på och att våga hitta vägar som stämmer med familjens behov. Som läsare gråter du med författaren, du känner frustrationen och du känner glädjen när familjen börjar komma på fötter igen. Författaren beskriver sin familjs metod att klara allt detta på ett personligt sätt som når rakt in i hjärtat på läsaren. Motgångar beskrivs och stunder av lycka skildras. En mycket personlig bok utan att bli alltför utlämnade.



Lilla boken om diabetes
Svensson, Andreas
Pictrix Solna, 2010
ISBN 978 91 633 64 07 5

En lättläst faktabok om vad diabetes är. Enkelt berättas hur bukspottkörteln fungerar och hur kroppen reagerar när insulinöarna förstörs. Det finns inga verktyg för att laga de trasiga öarna

men det finns insulin att spruta in i kroppen och det finns blodsockermätare och lansetter för att kunna mäta hur blodsockret är och på så vis bedöma hur mycket insulin som ska sprutas

in. Rätt mängd mat i rätt tid visas också. Används dessa verktyg kan man hålla i gång kroppen och fortsätta leka.



Växjö – i en klass för sig när det gäller blodsockerkontroll

Sedan två år är patienterna på Barn- och ungdomskliniken i Växjö överlägset bäst på blodsockerkontroll. 65 procent av dem har ett HbA1c-värde under 6,0 procent. Ingen annan klinik är i närheten.

Här ett referat från när överläkaren Stig Edvardsson berättar hur de gör.

Klinikens arbetssätt har blivit föremål för stort intresse och många frågor. Stig Edvardsson redovisade hur klinikens verksamhet ser ut. Kliniken sätter upp höga mål för sina patienter. De innefattar eftersträvande av normala blodsockervärden, HbA1c under 6 procent (52 mmol/mol), god livskvalitet och att man ska nå god metabol kontroll från början.

Farligare med högt än lågt

– Vi tror att det är viktigt med tydliga mål eftersom de mål vi sätter upp har stor betydelse för resultatet. Man kommer sällan att se ett resultat som överstiger de mål man har satt upp och därför är vi ambitiösa.

En annan mycket viktig del är att vi fokuserar på utbildning, och att vi är mer rädda för högt blodsocker än för lågt.

Schemalagd utbildning

Teamet i Växjö består av en diabetes-sköterska, fyra läkare, en dietist, en kurator, en psykolog, samt diabetesutbildade sjuksköterskor på barnakut och vårdavdelning. De tar hand om alla länets diabetespatienter som är yngre än 18 år.

När nyinsjuknade patienter kommer till kliniken har de oftast en vård-

tid på tre till fem dagar.

Under den tiden får de schemalagd utbildning, uppdelat på halvdagar med pedagogisk lunch och kolhydraträkning. Edvardsson hävdade att det är viktigt att patienten snabbt kommer tillbaka till vardagen för att kunna möta de nya utmaningarna.

Extra doser insulin

– Efter utskrivningen är vi tillgängliga för att svara på frågor och diskutera eventuella problem. Efter den första perioden görs uppföljningar efter en vecka, tre veckor och sex veckor. Hela tiden strävar vi efter att patienten ska ha normalt blodsocker, och glider värdena uppåt så ger vi extra doser med insulin.

Edvardsson berättade att de generellt ser att HbA1c-värdena försämrats när barnen blir äldre, men att patienter med insulinpump ofta lyckas bättre. Han trodde att detta berodde på att de hade en högre ambitionsnivå och att de får mer utbildning.

Lek och kunskap

Kliniken driver diabeteskolor som initialt innefattar mycket lek, men senare fokuserar mer på diabetes.



– Det är positivt att man får träffa andra med diabetes. Det blir också tillfällen till samtal omkring insulindoser till maten, vad som sker när någon till exempel får en insulinkänning och vad man ska göra då.

Undervisning och grillkväll

För barn i årskurs sju, åtta och nio har man även lägerverksamhet med omkring 20 barn per grupp. De innehåller undervisning, tävlingar, grillkväll med mera. Dessutom anordnas skidläger tillsammans med omgivande kliniker.

– Vi tror att det finns klara vinster med att bedriva diabeteskolor och lägerverksamhet. Teamet har möjlighet att se vad barnet/ungdomen kan, och vad man behöver få mer träning på. Det bygger förtroende och är väldigt givande för både personalen och barnen.

