



Stricket

Barndiabetesfonden

NR 4 2016 ÅRG. 23

Medlemstidning från Barndiabetesfonden
och Barndiabetesfondens Riksförening



Beskyddare:
HKH Kronprinsessan Victoria

Tror du att man
vänjer sig?



Foto: Cecilia Hedström

T.A.D
Sidan 7

Aktuell forskning
Sidan 4 och 16

JL-priset
Sidan 9

Föräldrapanelen
Sidan 11

Saga och Sandra
Sidan 14 och 18

Aktiviteter på Världsdabetesdagen
Sidan 10, 12 och 13





Barndiabetesfondens Lokalföreningars Årsmöten 2017

Alla medlemmar i Barndiabetesfondens Lokalföreningar kallas härmed till Årsmöte!
Anmälan gör du direkt till respektive Lokalförening, för ytterligare information
se respektive Lokalförenings webbsida via www.barndiabetesfonden.se/Lokalforeningar/

Blekinge

Tid: Söndag 5 februari kl. 10.00
Plats: Församlingshemmet i Bräkne Hoby

Dalarna

Tid: Söndag 5 februari kl. 14.00
Plats: O'Learys i Borlänge

Skåne

Tid: Söndag 5 februari kl. 15.00
Plats: Södergatan 34 A (bredvid Medborgarhuset) i Eslöv

Linköping

Tid: Torsdag 9 februari kl. 18.00
Plats: Quality Hotell Ekoxen i Linköping

Gävleborg

Tid: Torsdag 9 februari kl. 18.30
Plats: Skolgatan 9 i Gävle

Uppsala

Tid: Onsdag 15 februari kl. 18.00
Plats: LloydsApotek Samariten Uppsala

Värmland

Tid: Lördag 18 februari kl. 10.30
Plats: Sannerudskyrkan i Kil

Västerås

Tid: Söndag 19 februari kl. 12.00
Plats: Västra Skepparbacken 18 i Västerås

Norrbotten

Tid: Söndag 19 februari kl. 15.00
Plats: Clarion Hotel Sense Sky Bar i Luleå

Jönköpings län

Tid: Lördag 25 februari kl. 11.00
OBS! Lokal ej klar vid tryckning

Skaraborg

Tid: Måndag 27 februari kl. 18.00
Plats: Skaraborgs sjukhus Skövde

Norrköping

Tid: Tisdag 28 februari kl. 18.00
Plats: Café Vetekornet i Norrköping

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

Tidningen utkommer 4 ggr/år

I redaktionskommittén: Bertil M. Perttu, Anna Järpe

Ungdomsredaktör: Sandra Åstrand

Ansvarig utgivare: Johnny Ludvigsson

Grafisk form: Ann-Sofie Holm

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 2017:

Nr	Manusstopp	Utgivningsdag
1	25 januari	Februari
2	26 april	Maj
3	23 augusti	September
4	15 november	Nov/Dec

Vi ska vinna! T.A.D. – Together Against Diabetes

Oron i världen har ökat under senare tid, med krig, flyktingströmmar, klimathot, naturkatastrofer, och politiska omvälvningar. Men låt oss inte nedslås! Tvärtom, det är nu det behövs framåtanda! Och därför startar också idag, 9 nov, T.A.D. – Together Against Diabetes.

Diabetes breder ju ut sig som en pandemi i världen. Snart lever 400 miljoner människor med sjukdomen, och inom överskådlig tid räknar man med att det stiger till 500 miljoner. 15 000 dör av sin diabetes varenda dag! Mer än HIV, malaria, tuberkulos... När Zikavirus hotar att sprida sig så finns det omedelbart stora resurser! Men diabetes, ett oerhört mycket större problem, väcker obetydligt engagemang. Det mesta brukar skyllas på media. Det är media som skapar hysteri, som skapar engagemang, och får folk att tro att nu är alla på väg att dö av fågelinfluensan el dyl, men diabetes är inget problem. Självförvålat! ? Skyll oss själva, vi har väl ätit för mycket, eller fel, eller varit för stillasittande... Och typ 1 diabetes åker med på kuppen! Folk i allmänhet kan ju inte veta att orsaken till typ 1 diabetes är en gåta! Och det vill man ju heller inte erkänna utan det skrivs som att vi vet inte "exakt" orsaken till typ 1 diabetes! Som om vi nästan visste det, fastän vi inte alls vet det!

Men som tur är mår ju alla så bra, låter det som, ofta. För med modern teknik så ska alla kunna klara ha perfekt blodsockerbalans! Barnläkarföreningens sektion för diabetes och endokrinologi, liksom internationella organisationer, sätter upp riktlinjer som innebär att om blodsockret ligger under 4 mmol/l, så ska det omgående höjas, och om det ligger över 8 så ska det omgående sänkas! För den som inte har egen insulin-kretion så kommer dessa riktlinjer kräva korrigeringar med glukos/mat och/eller insulin tiotals gånger per dygn, dag och

natt, för många barn och ungdomar. Frågan är hur "skönt" det är att kunna klara detta med hjälp av noggrann beräkning av kosten (särskilt kolhydraterna), ständig uppkoppling, ständig övervakning av blodsockret, möjlighet att ideligen ge insulin. Framtiden får utvisa hur många föräldrar som blir utbrända, hur många tonåringar som storknar, gör revolution, hur många vuxna som ger upp. Men de som inte klarar målen har väl sig själva att skylla? Såvida de inte kan få en bokstavsdiagnos eller annan neuropsykiatrisk förklaring.

Jag känner mig orolig över kraven! Man ska inte behöva leva FÖR sin diabetes, utan man ska kunna leva MED sin diabetes.

Och allmänheten riskerar fortsätta att leva i föreställningen att typ 1 diabetes inte är något särskilt. Problemen är lösta. Tekniken är underbar. Alla har ett " normalt " liv. Varför ska Barndiabetesfonden ha resurser?

Vi måste förklara det! Och det ska vi göra, tack vare att det faktiskt finns engagerade människor, som vet vad typ 1 diabetes innebär och som inte ger sig. I Småland finns Elin och hennes familj som startat Together Against Diabetes, förkortat T.A.D. Det är en kampanj som i första skedet ska ge resurser till en STOR informationskampanj som vi hoppas ska upplysa Sveriges befolkning 2017 om vad typ 1 diabetes faktiskt innebär. Och då vore det väl märkligt,



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

obegripligt, om inte människor då bestämmer sig för att satsa.

Om alla som arbetar med typ 1 diabetes och/eller själva har typ 1 diabetes blir medlemmar i Barndiabetesfonden (blir 10-20 miljoner), andra med diabetes satsar en hundring (blir 50 miljoner), och alla andra en guldpeng vardera (blir 90 miljoner), så får Barndiabetesfonden in nästan hälften så mycket som Barncancerfonden! Fantastiskt! Då kommer forskningen intensifieras, nya projekt startas, takten öka. Vi ska vinna! Tack Elin! Tack alla ni som ger ert generösa stöd!

Johnny Ludvigsson



**Jag känner mig orolig över kraven!
Man ska inte behöva leva FÖR sin diabetes, utan man ska kunna leva MED sin diabetes.**



Vem får diabetes? Och när?

Utvecklingen av typ 1 diabetes startar i de flesta fall många år innan några symtom visar sig. I många fall sker detta redan så tidigt som innan 1 års ålder. Vi vet i nuläget att vissa genetiska varianter på HLA-genen, en viktig del av immunförsvaret, ökar risken för typ 1 diabetes och att även vissa andra gener påverkar risken. Vi vet även att vissa omgivningsfaktorer och infektioner ökar risken för att insjukna. Under sökandet efter orsaken till typ 1 diabetes har vi har också lärt oss allt mer om hur sjukdomen utvecklas.

I början av processen kan vi mäta så kallade autoantikroppar och se att en immunologisk process har startat i kroppen. De som utvecklar mer än en sådan autoantikropp har en starkt förhöjd risk att utveckla diabetes inom 5-10 år. Senare i förloppet kan vi undersöka hur kroppen hanterar sockerintag både genom att ge socker direkt i blodet eller att man dricker en sockerlösning, så kallad intravenös och oral glukosbelastning. I samband med glukosbelastningar mäts sockerhalten i blodet samt insulinsvaret. Som tillägg till detta kan medelblodssockret de senaste tre månaderna mätas med hjälp av HbA1c, ett enkelt blodprov som successivt stiger, inom det normala området, när blodsockret blir allt