Självständiga barn

För små barn brukar det organiseras föräldraträffar, där man fikar tillsammans med syskon och diskuterar något aktuellt tema. Detta fungerar ofta som en ventil för småbarnsföräldrar.

– Vi tycker att barnen tidigt ska bli självständiga. Vårt mål är att göra patienterna till sina egna experter. De lever med sin diabetes hela dygnet och vi uppmuntrar barnen att hela tiden utvecklas och lära sig mer.

Text: Sofia Westerberg, projektledare sanofi-aventis.

Referat från diabetes & psykologsymposium i Stockholm 21 januari, 2011

Recept



Tips från
Kerstin Ramfelt

Här kommer några recept som kan funka till vardags. När det gäller köttbullarna är det speciella med dem att de innehåller mixade kikärter. Detta kan vara ett enkelt sätt att få in lite baljväxter i maten. Kikärtorna gör att fiberhalten ökar 6 gånger!

Muffinsarna är av det mäktigare slaget och smakar gott på utflykt, t ex i skidbacken eller badhuset.

Mangosoppan är ett favoritrecept som man ska passa på att göra när mangofrukterna är som bäst. Passar bra både som mellanmål tillsammans med smörgås eller som en efterrätt.

Tips när du köper mango är att klämma på frukterna och välja dem som känns lite mjuka. Finns det inte några som är mjuka kan du lägga den hårda frukten tillsammans med äpplen några dagar så mognar den snabbare.

Kerstin Ramfelt
Leg. Dietist

Hela familjens köttbullar

Ingredienser

Portioner: 10

- 1 burk kikärter (400 g)
- 2 gula lökar
- 2 msk senap
- 2 tsk flytande honung
- 2 1/2 tsk örtsalt
- 3 krm svartpeppar
- 3 krm vitpeppar
- 1 kg nötfärs
- Rapsolja

Gör så här

1. Sätt ugnen på 200°C.
2. Skölj av kikärterna. Skala och skär lökarna i stora bitar.
3. Mixa kikärter, lök, senap, flytande honung, örtsalt, svartpeppar och vitpeppar till en slät smet i en matberedare.
4. Blanda smeten med nötfärs och forma små bullar.
5. Smörj en långpanna med rapsolja. Lägg bullarna tätt i långpannan. Ställ in i ugnen i 25 minuter. Skaka pannan försiktigt efter 10 minuter, och några gånger till, så att bullarna får färg runt om.
6. Styckfrys gärna köttbullarna och ta fram lagom antal som behövs efter hand

Om man äter 1/10 av dessa köttbullar innehåller de ca 8 g kolhydrater varav 2,6 g fiber

Dinkel muffins

med pumpafrön och aprikoser

12 stora muffinsar
ca 25 minuter

- 3 dl fullkornsdinkelmjöl
- 4 dl dinkelmjöl
- 4 tsk bakpulver
- 1 _ tsk salt
- 2 dl pumpafrön
- 1 dl torkade aprikoser, hackade
- 2 ägg
- 1 burk kesella, 250 g
- 3 dl mjölk



Gör så här:

Blanda samman alla de torra ingredienserna i en bunke. Vispa ihop ägg, kesella och mjölk, rör sedan ner äggblandningen i de torra ingredienserna. Klicka ut smeten med hjälp av två skedar i 12 st muffinsformar eller smord muffinsplåt.

Grädda mitt i ugnen i 12-15 minuter. Servera muffinsen varma med lite t ex mosade hallon och färskost.

Om man fördelar ut smeten till 12 muffinsar innehåller varje muffins 29 g kolhydrater (ungefär som 2 smörgåsar) och 3,6 g fibrer.

Mangosoppa

4 portioner

- 2 mogna mangofruktar
- 1 apelsin
- 2 msk florsocker

Till servering:

- 2 dl hallon
- 2 passionsfrukter

Skala och kärna ur mangon och kör till puré i mixer eller matberedare. Pressa i saft från apelsinen och blanda med florsocker. Smaka av och späd med mer apelsinsaft eller vatten. Håll den kalla soppen i dessertskålar och garnera med frukt och bär.

1 portion mangosoppa med bär innehåller ca 21 g kolhydrater och 5 g fibrer.