högre. Utifrån dessa mätvärden blir vi nu allt bättre på att bedöma hur nära personen är att utveckla diabetes. Detta innebär att vi hos studiepersoner i många fall kan ställa diagnosen typ 1 diabetes långt innan några sjukdomstecken på diabetes har visat sig. Barnen hinner inte börja gå ner i vikt, kissa och dricka mycket eller få syraförgiftning. Vi jobbar med två stora barnkohorter för att bättre förstå insjuknandet i typ 1 diabetes. DiPiS studien – DiabetesPrediktion i Skåne – är en uppföljningsstudie där större delen av Skånes barn, födda mellan 2000 och 2004, undersöktes avseende risk för typ 1 diabetes. 35 800 barn undersöktes och av dessa har närmre 4000 barn, med ökad risk för typ 1 diabetes, följts med prover sedan 2-årsåldern och knappt 200 har utvecklat typ 1 diabetes. TEDDY är en internationell studie där drygt 8500 barn har följts sedan 3 månaders ålder vid center i USA, Tyskland, Finland och Sverige/Skåne. Stora mängder uppgifter runt livsföring, sjukdomar, kost, mediciner samt prover från blod, saliv, avföring, dricksvatten samt många andra uppgifter samlas in i syfte att hitta orsaker till typ 1 diabetes. Målet i studierna är att identifiera riskfaktorer och orsaker till typ 1 diabetes. I dessa studier kan vi mycket tidigt i förloppet identifiera de barn som har högst risk att utveckla typ 1 diabetes och därmed har möjligheter att med större precision försöka påverka och

bryta förloppet. DiAPREV-IT 1 & 2 är studier där vi vaccinerar med GAD, en av de autoantikroppar som påvisas tidigt i sjukdomsförloppet. De barn som vaccineras har alla förhöjd risk för insjuknande i typ 1 diabetes, men har inte utvecklat symtom på sjukdomen ännu. DiAPREV-IT 1 är färdig i slutet av detta år och då kommer vi att få ett första besked på om det ger effekt. Vi kommer då även att kunna analysera resultaten av alla de prover som tagits under uppföljningen och lära oss ännu mer om vad som händer på cell-nivå innan diabetesdiagnos. Vid centret i Malmö erbjuds även de interventionsstudier som nätverket Trialnet driver. Målet med forskningen är att finna de länge eftersökta orsakerna till att vissa barn, men inte andra, utvecklar typ 1 diabetes med alla konsekvenser detta får under resten av livet. På vägen dit måste vi även göra vad vi kan för dem som redan är på väg att insjukna.

Markus Lundgren är överläkare i barnmedicin på Barnkliniken i Kristianstad och doktorand vid enheten för diabetes och celiaki, institutionen för kliniska vetenskaper, vid Lunds universitet i Malmö.



Barnen på bilden har ingen koppling till studien. Bild från pixabay.com



Pia Gustafsson, ordförande Barn-diabetesfondens Riksförening

Ordföranden har ordet...

Vad roligt att alla våra Lokalföreningar har haft aktiviteter på och i anslutning till Världsdabetesdagen!

Det har varit allt från mässor och spinningsspass till musikframträdanden och bössinsamlingar. En viktig dag för Barndiabetesfonden att synas på, och ett bra tillfälle att sprida information och kunskap om typ 1 diabetes.

Vill tacka er alla i Lokalföreningarna för ert fina jobb under året! Tänk vad ett år går fort – nu är det snart jul igen...

Dags att förnya ditt medlemskap i Barn-diabetesfonden! Och varför inte ge bort ett också till släkt och vänner? En julklapp som hjälper!

Passar här på att skicka ett tack till alla på Barndiabetesfondens kansli, och till mina styrelseledamöter i Riksföreningen – ni gör alla ett fantastiskt jobb!

Ett stort Tack också till alla medlemmar och bidragsgivare för ert stöd! Jag önskar er alla en God Jul och ett Gott Nytt År!



Ingenting är omöjligt!

Den som idag drabbas av typ 1 diabetes ställs inte bara inför en livshotande sjukdom med tung behandling och risk för komplikationer och följsjukdomar, utan också inför det faktum att det här är en kamp man inte kan vinna idag. Som Peter Jihde har uttryckt det - att med diabetes blir det i bästa fall oavgjort.

barn och ungdom, för att Barndiabetesfonden vet att forskningen är det som i längden kan göra verklig skillnad - det enda som kan ge hopp om bot. För att ingenting är omöjligt om man bara får chansen!

Miljonjakten! och Barndiabetesfondens kampanj "Tror du att man vänjer sig?" handlar om detta. De handlar om

på gatan diabetes som man förväntas finna, och här och nu för det hopp den ger åt dem som kämpar med sjukdomen varje dag!

Så hjälp oss genom att tipsa om Miljonjakten! vid varje givet tillfälle! Vi behöver nå ut med detta budskap! Vi behöver påminna om det igen och igen! Med rätt länk på rätt plats kan vi också få en snöbollseffekt, och ju fler vi rullar ut, desto större är chansen att vi hittar rätt... Det finns så mycket viktig forskning som väntar på att genomföras - det enda som saknas är pengar att finansiera den.

Du hittar Miljonjakten! på <http://charitystorm.org/fundraisers/miljonjakten-1/> För att alla unga hjältar som lever med diabetes förtjänar hopp för framtiden. För att ingen borde behöva vänja sig!

Redaktionen

”För att alla unga hjältar som lever med diabetes förtjänar hopp för framtiden. För att ingen borde behöva vänja sig!

Då är det inte alltid lätt att hitta motivationen och styrkan att fortsätta kämpa. Varje dag, livet ut. Därför finns Barndiabetesfonden. Barndiabetesfonden, vars syfte är att stödja forskningen kring diabetes hos

att synliggöra den kamp som den som drabbas av diabetes måste utkämpa, och om hur viktig forskningen är.

Det är så oerhört viktigt att forskningen får fortsätta att utvecklas och göra framsteg - både på sikt för de svar

Fråga Johnny

Hej!

Förra året hörde vi talas om en studie i USA där det verkade som att man kunnat göra celler som bildar insulin av stamceller. Det lät som ett

riktigt genombrott. Men vad har hänt sen dess? Kan man nu göra mänskliga celler som kan ersätta de som förstörts vid barndiabetes? Eller hur länge tror du man behöver vänta innan man kan

Hej!

Tack för din fråga. Mycket relevant. Det du hänvisar till är förmodligen de studier i USA (vid det kända Harvarduniversitetet i Boston, USA) som beskrevs som ett av årets stora vetenskapliga framsteg alla kategorier. Man beskrev att man av stamceller hade lyckats skapa celler som var mycket lika mänskliga insulinproducerade celler (betaceller). Resultaten publicerades i en mycket välansedd tidskrift och även jag kände stort hopp när jag läste om resultaten.

Tyvärr har mig veterligen ingen bekräftat resultaten i nya experiment, vilket är viktigt för att resultaten ska kunna anses stabila och tillförlitliga. Men vad värre är, så har jag fått lära mig av expert inom området att resultaten inte alls var så imponerande som man kan tycka som varande icke-

expert inom just detta område. I studien beskrevs hur blodsockret sjönk i experimentdjuren när man inplanterat de nya cellerna, men det är visst så att blodsockret tenderar sjunka hos dessa experimentdjur under sådana betingelser i vilket fall. Och hur mycket insulin som producerades var svårt att få klart för sig, men det tycks ha varit en mycket svag funktion. Så återigen har vi nog råkat ut för att en nyhet blåsts upp lite väl mycket och besvikelsen blir stor när vi inser att det fortfarande är långt, mycket långt, kvar innan stamceller kan göras till celler som fungerar lika bra som mänskliga betaceller. Det betyder att vi står kvar på relativt oförändrad nivå när det gäller transplantation av betaceller. Detta är en metod som används i behandling av vissa speciella fall av vuxna med långvarig typ 1 diabetes, främst i fall där patienten har svåra hypoglykemier (med kramper/medvetlöshet) där patienten förlorat för-

**Vill du också
fråga Johnny?**
Skriv ett mail till
johnny.ludvigsson@liu.se
så får du hjälp!

börja bota diabetes hos barn?

Intresserad Pappa

mågan att känna varningstecken. Tillgången till celler är mycket begränsad då dessa måste tas från hjärndöda individer, och behandlingen kräver långdragen tung immunosuppression (behandling som trycker ner immunförsvaret) för att cellerna inte ska stötas bort. Således är detta inte någon terapi i avsikt att bota typ 1 diabetes och lär nog inte heller kunna bli det inom överskådlig tid.

Det behövs mer forskning! Det är vår och Barndiabetesfondens uppgift att dra våra strån till stacken! En dag kommer ett genombrott, men om det är inom området transplantation av betaceller eller inom något annat område vet vi först när det hänt.

Vänliga hälsningar
Johnny



**SKICKA VALFRITT
BELOPP PÅ
SWISH NR
9000597**



**SKICKA EN GAVA
VIA SMS PÅ
SMS NR
729 29**

SMS:a HOPP för att skicka 50 kr
SMS:a MOTA för att skicka 100 kr
SMS:a BOTA för att
skicka 200 kr
SMS:a HJÄLTE för att
skicka 250 kr



Together Against Diabetes

Elin Cederbrant är 17 år och har haft typ 1 diabetes sedan hon var 10. Nu har hon tröttnat på folks okunskap. Och bestämt sig för att göra något åt det.

Elin startade den ideella föreningen Together Against Diabetes – T.A.D. – med sin pappa, Mikael Svensson, och tillsammans har de lyckats bygga upp ett fantastiskt koncept. Tack vare företagsvänner och helt ideella insatser från såväl marknadsförare som kreatörer och producenter har T.A.D. tagit fram en serie om fyra stycken både praktiska och snygga produkter, som nu säljs helt till förmån för Barndiabetesfonden. 100% av det man betalar för varje produkt går till kampanjen.

- Vi ska samla in 1,6 miljoner, säger Elin, och förklarar att de pengarna skall finansiera den rikstäckande informationskampanj som Barndiabetesfonden planerar för till våren 2017. Kampanjen kommer visas som tv-reklam, annonsering och i social media.

Förutom produkterna som finns att köpa i T.A.D.s webbshop kan man även bli företagsvän, köpa gåvokort eller skänka en slant. På hemsidan hittar man också filmer och annat informa-

tionsmaterial som tagits fram av föreningen.

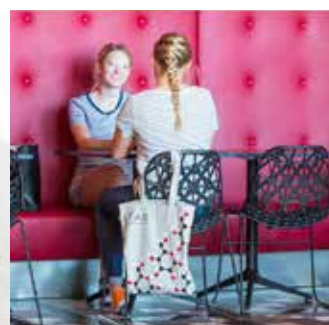
Man kan givetvis också följa projektet på Facebook och Instagram, och bara genom att gilla och dela hjälpa till att sprida kampanjen och dess budskap: Okunskapen är stor. Det ska vi ändra på!

Redaktionen

Elin, 17, driver kampanjen T.A.D. – Together Against Diabetes till förmån för Barndiabetesfonden.



Foto: Pelle Wahlgren



Praktiska produkter i snygg design! Plånbok och väska är två av de produkter du kan köpa för att stödja T.A.D. och Barndiabetesfondens informationssatsning.

Foto: Pelle Wahlgren

Kampanjens hemsida finns på togetheragainstdiabetes.se/ och butiken hittar du på shop.togetheragainstdiabetes.se/sv/

Introduktionsfilmen hittar du via hemsidan eller på T.A.D.s Facebooksida www.facebook.com/TogetherAgainstDiabetes/

På Instagram finns kampanjen som [@together_against_diabetes](https://www.instagram.com/together_against_diabetes) T.A.D. har också ett eget Swish-nummer dit man kan skänka direkt –123 6260 244

Typ 1 diabetes i fokus, hos både barn och vuxna!

Elin 17 år, som lever med typ 1 diabetes sedan 10 års ålder, fick en storartad idé som hennes pappa Micke Svensson, Växjö, tänkte på direkt! De gick från ord till handling, och med kreativitet, handlingskraft, energi, kunskap, vänner, samverkan och konkret arbete blev resultatet Together Against Diabetes – T.A.D. – en ideell förening och en kampanj som lanserades 9 november 2016. Många engagerade, positiva, generösa människor bjöds på lanseringsreception, fin för både kropp och själ. Elin presenterade projektet och visade de två filmer som finns på TAD:s hemsida. Titta på dem!

T.A.D. drar redan in pengar med full kraft, pengar som ska gå till en ännu mycket större, nationell informationskampanj om typ 1 diabetes! Det är den vanligaste allvarliga obotliga sjukdomen hos barn och ungdomar med 7-8000 drabbade, men 5 ggr fler vuxna, runt 40 000 personer, lever också med sjukdomen.

Från Barndiabetesfondens sida är vi oerhört tacksamma för T.A.D. och den kampanj de genomför till förmån för Barndiabetesfonden!

*Johnny Ludvigsson
Barndiabetesfondens ordförande*



Elin Cederbrant och Johnny Ludvigsson på lanseringsreceptionen.

Foto: Sven Eloffsson/Smålandsposten

Monica är Sveriges bästa diabetessköterska

Barndiabetesfonden kan glädja sig åt att vi har Sveriges bästa diabetessköterska i Riksföreningens styrelse samt i styrelsen för lokalförening Skaraborg. På Världsdabetesdagen fick Monica Palm-Burge priset av en representant för Diabetic Designed, som instiftat utmärkelsen. Priset är nyinstiftat och det är öppet för vem som helst att nominera den bästa representanten inom diabetesvården. Av 330 nominerade fick Monica i särklass flest röster. Monica är till vardags verksam som diabetessköterska vid Skaraborgs sjukhus i Skövde, någonting hon varit sedan 1994. Hon är även aktiv i styrelsen för Barndiabetesfondens lokalförening Skaraborg sedan 2013 och i Riksföreningens styrelse sedan 2014.

- Det känns toppen att få den här utmärkelsen, säger Monica, jag är så tacksam för all kärlek och alla positiva ord jag har fått från våra patienter.

De barn och föräldrar som skrivit omdömen om henne vid sina nomineringar nöjer sig inte med att hon skulle vara Sveriges bästa diabetessköterska, flera menar att hon är "Världens bästa diabetessköterska". Andra omdömen lyder: "Hon är kunnig, tar sig tid att lyssna och förklara tills alla förstått, kämpar för att barnen ska få bra hjälp i förskolan och skolan. Hon stöttar alltid barnen men kan säga ifrån om någon

behöver ändra på något. Inte minst har Monica hjärtat på rätta stället och sprider glädje omkring sig."

Hur kommer det sig då att hon numera inte enbart ägnar dagarna åt barn med diabetes, utan även kvällar och helger genom att vara aktiv i Barndiabetesfondens Riksförening?

- Jag blir ledsen för varje barn som får diabetes, säger Monica, och finns det då någonting jag kan göra för att hjälpa till är det självklart att jag gör det. Annars har jag ingen personlig anknytning till diabetes, som någon släkting eller så, men det är klart att alla barn jag mött genom åren engagerar.

Lokalföreningen blev ett resultat av ett forskningsprojekt som handlade om att utveckla barndiabetesvården i samarbete mellan vårdanställda och föräldrar. Monica såg det då som självklart att vara med i styrelsen. Inte långt därefter fick hon frågan om att ingå i Barndiabetesfondens Riksföreningens styrelse.

- Jag blev smickrad och glad över att de frågade just mig, menar Monica, och tänkte att om jag kan bidra med någonting så är det positivt.

Och på den vägen är det! Monica har sedan dess varit en positiv, bidragande kraft. Barndiabetesfondens Riksförening och lokalförening Skaraborg kan därmed vara stolta över att ha



Foto: Linda Jonsson

Monica Palm-Burge tar emot Diabetic Designeds utmärkelse "Sveriges bästa diabetessköterska" på Världsdabetesdagen 2016.

Sveriges – eller till och med världens, om man lyssnar till hennes patienter – bästa diabetessköterska i sina styrelser! Monicas engagemang för barn med diabetes fortsätter!

*Thomas Andersson
Ordförande, Barndiabetesfondens
loklalförening Skaraborg*

Maskeradlopp för Barndiabetesfonden

Lördag 29 oktober genomförde Barndiabetesfondens Lokalförening Linköping – tack vare entusiaster som Mathilda, Johan, Sarah, Jana, Gudrun, Åsa och ännu fler – ett Maskeradlopp längs Stångån i centrala Linköping. Det var första försöket och därför ingen stor anslutning trots solsken och vackra höstfärger! Likväl blev det en jättefin aktivitet som gav glädje, gemenskap, lite uppmärksamhet, och överskott till Barndiabetesfonden. Väcker mersmak!

Och vi har lärt oss saker, till exempel att undvika kollision med Novemberlovet, och att vara tidigare ute med annonsering i Linköpingsposten (sponsor och medarbetare). Det kommer bli succé!

*Johnny Ludvigsson
Barndiabetesfondens Lokalförening
Linköping*



Foto: Stransky

Inför start i strålande höstväder!

Johnny Ludvigsson-pristagaren 2016

Foto: Ulf Sirbom/Karolinska Institutet



Årets JL-pristagare professor Riitta Veijola vid Uleåborg universitet i Finland.

Barndiabetesfonden delar årligen ut Johnny Ludvigssons Pris till en mycket framstående forskare i Norden, vars arbete har haft stor betydelse för forsk-

ningen kring diabetes hos barn och ungdomar. I år gick priset till professor Riitta Veijola vid Uleåborg universitet i Finland.

Professor Veijola, som genom en gästprofessur också är knuten till Karolinska Institutet i Stockholm, uttryckte stor glädje över att ha utsetts till pristagare. Efter att Barndiabetesfonden kungjort utmärkelsen i ett pressmeddelande hörde också Sveriges Radios finskspråkiga redaktion av sig och ville få en intervju med pristagaren.

”Detta är fantastiskt!” sade professor Veijola. ”Det är väldigt bra om T1D hos barn och ungdom också kan uppmärksammas av en större publik!”

Pristagaren, som utses av en priskommitté bestående av Barndiabetesfondens Vetenskapliga råd tillsammans med tidigare års pristagare, får en penningssumma som uppgår till 250.000 svenska kronor och en plakett. Pengarna är inte personliga, utan öronmärkta för framtida forskning.

I priskommitténs motivering slår man fast att professor Veijolas styrka ”ligger i övergången från traditionell,

industri-sponsrad, klinisk forskning till forskarinitierade kliniska studier av personer i riskgruppen för typ 1 diabetes. I dessa studier utvecklar hon inte bara en bättre förståelse för sjukdomens patogenes, utan även olika metoder att förebygga den kliniska debuten och, om metoderna är framgångsrika, även sjukdomen i sin helhet. Hennes senare studier på betacellernas funktion under tiden som föregår sjukdomens kliniska utbrott och i relation till nya biomarkörer är ledande inom sitt fält. Hon är en sann föregångare inom translationell typ 1 diabetes-forskning och besitter förmågan att samla forskare för att ta fram förstklassiga nya forskningsplaner för bättre behandling, och möjligen förebyggande, av diabetes hos barn och ungdom.”