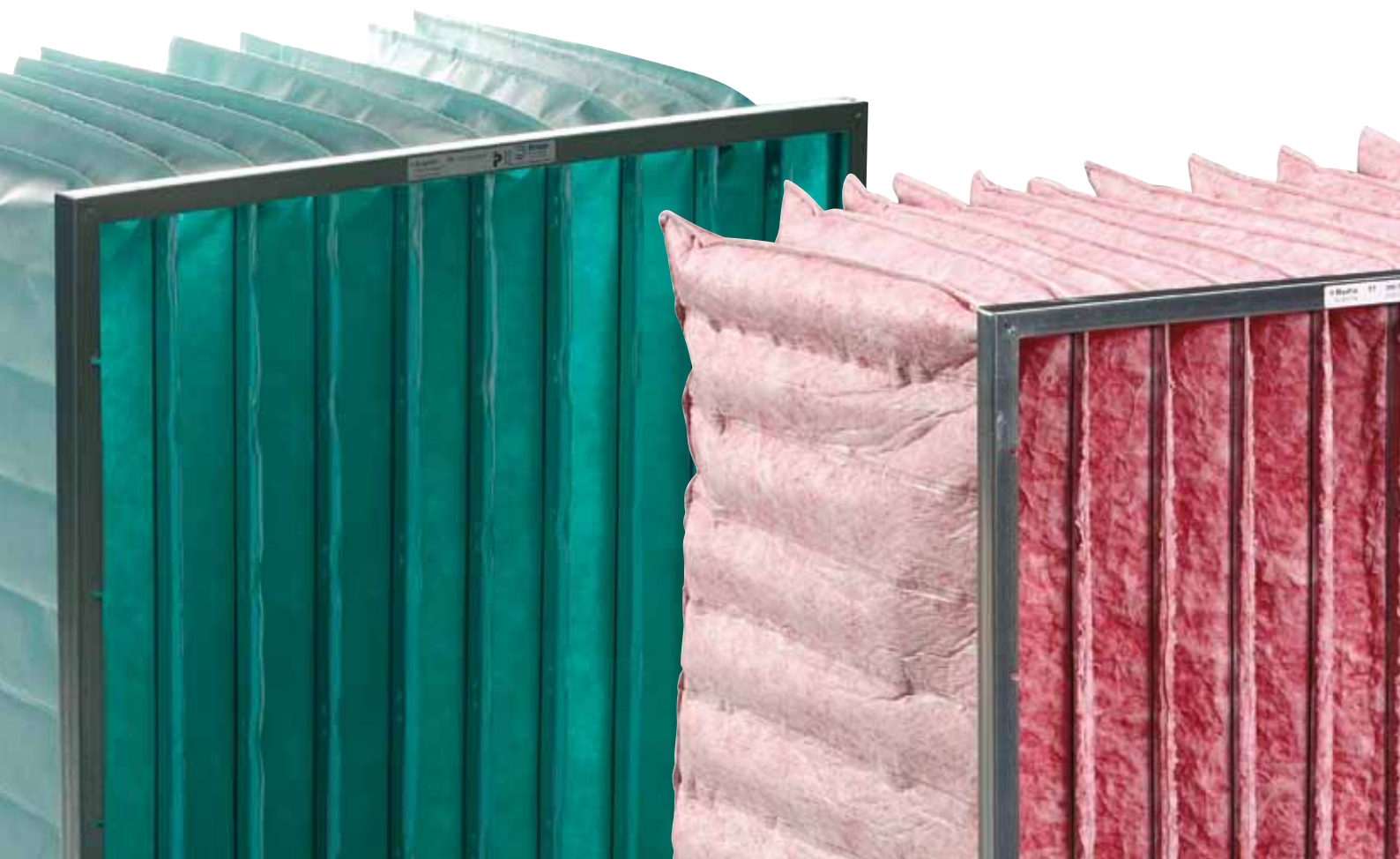
För en bättre framtid!

Som utvecklare och tillverkare
av filter i miljövänliga och förnyelsebara plastfibrer,
utvunna ur stärkelse från växtriket,
är vår målsättning att skapa en bättre miljö.

Som bidragsgivare till

Barndiabetesfonden

vill vi bidra med medel till forskningen kring barndiabetes
med målsättning att ge de barn och ungdomar som drabbas
en bättre framtid!



Dinair Ekonomifilter AB

Lilla hamnarmen ■ Box 120 ■ 592 22 Vadstena ■ Tel +46 (0) 143 -125 80 ■ Fax +46 (0) 143 -125 81
www.dinair.se

Slå ett slag för Barndiabetesfonden

Den årliga golftävlingen spelas i år på Vesterby Golfbana!