Barndiabetesfonden gratulerar professor Veijola, och framför sina varmaste tack till Priskommittén som ställer upp ideellt med sin tid och sin expertis för att pristagare skall kunna utses!

Redaktionen

Glädjen att bidra



Att vi blir fler och fler som vill bidra på en mängd olika sätt, det har vi märkt under året — att bidra genom att sprida information om typ 1 diabetes och om Barndiabetesfonden, att bidra genom insamlingar, privata bidrag, försäljning av olika saker o s v. Det är med stor glädje vi ser på denna positiva trend, och då tror vi att vi bara är i början på något stort! Vi börjar nu lämna de små stegen bakom oss och börjar ta allt större och större kliv istället.

Alla ni i den ökande medlemskåren, och alla ni som ännu inte hunnit bli medlemmar men som bidrar på andra sätt, ett stort och varmt TACK! Ni finns och ni behövs för att vi ska kunna lösa gåtan typ 1 diabetes i framtiden.

Jag tror att 2017 blir ett år då vi kommer att få se en ökad uppmärksamhet och fokusering på typ 1 diabetes och på Barndiabetesfonden, som i sin tur leder till att vi får allt fler och allt större bidrag till forskningen.

Låt oss nu avsluta året med ett kärleksfullt hjärta och ett bidrag till insamlingen ”Miljonjakten!” för alla dem som drabbats av diabetes! Glädjen är stor när jag och mina medarbetare säger ännu ett stort och varmt tack till er alla som bidragit på något sätt under året, och vi vill förstås också önska er en riktigt

God, Jul och Gott Nytt År!

Bertil M. Perttu, kanslichef



Arrangemang i Linköping i anslutning till Världsdiabetesdagen



Söndagen den 13 nov genomförde Barndiabetesfondens Lokalförening Linköping ett arrangemang på Linköpings Stadsbibliotek. Lokalföreningen hade information, försäljning, lotteri, och stod också för servering av nybakta bullar, nybakat lantbröd, ost, frukt med mera. Linköpings Diabetesförening var inbjuden och de hade bord med informationsmaterial, och Göran Gustafsson, Motala, visade sin imponerande medicinhistoriska utställning med alla tekniska hjälpmedel – alltifrån gamla glas-sprutor med grova hul-lingförsedda spetsar till moderna glukossensorer och pumpar. Sju företag spred information om sina produkter, inte minst olika pumpar och sensorer, bland annat.

Föredrag öppna för allmänheten hölls i en intilliggande föreläsningssal. Av dessa föredrag höll Emil Johansson, som haft typ 1 diabetes sedan 8 års ålder, den mest engagerande presentationen om sin upplevelse av typ 1 diabetes och utanförskap. Det berörde starkt att höra honom berätta om till synes små, men oerhört starka upplevelser, som påverkat honom mycket negativt under åren, och kanske bidragit till att han tyvärr ådragit sig senkomplikationer av sin diabetes redan före 26 års ålder.

Ett annat mycket uppskattat inslag var Juni Rugland, Kalmar, 12 år, som generöst ställde upp för Barndiabetesfonden! Underbar sångröst och fint gitarrackompanjering! Man bara vän-

tar på när hon slår igenom nationellt som en av våra stora artister! Tack alla som bidrog till ett fint arrangemang och stöd till Barndiabetesfonden!

*Johnny Ludvigsson
Barndiabetesfondens Lokalförening
Linköping*



Foto: Johnny Ludvigsson

Det var fin uppslutning vid evenemanget i Linköping med anledning av Världsdiabetesdagen.

Aktivitet och insamling i Dalarna i samband med VDD 2016

Lördagen den 12/11 uppmärksammades Världsdiabetesdagen i Tegera Arena i Leksand. Leksands IF hade hemmamatch mot Luleå Hockey och flera medlemmar från Barndiabetesfondens Lokalförening Dalarna fanns på plats. Vi samlade in pengar i bössor, sålde Sticke och armband, testade blodsockret och färgade luggen blå på dom som ville. Att få luggen färgad med blå hårspray blev en succé! Helena Lindmark och dottern Elin intervjuades och fick berätta om hur vardagen ser ut med typ 1 diabetes och om vikten av att samla in pengar till forskning. Intervjun sändes på mediakuben och på tv-apparaterna i arenan. Vi fick även möjlighet att prata direkt med många företagare som var på plats. I alla pauser gick det ut korta små informationsmeddelanden om typ 1 diabetes och vi syntes och hördes verkligen överallt. Det blev en otroligt lyckad heldag; Leksand vann och vi samlade in över 10 000 kronor.

Utöver arrangemanget på hockeyn samlade lokalföreningen in pengar på tre olika träningsanläggningar. Helena och Mathias Lindmark genomförde, i samarbete med På G Gym i Djurås och Leksand, tre spinningpass i kombination med föreläsningar. Gensvaret blev stort och många kom för att trampa sig svettiga och för att höra Helena och Mathias berätta om livet som föräldrar till ett barn med typ 1 diabetes. Över 6 000 kronor samlades in under kvällen!

I Knutshyttan utanför Avesta genomförde Henric Rehné och Eva Lyckholm två Crossfitpass till förmån för Barndiabetesfonden. Medlemmarna i Crossfit Bifrost fick möjlighet att testa sitt blodsocker och Eva, Henric och sonen Leo berättade om sin vardag med typ 1 diabetes. Ytterligare 4 100 kronor till Barndiabetesfonden samlades in.

Skrivet av Helena Lindmark, Barndiabetesfondens Lokalförening Dalarna.



Foto: Annika Troive

Joline Björkstrand och Cajsa Troive-Skoglund hjälpte till att samla ihop hela 10.000 kr på Tegera arena.



Foto: Annika Arvola

– Mediekuben gav fin exponering!

Föräldrapanelen om aktuell forskning

Under hösten riktade Barndiabetesfonden några frågor till deltagarna i Föräldrapanelen om deras relation till den pågående forskningen kring diabetes hos barn och ungdom. Då hösten är den tid då Barndiabetesfonden både delar ut Johnny Ludvigssons Pris och utlyser årets forskningsmedel, så känns forskningsläget gärna extra aktuellt just vid denna tid.

Föräldrapanelen är ju en mindre grupp, för liten för att utgöra något formellt statistiskt underlag, men den är väl distribuerad såväl geografiskt som socialt, och i den mån vi kan kalla en grupp om under 100 individer representativ så tycker vi nog att Föräldrapanelen är just det.

Därför är det glädjande att se att de allra flesta respondenterna från Föräldrapanelen denna gång upplever att de har ganska bra eller åtminstone viss koll på det aktuella forskningsläget. Bara 4%, tre svarande av 75, uppgav att de inte tyckte sig känna till forskningsläget alls idag. Man höll överlag också ett ganska regelbundet öga på forskningsnyheter – huvudsakligen från någon gång i veckan till någon gång i kvartalet, eller åtminstone när det dyker upp någon större nyhet. Det handlar ju ändå om den egna framtiden på ett ganska påtagligt sätt!

Vidare var vi lite nyfikna på om man generellt sett gör någon betydande skillnad på vad man tycker om *vad* det forskas om i stora drag – förebyggande, lindring, eller bot – men där svarade över 50% att man ansåg allt vara lika viktigt. Av de dryga 40% som trots allt valde att prioritera valde dock alla utom tre respondenter ”bot”.

I nästa steg valde vi dock ett lite annorlunda perspektiv och bad respondenterna att rangordna nio olika områden efter vilka man helst skulle vilja se fick mer forskningspengar, och här var det forskning som syftar till ”Att stoppa processen och begränsa eller i bästa fall bota” som fick både flest förstavals-rös-

ter och högst poäng totalt, och därefter kom ”Att hitta orsaken”, ”Att bota med hjälp av ex. transplantation och stamceller”, och ”Att underlätta behandlingen med hjälp av tekniska hjälpmedel” mycket tätt inpå varandra (se fig 1). De områden som fick lägst prioritet i denna undersökning var ”Att underlätta behandlingen med hjälp av större kunskap om betydelsen av kost och/eller fysisk aktivitet” och ”Att underlätta behandlingen genom att förbättra psykologiskt stöd, socialt stöd och utbildning”, men som påpekades av flera respondenter i slutet av enkäten är det inte för att dessa ämnesområden upplevs som oviktiga, däremot att de i större utsträckning kan såväl hämtas som ges resurser från andra områden än just diabetesforskning.