Torsdagen den 19 maj 2011 hoppas vi skall bli en dag med mycket glädje! Du är välkommen till en fantastisk golfdag på Landeryds Golfklubb och deras bana, Vesterby Golf & Conference Resort utanför Linköping där vi kommer att spela en mycket trevlig golftävling i 4-mannalag, äta gott, umgås och bara ha det bra samtidigt som vi hjälper barn med diabetes. Vi hoppas att du skall vara med och bidra till att göra denna dag ännu bättre tillsammans med oss. Denna välgörenhetsdag tillägnas helt Barndiabetesfonden.

Ett av målen med denna dag är att informera deltagarna om hur vardagen ser ut för ett barn som har diabetes. Ytterligare ett mål är att denna golfdag, inklusive auktionen senare på kvällen, ska inbringa en så stor summa pengar som möjligt till Barndiabetesfonden.



Zillah & Totte på Cupolen i Linköping

Barn-och föräldrar satt i lördagen den 3 mars lugnt och stilla på Cupolengolvet och väntade på att deras favoriter Zillah & Totte skulle starta sin föreställning.

Barn-och föräldrar satt i lördagen den 3 mars lugnt och stilla på Cupolengolvet och väntade på att deras favoriter Zillah & Totte skulle starta sin föreställning.

Efter en stunds prat och information av linköpingsprofilen, tillika professor Johnny Ludvigsson så dök äntligen; Zillah upp utan sin kompis Totte.!!

Det spred sig genast ett besviket mummel bland barnen. Var är Totte började några av dem att ropa och Zillah fick springa runt för att leta efter sin kollega. Det hjälpte inte att "Sticke" Barndiabetesfondens egen igelkottsmaskot fanns på scenen. Det stod fullständigt klart att de flesta barnen kommit för att träffa Totte.



En fullsatt lokal vittnar om det stora intresset för föreställningen.

Apan i lådan

Efter att barnen hjälpt till med letandet så dök Totte äntligen upp ur en låda på scenen och ordningen var återställd.

Världsmästarna Zillah och Totte drog igång med bus och sång.

– Det här är ett fantastiskt arrangemang. Glada barn hjälper barn att vara



glada och må bra, sa en glad diabetesforskare Johnny Ludvigsson.

Zillah och Totteföreställningen i Cupolen var arrangerad av Barndiabetesfonden i Linköping och Linköpingsposten och hela biljettintäkten gick oavkortat till forskning om barndiabetes. Johnny Ludvigsson fick ta emot en check på 25.000:- av Linköpings Postens representant.

– Det är ”sääå” mycket folk här och det ger ett bra stöd till vår forskning. Dessutom får vi chansen att sprida lite kunskap om barndiabetes också.

En av de vanligaste

Barndiabetes är en av de vanligaste kroniska sjukdomarna bland barn och ungdomar i Sverige. Det finns två typer av diabetes, typ 1 och typ 2, oftast är det typ 1 som drabbar barn.

Forskningen har ännu inte löst gåtan om diabetes därför är alla bidrag välkomna. Både för att sprida kunskap om diabetes men även för att stötta forskningen kring dess uppkomst. Barn med diabetes ska, för att må bra, leva ett så normalt liv det bara går trots sin sjukdom. –Det är viktigt att berätta om att barndiabetes skiljer sig från den diabetes som vuxna har. Barnen behöver förståelse för att de får ta injektioner och blodprover ofta flera gånger om dagen.

Reportage från Linköpingsposten
2011-03-10

Text: Tommy Pettersson

Bilder: Lennart Nilsson, Barndiabetesfonden

Kassören rapporterar

Denna period omfattar tiden 2011-01-01 till 2011-03-31

Högtidsdagar, födelsedagar, bröllop	27.180:-
Insamlingar, bössor etc. etc	9.128:-
Berit Malmkvist (Konsert i Hedvigs kyrka, Norrköping)	7.410:-
Team Odensåker fundraising	690:-
Autogiro	38.090:-
Proxytel, fundraising	198.120:-
Bidrag från privatpersoner	26.426:-
Till minne av	137.419:-
Kyrkliga aktiviteter	19.285:-
Testamenten	25.000:-
Bidrag från skolor	2.270:-
Bidrag från Lionsklubbar	239.259:-
Bidrag från föreningar	8.785:-
Bidrag från företag	202.318:-
Gåva från äldre damer	21.880:-
Barndiabetesfondens lokalföreningar	70.000:-
SMS gåvor	9.470:-
Röda fjädern	50.000:-
Linköpings lucia	2.240:-

Totalt under perioden 1.094.970:-

Ett utdrag av ovanstående bl.a Kyrkliga syföreningar, pensionärsföreningar

Trehörna kyrkl. Syförening	500:-
Östra Ny kyrkl. Syförening	4000:-
Kullerstads kyrkl. Syförening	2000:-
V Vrams kyrkl. Syförening	
Tollarp	1000:-
Askeby kyrkl. Syförening	1000:-
Norra Vi kyrkl. Syförening	1000:-
Häradshammars kyrkl. Syförening, Vikbolandet	2000:-
Ödeshögs kyrkl. Syförening	1000:-
Skeda kyrkl. Syförening	2000:-
S:t Petri Kyrkokör Västervik	2377:-
Kyrkrotens Syförening, Kristberg	2000:-
Sjögesäters syförening	1810:-

Lionsklubbar

LC Täby	10.000:-
LC Mölndal	3.000:-
LC Stockholm-Hägersten	5000:-
LC Torps luciabehållning	20000:-
LC Junsele	5000:-
LC Kramfors	7700:-
LC Norberg	5000:-
LC Strängnäs	5526:-
LC Skänninge	9800:-
LC Stenungsund	5000:-
LC Distr. 101 VGLc	1500:-
LC Orust	4646:-
LC Åtvidaberg "Lucia"	18500:-

LC Nyköping	3443:-
LC Lidingö	5000:-
LC Kilafors	1958:-
LC Skänninge	14300:-
LC Valla, Linköping	20955:-
LC Valla, Linköping	10812:-
LC Ljugarn	1500:-
LC Kävlinge	9142:-
LC Nynäshamn (Kollekt Nynäshamns kyrka)	6000:-
LC Turlinge, Jullo	20000:-
LC Mörsil	1743:-
LC Långsele	2500:-
LC Åsarna	5000:-
LC Brunkullan	10000:-
LC Ludvika	6000:-

Företag och div. givare

SHB Linköpings City	500:-
Gränna Hantverksförening	500:-
Vindelälvs skolan, Sorsele	2.270:-
Pensionsgåva Christer Andersson	1280:-
Lars-Olov Henriks	2500:-
Top-100 galan "Eklunds Chark AB"	36000:-
Corren "Seniorerna"	400:-
SMS tjänsten	3422:-
Fonus förmedlade gåvor	2130:-
Norrköping-Kneippbadens Rotary	660:-
Landstinget Gävleborg	
Blodgivare	1925:-
Y'S MEN'S Club ADV	3000:-
Landstinget Östergötland	
Blodgivare	2700:-
Allehanda Media Ångermanland AB Härnösand	2240:-
Alice Nilsson Testamente, Virserum	25000:-
Rostorps Gård, Nils Johansson	5000:-
LHC Charity Game	2275:-
Marie Gyllenörn i Göteborg (se artikel i förra nr av Sticket)	3013:-
Westmark Information	2500:-
SMS tjänsten	5438:-
Unilabs AB Kärnsjukhuset i Skövde (Blodgivare)	1340:-
Snickarelaget i Sävsjö AB	7000:-
Thisbelongsto AB Malmö "Nyckelbrickor"	1419:-
Eva Nordström (Lotterier)	2720:-

Lokalföreningen i Blekinge 70.000:-

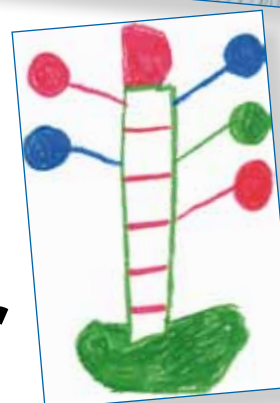




Tova 3,5 år.



Tovas teckning
av sig själv och
Magnus.



Teckning av
Tovas bror
Elias.

Tova – nu 7 år

Ni känner säkert igen denna underbara lilla tjej. Ni har sett henne då och då i vår information om Typ 1 diabetes (Barn- och ungdomsdiabetes). Hon har varit lite av vår "omslagsflicka."

Men tjejen har vuxit en hel del, och är enligt egen utsago inte liten längre! Vi gjorde ett reportage om Tova i Stick-et nr 2 av årgång 2008 och hon var då endast 3,5 år gammal, och hade haft diabetes i ett halvt år. Redan då så tog hon sina blodsockerprover själv, och då med nappen i munnen.