Sammanfattningsvis ville flera respondenter lyfta ytterligare några frågor i relation till forskningen; vikten av att det är forskning kring diabetes just barn och ungdomar som prioriteras, och att det inte – som händer så lätt – blir en fråga om vuxenforskning med resultat som ska tillämpas på barn som får dominera. Detta var ju också en av kärnvärderingarna när Barndiabetesfonden bildades för 27 år sedan, och

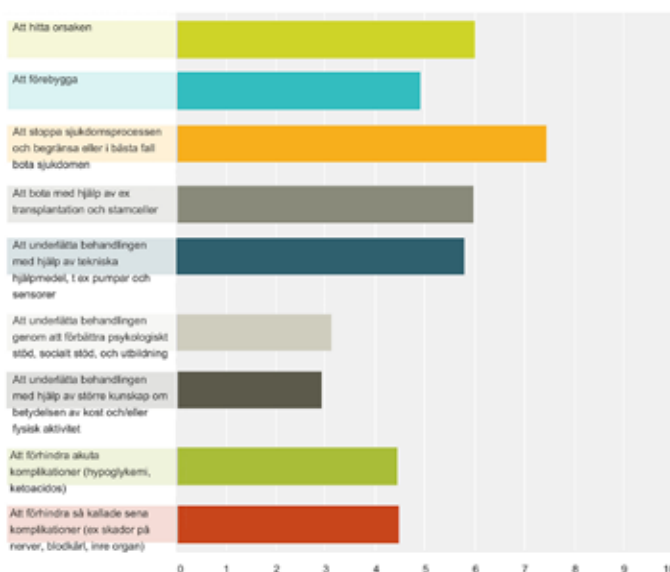
är ett av grundkriterierna vid bedömningen av ansökningar om forskningsanslag från Barndiabetesfonden.

Man lyfte också behovet av information för att diabetesforskningen skall kunna få såväl status som prioritet, och detta är ju något som var och en kan bidra med efter de förutsättningar man har. Nästan 40% av respondenterna uppgav att de stödjer forskningen på sätt som vanligtvis involverar informationsspridning i någon grad – allt från att sälja armband till att driva media-kontakter för att få ut information och det är initiativ som uppskattas mycket varmt! Många vill gärna se en större informationssatsning från Barndiabetesfondens egen sida, och det planeras ju till våren 2017 – se artikel på sidan 7 – men fram till dess, liksom alltid både förr och senare, är det ju den som själv lever med sjukdomen på ett eller annat sätt som kan vara den bästa ambassadören!

Vi vill än en gång framföra vårt varma tack till er som ställer upp i Föräldrapanelen! Vi hoppas naturligtvis att vi snart ska få möjlighet att uppfylla några av era förhoppningar – mer pengar till den så viktiga forskningen!

Redaktionen

Fig 1: Rangordning av områden där man helst skulle vilja se att det satsades mer pengar inom forskningen.



Källa: Föräldrapanelen, Barndiabetesfonden 2016

Fokus på information under VDD i Blekinge

Världsdabetes-
dagen 2016

Om det var höst eller vinter när vi uppmärksammade Världsdabetesdagen kan diskuteras. Solen sken i alla fall denna söndag 13 november, och Kallinge Folkets Hus fylldes av besökare.

Inomhus ordnades mäsas med anknytning till diabetes. Företagen A.Menarini, Medtronic, Nordic Infu Care och Novo Nordic hade representanter på plats. Besökarna blev föreläsade företagens senaste produkter. Spännande att kunna ställa frågor och få svar direkt. De lokala sparbankerna Sparbanken Eken och Sparbanken i Karlshamn informerade via utlagt material och kontaktuppgifter. Sveriges nya inrikesflyg BRA hade representant närvarande som svarade på frågor om säkerhet när det gäller att vara trygg under flygningen både med och utan med diabetesutrustning.

Eftermiddagens föreläsningar inleddes av Sofia Larsson-Sten, Diabetesia. Vi fick följa henne från diabetesdebuten som blyg diabetiker till dagens utåtriktade diabetesentreprenör. Efter en tuff start är Sofia numera inspiratör för många.

Agnes Andersson Svärd och Henrik Borg, båda forskare från Lund, rapporterade från studierna TEDDY och TrialNet. Dessa studier genomförs av ett internationellt nätverk av forskare som arbetar med att studera, förebygga och tidigt behandla typ 1 diabetes. Då känner man sig liten fast stor när de små detaljerna i dessa stora studier förklaras.

Sara Eriksén, BTH, med forskarstudenter, förklarade för oss om projektet Hälsa i handen. Att fokus ligger på patienten känns bra, att ta kontroll själv över sin kroniska sjukdom känns



Foto: Daniel Persson

möjligt och få bättre livskvalité verkar genomförbart.

I pauserna mellan föreläsningarna erbjöds nybakade frallor med tillbehör. Fukt och grönt samt kaffe, te och saft förstås.

*Barndiabetesfondens Lokalförening
Blekinge*

Bössor och lotter i Jönköpings län

Barndiabetesfondens Lokalförening Jönköpings Län hade i anslutning till Världsdiasabetesdagen bössinsamling på några ställen i länet.

Ett av dom var på A6 köpcen-ter, där hade vi även lotterier med många fina vinster.

Vi delade ut tidningen Sticket och fick möjlighet att prata mycket diabetes med många intresserade besökare. Så nu känns det att många fler vet hur det är att leva med typ 1 diabetes!

Tack alla ni som på olika sätt har skänkt pengar till forskningen under denna dag!

*Vid pennan
Pia*

Alla blev vinnare i Aneby

Barndiabetesfondens Lokalförening Jönköpings Län blev inbjuden att vara med på en Företagsmässa i Aneby den 24 september.

Roger Thure från företaget Däckteam bjöd in oss att stå i deras monter. Han donerade även fyra nya vinterdäck till Barndiabetesfonden som vi lottade ut. Det blev en lyckad dag med många besökare som ville köpa lotter

och som fick information om Barndiabetesfonden.

Till sist drogs en lycklig vinnare. På bilden syns Bengt Olstedt hämta ut sin lotterivinst.

*Barndiabetesfondens Lokalförening
Jönköpings Län*



Foto: Marie Pålsson

Välspackad och framgångsrik VDD i Eslöv!

Lördagen den 12/11 anordnade Barn-diabetesfondens Lokalförening Skåne tillsammans med Diabetesföreningen Skåne län "Världsdiabetesdagen" på Medborgarhuset i Eslöv. Det blev en riktigt lyckad dag, med över 500 besökare!

Dagens program bjöd på intressanta föreläsningar om det senaste inom diabetes, massor av utställare från olika företag, ett gediget lotteri och roliga aktiviteter för både stora och små. Bland annat var diabetesbloggaren "Diabetesia" samt författaren och diabetesforskaren Eva Ludvigsen på plats och signerade sina nyutgivna böcker. För barnen fanns det massor av pyssel och ansiktsmålning samt att MR Flux bjöd på trolleri- och magiföreställningen "Smile".

Alla föreläsningar filmades och sändes live på Youtube, för er som är intresserade kan ni ta del av dem på www.youtube.com/watch?v=FTOy7ppuP74. Vi har även



Foto: Magnus Malmström

En av dagens alla hjältar!

en Facebook-sida – "Världsdiabetesdagen Skåne" – som ni kan gå in på, gilla, och ta del av allt som händer under dagen! Huvudsyftet med dagen var liksom föregående år att samla in pengar till forskning, samt att uppmärksamma och sprida information och kunskap om diabetes.

Totalt gav dagen 60 000 kr till Barn-diabetesfonden, helt fantastiskt!

Vi vill tacka alla besökare, utställare, föreläsare, volontärer och er som medverkade under dagen på ett eller annat sätt, tack för att ni kom och med det bidrar till en bättre framtid för alla med diabetes. Tillsammans kan vi göra skillnad!

Barndiabetesfondens Lokalförening Skåne

Petter 'Pappakock' Ljungberg samlade in 50.500 kr!

Petter 'Pappakock' Ljungberg var den i särklass främsta orsaken till att Världsdiabetesdagen 2016 blev den mest framgångsrika i Lokalförening Skaraborgs historia. En månad innan Världsdiabetesdagen drog Petter igång en kampanj att sälja armband. Han jobbar som kock och har mat som brinnande intresse. Han bestämde sig därför för att de som beställde armband kunde önska vilken text de ville på armbandet, så länge det var mat- eller dryckesrelaterat.

- Ett alternativ hade varit att pärla armband där det står "bota diabetes", men jag tänkte att mat skulle sälja bättre, särskilt i och med att det är bland kockar jag har mitt kontaktnät, menar Petter. Det viktigaste var ju ändå att dra in så mycket pengar som

möjligt till Barndiabetesfonden!

Det visade sig att Petter fick helt rätt. Armbandsförsäljningen hade vid Världsdiabetesdagen dragit in fantastiska 50.500 kr! Egentid för Petter och hans sambo Ellinor har den senaste månaden handlat om att pärla armband, för beställningarna har strömmat in.

- Jag började med att fråga fem kända kockar om de ville köpa var sitt armband, och sedan ställa upp på en bild, berättar Petter. Det gjorde de gärna och när jag sedan la ut den bilden på sociala medier fick kampanjen ordentlig uppmärksamhet. De hade många följare i sin tur och fler och fler beställningar kom in.

Som exempel köpte hela junior-kocklandslaget armband till hela

truppen inför OS. Rapparen Petter Alexis köpte armband likväl som Niklas Ekstedt, Tommy Myllymäki & Sebastien Boudet. Många restauranger köpte dessutom till hela sin personal. Petter är efter kampanjen mycket stolt, men nästan lite chockad:

- Otroligt att man kan komma upp i sina summor, egentligen enbart via kontakter i sociala medier, avslutar Petter.

Det är inte bara Petter som är stolt, Barndiabetesfondens Lokalförening Skaraborg är också oerhört stolta över att ha en så aktiv och engagerad styrelseledamot!

*Thomas Andersson
Barndiabetesfondens lokalförening Skaraborg*

En diabetikers packlista – lättare skriven än genomförbar

Jag heter Saga och är nitton år gammal. Jag förmodar väl att jag fortfarande håller på att lära känna mig själv, men jag tror mig vara en enkel människa. Jag känner att det inte finns tid för att ta livet på alltför stort allvar redan. Efter studenten i somras från teaterlinjen arbetar jag på äldreboende och tycker det är riktigt kul. Jag gillar mina gubbar och gummor! Nu har jag dock bestämt mig för att ge mig ut på ett riktigt äventyr...

När jag skriver detta, utvilad och några nyanser mörkare i hudtonen än vanligt, är jag just hemkommen efter en veckas sol och bad på Fuerteventura, men inom kort bär det av igen. Den 28:e november avgår planet mot New York. Väl där ska jag tillbringa fyra dagar med att utbildas och lära mig mer om de plikter man har som au pair. Självt har jag typ 1 diabetes, vilket jag haft sedan jag var tre år, och jag kan inte föreställa mig ett liv utan sjukdomen. Under det kommande året kom-

au pair, och den sista månaden planerar jag att resa runt på egen hand för att uppleva de amerikanska stäpperna och en del av landets sevärdheter. Jag ska bo utanför Denver i Colorado hos en trebarnsfamilj, och det ska bli SÅA spännande. Stämmer alla fördomar om USA tro?

Utöver frågor kring mobil och abonnemang, val av skor och kläder (skor lär bli svårval), visumansökning och kostnader, polisutdrag och internationellt körkort etc... så har jag ju dessutom diabetesen att ha hänsyn till.

Från början insåg jag inte det omständliga med att packa, enbart för att jag har diabetes. "Det är ju bara att packa med sig så mycket diabetesgrejor som möjligt, och sedan skicka över resten när förrådet börjar ta slut?". Det skulle jag knappast säga idag. Jag har insulinpump och sockermätaren Libre (vilken jag för övrigt är SÅ tacksam för), och det förutsätter lite mer planering.

Först och främst: ett recept håller i ett år, efter det behöver det förnyas. "Jaha, men då är det ju bara att förnya



Saga Abramsson.

under det kommande året, eftersom jag ska vara där i 13 månader. Förhoppningsvis – och troligtvis – kommer min svenska familj besöka mig någon gång under året, men det är inget vi kan ta för givet.

Vi har inte löst alla detaljer riktigt än. Summan av kardemumman blir helt enkelt: till USA kommer jag med två stora resväskor, varav en fylls med personliga pinaler och den andra med diabetesgrejor. I den kommer det ligga ett "tremånaderskit" för varje område av sjukdomen - ett med lancetter, ett för slangset... Tremånadskitet med sensorer, samt 13 månaders förbrukning av insulin, får åka i handbagaget med tanke på kylan i lastutrymmet. Sedan får vi se.

Så, i dessa krönikor ska ni få höra om hur en vanlig amerikansk familj lever och hur en svensk tjej med diabetes kan komma att dela deras liv för en tid. Hur blir mina dagar? När ska jag hinna gå utbildningen som jag måste, samtidigt som jag ska passa barn både morgon, eftermiddag och kväll? Blir det kulturkrockar?

Ja, det kommer att bli mycket spännande att förtälja!

Saga från Blekinge

”-Det är ju bara att packa med sig så mycket diabetesgrejor som möjligt, och sedan skicka över resten när förrådet börjar ta slut?”

mer jag att dokumentera, dels om au-pair-jobbet och en äkta nära version av "den amerikanska drömmen", men framför allt berättat ur ett diabetesperspektiv. En kronisk sjukdom är inget hinder för att ge mig ut i världen, det gäller bara att planera lite mer!

Jag kommer till USA strax efter valet – ungefär samtidigt som du kan läsa detta – och sedan är det tänkt att jag ska stanna i 13 månader. De 12 första som

det och skicka över ett uttag till den 13:e månaden?" Alltså... ja, tanken var ju god, problemet är att medicin inte får postas hur som helst till USA. Läke-medel går inte igenom tullen, plus att temperaturen i ett flygplans bagageutrymme i regel är lägre än vad sockermätarens sensorer tål. Det innebär att diabetestillbehören på ett eller annat vis MÅSTE förflyttas på något annat sätt från Sverige till USA någon gång



Foto: Cecilia Hedström

Cornelia har hittills i sitt liv blivit medvetslös och krampat 4 gånger.

Tror du att man vänjer sig vid det?

Cornelia är 4 år gammal och har haft typ 1 diabetes sedan hon var 2 år gammal.

Hittills i sitt liv har hon tagit 5 100 sprutor och 7 300 blodsockerprov.

Stöd kampen mot typ 1 diabetes:

Pg 90 00 59-7

Swish 9000597





Friska småbarns glukosvärden mätta med CGM - kontinuerlig vävnads-glukosmätning

När en person fått diabetes är målet med behandlingen att bevara hälsa och livskvalitet. Diabetes typ 1 innebär att kroppen inte kan göra det nödvändiga hormonet insulin vilket istället tillförs med injektioner eller pump. Syftet är att normalisera ämnesomsättningen avseende kolhydrater, fett och protein. Behandlingen utvärderas och styrs med hjälp av upprepade mätningar av glukos, nuförtiden antingen som blodsocker eller vävnadssocker.

För högt blodsocker medför risk för komplikationer, t ex i form av hjärt-kärlsjukdomar, njursjukdom och ögonsjukdom. Dessa följsjukdomar orsakar lidande för den som drabbas och skapar behov av för samhället dyr sjukvård. Det viktigaste sättet att minska risken för komplikationer till diabetes är att undvika högt blodsocker.

För lågt blodsocker medför bränslebrist för många olika organ i kroppen, i synnerhet hjärnan. Detta kan orsaka trötthet, koncentrationssvårigheter, förvirring och inlärningssvårigheter och i värsta fall leda till medvetslöshet eller kramper.

En förutsättning för att kunna styra insulinbehandlingen så att glukosnivåerna blir så normala som möjligt är att man kan mäta glukosnivåerna på smidigast möjliga sätt. Det första steget i denna utveckling var då man lärde sig mäta glukos i urin. På så vis kunde man mäta att glukosnivåerna i alla fall inte varit alltför höga under de senaste timmarna. Det fanns då inget sätt att påvisa för låga glukosnivåer.

Nästa steg var att utveckla blodsockermätning för hemmabruk. Denna förbättring revolutionerade diabetesvården och gav många människor med diabetes större möjligheter att styra sin

egen insulinbehandling till mer hälsobefrämjande glukosnivåer. Ett problem är att provtagningen kan vara smärtsam. Ett annat problem med tekniken är att den kräver att andra aktiviteter avbryts för att genomföra blodprovstagningen med stick i fingret. Ytterligare ett problem är att blodprovet bara visar vad glukosnivåerna är just för stunden varför väldigt tät provtagning är nödvändig för att få en djupare förståelse för hur blodsockret varierar över dygnet.

Nästa utvecklingssteg har varit tillkomst av möjligheten att kontinuerligt mäta glukosnivåerna i underhudsfettet, så kallad CGM. Tillkomsten av denna teknik är ett stort utvecklingsprång. Man kan nu följa inte bara glukosnivåerna utan också få en indikation på hur glukosnivåerna håller på att ändras. Detta medför att användaren kan justera insulintillförseln på ett mer förutseende sätt och ofta undvika extrema glukosnivåer. CGM har kommit att bli förstahandsmetod för mätning av glukosnivåer hos små barn med diabetes.

En vanlig fråga från föräldrar som kommit till diabetesmottagningen med sina barn under de senaste åren har varit hur en glukoskurva med CGM skulle se ut hos ett friskt barn i samma ålder. Detta är en klok och viktig fråga. För att kopiera något behöver man veta hur originalet ser ut. Då sva-

ret på denna berättigade och återkommande fråga inte fanns i litteraturen beslöt vi på Drottning Silvias Barn och Ungdomssjukhus att samla in CGM-kurvor från friska barn i åldern 2-8 år. Vi bad dem som är experter på denna undersökningsmetod, dvs föräldrar till barn med diabetes som använder CGM, om hjälp. Studiedeltagarna var därför syskon till barn med diabetes.

Data från de första glukoskurvorna har nu sammanställts. De visar att friska barn har extremt jämna CGM-kurvor. Små skillnader kunde ses i dygnsmonster med något högre glukosnivåer på kvällarna och lite lägre värden under de första morgontimmarna.

När dessa CGM-kurvor analyserats vidare kommer de att göra nytta för barn med diabetes på olika sätt. Dels kommer de att kunna användas som en beskrivning av det mål som skall eftersträvas vid insulinbehandling av små barn med diabetes. De kan också tjäna som underlag då forskare analyserar om nya behandlingsformer och hjälpmedel bidrar till friskare utseende på CGM-kurvor hos barn med diabetes.