Hur gick det sedan? Hur blev det när Tova skulle gå i förskolan? Jag bestämde mig för att besöka Tova, och vi träffades en torsdagseftermiddag. Tovas mamma skulle då hämta henne på Bäckskolan i Kisa kl. halv fyra, och jag var på plats. Skolan som ligger mycket vackert belägen i utkanten av själva samhället Kisa, med naturen alldeles in på knutarna. Det finns ca 200 barn på skolan, och i Tovas klass är man 18 barn. Träffen var också sanktionerad av Tovas lärare Helena Nilsson och elevassistenten Rosemarie Bergquist.

Tova var mycket medveten om mitt besök, och hade väntat en lång stund

på att jag skulle komma. Och inte behövde jag fråga speciellt mycket; hon berättade ivrigt om hur roligt det var på förskolan, och att hon hade en bästis som heter Wilma. Om allt som de fick göra där, rita, måla och mycket pyssel som tycktes genomsyra verksamheten. Det tycktes heller inte vara någon brist på vare sig ritpapper eller kriterior och allihanda "pysselmateriel". Hon visade bl.a hur hon klippt ut figuren av en kossa och en tupp som hon sedan färglagt. I vinter när det vara mycket snö hade man varit ute och åkt skidor på en rundbana som lärarna hade sparat



upp, och Tova hade åkt flera varv.

När det gällde maten på skolan så var makaroner med köttbullar en favorit, som hos många andra barn. Även ris med curry och kycklingnuggets var en riktig "höjdare". Efter att ha talat med Tova en stund och hennes lärare förstår man snart att hon har bra förutsättningar för en lugn och harmonisk tillvaro i skolan, trots att hon har en allvarlig sjukdom.

Elevassistenten Rosmarie Bergquist, som också är utbildad undersköterska, ger Tova och hennes föräldrar en extra trygghet i och med hennes kunskap om sjukdomen. Jag får t.o.m se en dagbok där varje dags insulininjektioner, blodsockervärden, och vad Tova har ätit står noterat. Helt suveränt!

Utöver detta har Tova och hennes familj haft ett mycket stort stöd från rektor Birgitta Nöidh, som ordnat med att Tova har fått de resurser som hon idag har i förskolan.

Rätt som vi sitter och pratar springer Tova till fönstret och pekar bort mot ett öppet fält och utbrister: Där borta ser du, där var det fyra rådjur – och dom var inte rädda – dom gick istäl-



Läraren Helena Nilsson tillsammans med Tova.



Morfar Bo-Inge hjälper Tova med sprutorerna. Mormor Britt, en riktig matmormor.



Elevassistenten Rosemarie Bergqvist tillsammans med Tova.

let emot oss, och i nästa andetag säger hon, och vet du! – där borta i skogen har vi också en skolsal.

”Alltså inget hus vet du! – utan en plats där vi lär oss lite andra saker, om naturen och så!”

Att tiden går fort när man har roligt,

det vet vi ju, och vi har redan ”pratad bort” en timme, och vi var lovade middag hos Mormor och Morfar, Britt och Bo-Inge Arvidsson, som bor i en villa inte långt från skolan.

Här träffar vi två människor som betytt oerhört mycket för Tova, som

alltid kan känna sig trygg med att ha mormor och morfar så nära.

En mormor som är en riktig ”matmormor”, här är allt hemlagat, och hembakat, och en morfar som blivit expert på att ge Tova hennes insulin-sprutor. (Ni kan se av bilderna)

Här har det dukats upp till middag med ris, kassler, sparris och en god sallad, och vi förser oss alla rikligt. Tova har lite bråttom från matbordet, hon vill ju visa hur bra hon kan rita. Hon kan inte bara rita utan även skriva och läsa, med stora bokstäver förstås. Och efter en stund får jag ett bevis på detta. Även lillebror Elias vill ju vara med på ett hörn, och även han ritar en teckning som jag får.

Efter maten blir det kaffe och en pratstund. Plötsligt märker vi att Tova lägger sig på golvet framför TV:n och säger att hon är trött och inte mår riktigt bra, och vill sova. Lite tidigt redan kl 7 på kvällen.

Nu visar sig den riktiga verkligheten!

Hon är en liten ”spjuver” den här lilla tösen! Försöker hon spela en känning?