Frida Sundberg, Annika Reims och Gun Forsander är barnläkare på Drottning Silvias Barn- och Ungdomssjukhus och forskare vid institutionen för kliniska vetenskaper, avdelningen för pediatrik, Göteborgs universitet.



Barnen på bilden har ingen koppling till studien. Bild från pixabay.com

Unga Begåvningar bjöd på ljuv musik

Även i år arrangerades den 22 oktober en konsert i Hedvigs kyrka i Norrköping till förmån för Barndiabetesfonden. Det är Unga begåvningar som står för arrangemanget, en förening som utgörs av Norrköpings Tidningar, Lions och Barndiabetesfonden, där intäkterna från konserten fördelas mellan Barndiabetesfonden och en stipendiefond för unga musiker inom Norrköpings Tidningars spridningsområde.

Konserten är ett tillfälle för unga musiker att få framträda och få lite scenvana. Rutinerade konferencieren Ulf Holmertz peppade ungdomarna och skapade en positiv stämning redan från början, när han påpekade för publiken att "Var och en av dessa ungdomar kan vara en framtida stjärna!"

Så tio stycken framtida stjärnor gjorde uppskattade solistframträdanden, och Johnny Ludvigsson från Barndiabetesfonden fick berätta lite om sjukdomen och Barndiabetesfondens arbete för

forskningen. Stiftelsen är som alltid djupt tacksam för det stöd och bidrag som den årliga konserten med Unga Begåvningar ger. Vid tillfället delades också stipendier ut tillsammans med blommor och diplom till fyra nominerade ungdomar. Två av dem musiker som deltagit i konserten - Filip Johansson, gitarr, och Vidar Karls-

värd, violin - och två av dem musikal-artister - Oskar Lindström och Náthalie Andersson. Náthalie var faktiskt upptagen med att sjunga musikal på annan ort just denna kväll, så hon representerades av sin moster.

Redaktionen



Foto: Leif Hallberg

Emilia Engströms sång och pianospel i "Fiddler on the Green" komrades bland annat av en av årets stipendiater - gitarristen Filip Johansson.



Letar du efter en lösning som möjliggör mobilt och mer produktivt arbetsätt samtidigt som du kan behålla kontrollen?

Mobila enheter möjliggör att ni kan vara produktiva vart ni än är. Dock skapar de nya säkerhetsutmaningar. Din organisations data måste skyddas med nya metoder. Digitaliseringen är en prioritet hos alla organisationer för att bli effektivare, innovativare och mer konkurrenskraftiga, men det gör utmaningarna mer komplexa. Även om det nu är komplext, gör vår lösning det lätt för er.



Lösningen

Med hjälp av Microsoft Enterprise Mobility + Security, ger vi på Coligo er den kontroll som behövs för att skydda er organisations data. Med hjälp från Coligo så blir det en enkel implementering, den håller sig alltid uppdaterad och ni kan även använda traditionell infrastruktur som ni kanske redan har investerat i. Med Microsoft Enterprise Mobility + Security får ni en lösning för att hantera alla era enheter.

Coligo ger er en flexibel, pay-as-you-go-lösning för att möta behoven hos mobila användare samt för att skydda och säkra er organisations data. Vi maximerar din investering och ni betalar bara för det ni använder.

Coligo är en Microsoft Cloud Solution Provider och kan erbjuda en helhetslösning för ditt företag. Allt från licensinköp, implementation och support. Allt från en trygg och kompetent samarbetspartner med specialistkompetens inom Microsoft infrastruktur, både traditionell och nydanande.



Kontakta oss för mer information:

Telefon: 08214466

E-post: info@coligo.se

www.coligo.se

Hej igen!

Jag heter Sandra Åstrand och jag är 19 år. Jag gillar att segla, åka skidor, shoppa och spela instrument. Denna gång ska jag berätta om min relation till träning.



Som diabetiker är det extra viktigt att vara aktiv, men det vet vi ju redan. Dock är det väldigt svårt att få rutin om man inte är motiverad, har tid eller inte är speciellt intresserad av sport. Det är iallafall vad jag tycker.

Från en tidig ålder har jag testat på mycket och när det gäller träning har insett att jag gillar att träna självständigt



Träning handlar om att må bra, inte att pressa sig själv tills man inte kan stå upp

och helst inga bollsporter då jag är bollarädd. Bara av att veta detta har det blivit mycket lättare att hitta motionsformer som jag faktiskt tycker är roliga såsom simning, cykling, karate, löpning och att gå till gymmet.

Det tråkiga är att det inte bara gäller att hitta något som man gillar, utan man måste också få tid till att träna. För mig har det varit svårt att få in träning i schemat, speciellt under min gymnasietid då all min fritid gick till orkestrar och plugg. Som tur var hade mitt gymnasium ett eget gym som jag och mina kompisar lånade när vi hade håltimmar. Men nu, efter gymnasiet och utan allt plugg har jag haft mer tid att träna och har nu fått en bra rutin som passar mig.

Något som också är viktigt, som jag nämde tidigare är att man känner sig intresserad och motiverad för att man ska kunna bibehålla rutinerna. Man behöver inte alltid tycka att det ska bli kul att träna, men man kan fortfarande känna sig motiverad. Det finns många olika källor till att känna sig motiverad. Sätta tydliga mål är viktigt, både kort- och långsiktiga. Vad är det du vill uppnå? Kunna springa längre, simma snabbare, ha kul eller bara få sitt blodsocker jämnare? Alla mål är personliga och inga mål är fel.

Lika viktigt som att vara aktiv är även att ta pauser, både mellan träningar och under passet. Att köra för hårt har sina konsekvenser och det är väldigt lätt att skada sig och bli överansträngd, så lyssna på din kropp. Utmana dig själv, bryt inte

ner dig! Ännu viktigare är det ju som diabetiker att verkligen känna efter hela tiden och hålla koll på blodsockret så man inte får känning. Under det passet du faktiskt får känning, ta den tiden du behöver, stressa inte! Träning handlar om att må bra, inte att pressa sig själv tills man inte kan stå upp.

Med all prat om träning och att vara aktiv kan man lätt glömma vilken stor betydelse maten har. Äter man inte, orkar man inte. Det gäller att ge kroppen rätt energi för rätt träning. Ät god varierad mat som fungerar för din kropp och din diabetes. Det ska inte vara pest och pina att äta och det är kul att testa nytt och anpassa det för sina egna behov, så ge din kropp den energi den behöver. Se även till att alltid ha minst 1 (helst 2) paket dextro i träningsväskan (man lär sig den hårda vägen).

Mina tips till dig är att först och främst testa dig fram och hitta någon aktivitet du tycker är kul och som du kan utvecklas inom. Skaffa tid till att träna, så får du tid tillbaka. Finna den motivation du behöver, om det är sätta mål, skriva träningsplanen eller tävla så är det upp till dig. Glöm inte att vila och äta rätt, så din kropp orkar. För enkelhetens skull, glöm inte dextron!

Detta var allt för mig denna gång!

Hejdå!

Syns i nästa nummer!

Igelkottar söker nya hem!

Hjälp Barndiabetesfondens kramgoa maskot Sticke hitta hem, och hjälp samtidigt forskningen bygga en bättre framtid för barn och ungdomar med diabetes!

Gosiga igelkotten Sticke passar perfekt som gåva vid speciella tillfällen, när du vill ge något till den som förtjänar det lilla extra!

Sticke finns i tre olika storlekar:

Lill-Sticke är 15 cm och kostar 75 kr

Mellan-Sticke är 30 cm och kostar 160 kr

Jätte-Sticke är 101 cm och kostar 3.000 kr

Det går också att köpa lådor
om 50 st Lill-Sticke för 3.000 kr,
eller 30 st Mellan-Sticke för 3.870 kr.

Besök vår nätbutik på <http://www.barndiabetesfonden.se/Butik/>

eller kontakta kansliet på tel: 013-10 56 90

e-post: kansli@barndiabetesfonden.se

Frakt och faktureringsavgift tillkommer.



Slutsprint fram till jul!



Barndiabetesfondens julkort
kommer i förpackningar om 8 st
kort med olika motiv och kostar
40 kr/förp.

***Nu ska vi tömma lagret och ger
mängdrabatt!***

Vid köp av 3 förpackningar betalar
du endast 100 kr för alla tre.

Vid köp av 6 förpackningar betalar
du bara 150 kr för alla sex!

Porto tillkommer.

Beställ julkorten från kansliet på
telefon 013-10 56 90, per e-post
till kansli@barndiabetesfonden.se
eller via vår hemsida
www.barndiabetesfonden.se/Butik

NU GODKÄND FÖR ÄLDRE 4-17 ÅR*

FRIHETEN ATT DRÖMMA UTAN LANSETTER¹



Välkommen till flash glukosmätning

Med FreeStyle Libre Systemet kan du och ditt barn kontrollera glukosvärdet utan rutinmässiga fingerstick.²



Varför sticka när du kan skanna?²



FreeStyle
Libre

FLASH GLUKOSMÄTNINGSSYSTEM

Läs mer på www.FreeStyleLibre.se

Abbott

*Indikationen för barn (4–17 år) är begränsad för de som övervakas av en anhängigvårdare som är över 18 år. Anhängigvårdaren ansvarar för att hantera eller hjälpa barnet att hantera FreeStyle Libre Flash glukosövervakningssystem och även för att tolka eller hjälpa barnet att tolka resultaten från FreeStyle Libre.