Ett snabbt stick i fingret, och vips visar det sig att Tova har 1,6 mmol/l i blodsocker, alltså en känning. Mormor inflikar snabbt med ett förtroendeingivande lugn ”ja, det gick lite för fort vid maten, hon åt inte tillräckligt i förhållande till insulindosen” det var ju så mycket annat som skulle göras, och kanske lite ”spännande” med en lite främmande person vid matbordet. Så nu blev det ett par druvsockertabletter och efter en stund så var blodsockret 4,6 istället, och allt rättade till sig.

Men här ser vi tydligt hur snabbt det svänger. Den för ett par minuter sedan så sprudlande glada 7-åringen blir tvärt liggande på golvet, trött och mår inte riktigt bra. Så är det för ett diabetesbarn, och för föräldrarna, och morföräldrar.

Att då ha en så bra familj, med morfar och mormor på nära håll, skolpersonal som känner ett stort ansvar, det är helt obetalbart.

Rapport från en mycket trevlig e.m och kväll hos Tova och hennes familj.

Text och foto Magnus Lindbergh

Generösa blodgivare i Östergötland.

När man tar en titt på vilka som skänker pengar till Barndiabetesfonden så upptäcker man ibland namn som ofta återkommer.

Ett av dessa namn på postgirotalongerna är "Blodgivare, Landstinget i Östergötland". Vi bestämde oss för att titta lite närmare på varifrån dessa pengar kommer.

Pia Alm, blodgivarsamordnare för bloddepåerna vid sjukhusen i Linköping-Norrköping-Motala, ordnade så att vi fick göra ett besök på blodcentralen i Linköping. En blodgivare, Britt Kardell ställde frivilligt upp för att vi skulle kunna ta en bild av hur det ser ut när man ger blod. Medverkande på bilden är också Pia Uhrberg som jobbar på blodcentralen. Vid varje tillfälle tappas blodgivaren på 450 ml blod. Blod som är en nödvändighet i sjukvården, och man söker ständigt nya blodgivare. Blod som under åren räddat livet på och höjt livskvaliteten för många patienter/medmänniskor.

Man har satt ett mål att under 2011

öka antalet nya blodgivare till 1800 st. Blodplasma och trombocyter är också viktiga produkter som levereras från blodcentralerna.

Om man är en frisk person kan man som kvinna ge blod 3 ggr/år och som man 4 ggr/år. Det hela tar c.a ½ timme i anspråk på blodcentralen, och själva tappningen av blod tar c.a 5-10 min. Ersättningen som varje givare får

är 30:--, men många avstår den ersättningen och pengarna går till något välgörande ändamål, och Barndiabetesfonden har hittills i år fått inte mindre än 8.000:-- kronor, och vi är självklart mycket tacksamma för detta bidrag.

**Glöm inte Blodomloppet
torsdag 26 maj i Linköping**



Välkommen till oss!

Vi erbjuder professionell hjälp i ett av Sveriges modernaste fullservicetryckerier! Snabba och kostnadseffektiva lösningar på Era trycksaker då hela produktionskedjan finns under samma tak.



013-35 55 50

Larsson Offsettryck AB • Häradskärsgatan 7 • Box 1529 • 581 15 Linköping



Hej igen!

Jag heter Sandra Åstrand och jag är 13 år. Jag gillar att åka skidor, träna karate, segla, spela trombon och att vara med kompisar. Den här gången ska jag berätta lite om när jag först blev interjuvad av Svenska Dagbladet och sen när jag fick vara med i TV4.



Hej igen!

Jag hoppas att ni har det bra och att ni njuter av den härliga våren. Den här gången ska jag berätta om när jag och en kompis var på E.M.D konsert och att man kan bli deppig av att ha diabetes och hur man ska göra så att det känns bättre. Jag tänkte börja med konserten.

Ja som sagt var jag med en kompis på E.M.D konsert. Det började med att jag fick ett sms av min kompis som frågade om jag ville gå på konsert med henne. Hon hade fått dom av "Min stora dag" (en tävling för svårt sjuka barn). Självklart ville jag följa med! När dagen kom så fixade jag mig i ordning ordentligt (man vill ju vara extra fin när man ska se 3st snygga killar). Sen gick jag till skolan och längtade till kvällen. På dagen hade jag också spanska prov som gick jättebra! (Hade bara 1 fel.) När jag kom hem så fixade jag lite till och sedan tog jag bussen till stan för att möta min kompis.

När vi kom in där konserten skulle vara så fick vi biljetterna och vi väntade på att vi fick komma in i salen.

Konserten var jättebra! Den får 4 av 5 solar av mig ;). Eftersom det var några från "Min stora dag" så fick vi vänta lite så att alla andra hade gått och vi fick träffa alla i E.M.D. Vi fick deras autografer och självklart så passar man ju på att krama dom och snacka med dem. Alla 3 var jätteschyssta! Det kanske man inte kunde tro men de var både roliga och snälla. Jag hoppas verkligen att jag får träffa dom igen.

Nu ska jag prata lite om hur dåligt man kan må.

En kväll så vart jag lite smådeppig. Det första min pappa sa till mig när han märkte att jag inte var på humör frågade han: "Är du låg, Sandra?" Och jag blev jättetjurig. Kan jag inte vara på dåligt humör utan att vara låg/hög?! Jag vart så irriterad att jag låste in mig på toaletten, gråtande och satt där i säkert mer än 30min. (Som ni märker så kan jag bli riktigt deppig av en liten

små sak.)

Sen så fort min syster eller min pappa frågade hur det var med mig så ljög jag och sa att allt var okej, även fast jag tyckte allt var superjobbigt. Sen var jag tvungen att komma ut för att jag skulle äta. Då frågade pappa igen om jag var låg. Självklart ville jag inte svara, så jag fortsatte bara äta. Pappa blev också lite småtjurig och sa att han tyckte jag var jobbig. Sen så berättade jag för honom och alla andra i familjen att jag tycker det är jobbigt när dom frågar om jag är låg/hög, jag sa att dom istället skulle fråga t.ex "Hur mår du, Sandra?"

Då var det problemet löst och jag kommer nog inte bli mer irriterad för det. Så om man blir arg för något så ska man lösa problemet. Såklart får man vara arg men man kan inte vara det för evigt, eller hur?

Jaha, det var det jag ville berätta den här gången.

Ha det så bra!

Hejdå!

Nytt ansikte och en ny röst på kansliet

Ett nytt ansikte och en ny röst möter ni på kansliet fr o m nu. Det är Lena Holmbäck som ska ersätta Tina Hoff när hon går hem på mammaledighet om några veckor. Lena är väl insatt i fondens arbete då hon tidigare suttit med i Linköpings lokalförenings styrelse. Vi hoppas att Tina ska få njuta av sin mammaledighet och av sin nya medlem i familjen.



Barndiabetesfondens samarbetspartners

 EKOXEN, LINKÖPING BY CHOICE HOTELS Samarbetspartner sedan 2008	 Lions har varit fondens samarbetspartner sedan 1989 och är en av fondens större bidragsgivare. Innehar en ordinarie styrelseplats i fonden	 Samarbetspartner sedan 2007. Medarrangör och sponsor av golftävlingen "Slå ett slag för Barndiabetesfonden"	 Samarbetspartner sedan 2007. Förvaltar och hanterar fondens kapital	 Samarbetspartner sedan 2007. Ställer upp för fonden i många publika sammanhang
 Samarbetspartner från 2009	 Samarbetspartner från 2009	 Samarbetspartner från 2009	 Samarbetspartner från 2009	 Samarbetspartner sedan 2006
 Ljungsbro Sportfiskeförening Samarbetspartner från 2010	 Samarbetspartner från 2009	 Samarbetspartner från 2010	 Samarbetspartner från 2010	 Robur Samarbetspartner från 2010
 Samarbetspartner från 2010	 Samarbetspartner från 2010	 Samarbetspartner från 2010	 Samarbetspartner från 2010	 Samarbetspartner från 2011



Jag vill bli medlem eller lämna en månadsgåva via autogiro till Barndiabetesfondens riksförening

☐ Enskild person	200 kr/år	Namn (vuxen):	
☐ Familj	350 kr/år	Adress:	
☐ Organisation/företag	1000 kr/år	Postnr:	
Autogiro, se bifogad blankett i tidningen.		Telefon:	
Födelsedata		Mobil:	
		E-post:	
☐ Som ny medlem blir jag automatiskt också medlem i närmaste lokalförening			

Konto för medlemsavgifter PG 34 55 54-0

Skicka talongen till Barndiabetesfonden, Gränsliden 10, 582 74 LINKÖPING
Plusgiro: 90 00 59-7 | www.barndiabetesfonden.se | Bankgiro: 900-0597