¹Skanna sensorn kräver inga lansetter.

²Ett fingerstickstest med en blodglukosmätare krävs under tider med snabbt ändrande glukosnivåer då glukosnivåerna i den interstitiella vätskan inte riktigt återspeglar blodglukosnivåerna, eller om systemet rapporterar hypoglykemi eller överhängande hypoglykemi, eller när symtomen inte överensstämmer med systemets avläsningar.

FreeStyle and related brand marks are trademarks of Abbott Diabetes Care, Inc. in various jurisdictions. Rev 1, SEFSLibre160034, Feb 2016

Kassören rapporterar

Denna period omfattar tiden
2016-09-01 till 2016-10-31

Högtidsdagar, födelsedag, bröllop	27 201:-
Insamlingar, bössor mm	53 708:-
Autogiro	194 880:-
Bidrag från privatpersoner	215 973:-
Till minne av	239 814:-
Kyrkliga aktiviteter	16 986:-
Testamenten	93 178:-
Bidrag från LION-klubbar	120 231:-
Bidrag från föreningar	54 131:-
Samarbetsavtal företag	100 000:-
Bidrag från företag	205 427:-

Team tappra barn	6 000:-
Lokalföreningar	172 892:-
Swish	103 575:-
SMS gåva	13 150:-
Blodgivare	7 855:-
Charity Storm/Inspons	21 505:-
Ladies Circle	13 830:-
Returpack	23 845:-

Totalt 2016-09-01—10-31
1 684 181:-

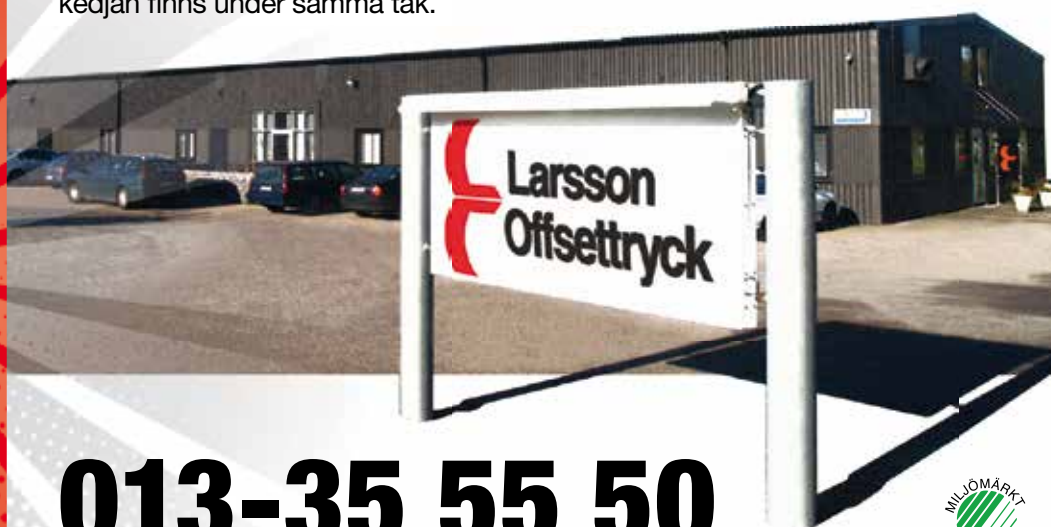
Bidrag från Barndiabetesfondens Lokalföreningar

BDFs Lokalförening Skåne	130 961:-
BDFs Lokalförening Linköping	20 000:-
BDFs Lokalförening Dalarna	17 400:-
BDFs Lokalförening Uppsala	3 000:-
BDFs Lokalförening Stockholm	1 131:-
BDFs Lokalförening Skaraborg	400:-



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



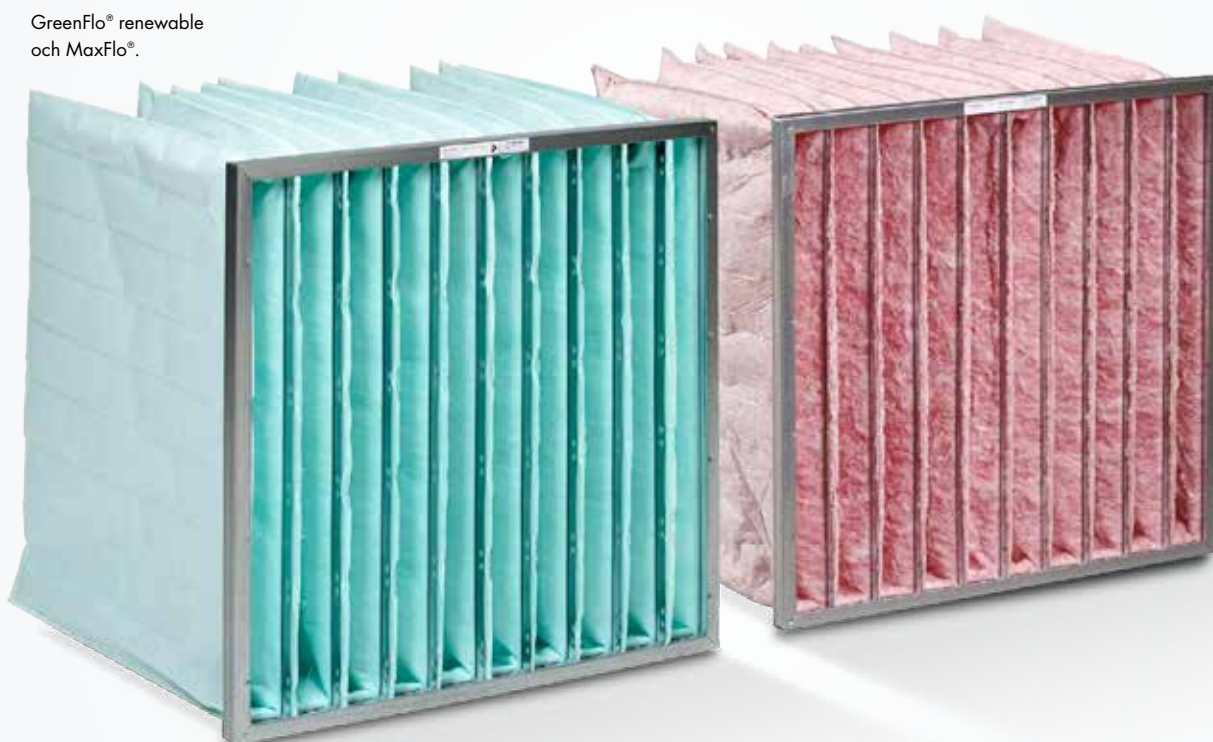
Larsson Offsettryck AB • Häradsjärsgatan 7 • Box 1529 • 581 15 Linköping

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.

GreenFlo® renewable
och MaxFlo®.



Tel: 0143-125 80. www.dinair.se



Foto: Cecilia Hedström

Cassandra har hittills
i sitt liv tagit
44 165 insulininjektioner.

**Tror du att man vänjer sig
vid det?**

*Cassandra är 13 år gammal och har haft
typ 1 diabetes sedan hon var 2 år
gammal.*

*Hittills i sitt liv har hon tagit 44 165
insulininjektioner och 48 180 blodprov.*

Stöd kampen mot typ 1 diabetes:

Pg 90 00 59-7

Swish 9000597



Barndiabetesfondens samarbetspartners



EKOXEN, LINKÖPING
BY CHOICE HOTELS

Samarbetspartner
sedan 2008



Lions har varit fondens
samarbetspartner sedan
1989 och är en av fondens
större bidrags-givare. Innehar
en ordinarie styrelseplats
i fonden



Samarbetspartner
sedan 2006

Handelsbanken

Samarbetspartner
sedan 2007.
Förvaltar och hanterar
fondens kapital



Samarbetspartner
sedan 2007.
Ställer upp för fonden
i många publika
sammanhang

SANOFI DIABETES

Samarbetspartner
från 2009

Swedbank

Robur

Samarbetspartner
från 2010

Dinair

Tel: 0143-125 80. www.dinair.se

Samarbetspartner
från 2011

Larsson Offsettryck
Häradsålgatan 7, Box 1529, 581 15 Linköping

Samarbetspartner
från 2009

BEHIND EVERY GREAT WEBSITE...
EPISERVER

Samarbetspartner
från 2010

BRUMMER & PARTNERS

Samarbetspartner
från 2016

SOGETI

Samarbetspartner
från 2010

Rubin
medical

Samarbetspartner
från 2015



Stöd kampen mot barndiabetes!
Pg 90 00 59-7



Jag vill bli medlem i Barndiabetesfondens Riksförening

- | | |
|---|------------|
| ☐ Enskild person | 200 kr/år |
| ☐ Familj | 350 kr/år |
| ☐ Organisation/företag | 1000 kr/år |

**OBS! att medlemskap måste stå i
myndig persons namn!**

Födelsedata

Namn (vuxen):

Adress:

Postnr:

Telefon:

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 | kansli@barndiabetesfonden.se | Bankgiro: 900-0597