



# Stricket

## Barndiabetesfonden

NR 1 2016 ÅRG. 23

Medlemstidning från Barndiabetesfonden  
och Barndiabetesfondens Riksförening



Beskyddare:  
HKH Kronprinsessan Victoria



Forskningsanslag 2015

# Nytt rekord!

Hela listan  
- se sidan 8

## Aktuella projekt

Läs om finansierad forskning  
på sidorna 4 och 14



## Kallelse till årsmöte i Barndiabetesfondens Riksförening

År 2016

Lördagen den 2 april

Årsmötet äger rum på Hotel Ekoxen, Klostergatan 68, Linköping.

Kl.11.45 Samling

Kl.12.00 Lunch

Kl.13.00 Årsmöte

Kl.14.30 Lena Hanberger, diabetessköterska och lektor vid Medicinska fakulteten, Linköpings universitet, håller föredraget "Så mycket bättre".

Kl.15.00 Kaffe med avslutande diskussioner mellan deltagarna.

**Inbjudan gäller endast medlemmar i Barndiabetesfondens Riksförening.**

Anmälan om deltagande meddelas Barndiabetesfondens kansli på telefon 013 –10 56 90 eller via e-post [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se) senast den 24 mars.

Eventuella motioner till årsmötet skall vara Barndiabetesfondens kansli tillhanda senast 15 februari 2016 för att kunna behandlas på årsmötet.

*Med vänliga hälsningar*

*Barndiabetesfondens Riksförening*

*Styrelsen*

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: John Svedlin

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](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)

Tel: 013-10 56 90

ISSN 1400-8505

Manusstopp och utgivningsdatum för 2016:

| Nr | Manusstopp  | Utgivningsdag     |
|----|-------------|-------------------|
| 2  | 18 april    | Maj               |
| 3  | 22 augusti  | September         |
| 4  | 15 november | November/December |

# Framåt!

2015 slog vi åter rekord! Visserligen fortfarande tack vare en betydande slutsumma från Lions Röda Fjädern, men också tack vara en ökande medvetenhet runtom i Sverige om såväl diabetes hos barn som om Barndiabetesfonden! Enskilda personer, från jätteduktiga barn, ungdomar, föräldrar och syskon, till kändisar som Peter Jidhe och Björn Frantzén har berättat i press och i sociala medier, spritt budskapet om vilken avskrädd sjukdom det handlar om, att ingen botas, och hur tungt det kan vara även med de modernaste hjälpmedel, att alltid behöva planera, tänka, ta hänsyn och ha koll. Och det har kommit fram hur lite stöd till forskning Barndiabetesfonden fått i förhållande till så många andra fonder och områden.

Allt fler Lokalföreningar har också bildats och gör insatser! Det märks verkligen att många bäckar små gör en stor å! Nu har vi vind i seglen! Låt oss utnyttja det! Fortsätt sprida information, utnyttja alla kanaler via sociala medier, nätverk, tidningsartiklar, kontakter i vänskrets och på arbetsplats. Det är inget att skämmas för att tala i egen sak. Vem skulle skämmas för att kämpa för att det egna lidandet upphör, den egna sjukdomen botas!? Diabetes är väl inte sämre sjukdom än någon annan, inget man behöver hålla hemligt, inget för vilket man inte har rätt att tigga pengar till forskning.

För med resurser finns det möjligheter! Möjligheter att få ett bättre liv, en smidigare behandling, mindre oro, och färre komplikationer. Att leva länge är jätteviktigt, men målsättningen måste ändå vara att bota, att bli friska, att inte behöva bli sjuka i denna vedervärdiga sjukdom. Inget barn och ingen ungdom – och ingen vuxen heller – ska behöva få eller ha typ 1 diabetes. (Och inte typ 2 diabetes heller förstås, men där finns faktiskt redan möjligheter att



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

förebygga som tur är.)

I Sverige har vi näst Finland världens högsta frekvens av typ 1 diabetes hos barn. Vi har mycket goda förutsättningar att studera vad som kan orsaka sjukdomen eftersom vi kan följa

len tillsammans med läkare som i sin tur måste friställas från sitt rutinarbete ibland, och det behövs laboratorieassistenter på laboratorierna som kan analysera proverna, och forskare som kan sammanställa resultaten, se sammanhangen, och dra slutsatserna. Detta är människor som inte kan leva på luft, utan som måste få lön som alla andra. Pengar. Tyvärr kostar forskning pengar! Det är därför Barndiabetesfonden behövs, den fond vars ändamålsparagraf är glasklar: "att stödja forskning som syftar till att förebygga, bota eller lindra diabetes hos barn och ungdomar" – och naturligtvis kommer även vuxna diabetiker att få glädje av de framsteg forskningen gör.

Nu ger vi järnet! Om alla kan sprida information till sina vänner, på sin arbetsplats, bland sina bekanta, kanske värva var sin ny medlem till Barndiabetesfondens Riksförening (och ev lo-



## Med resurser finns det möjligheter!

våra barn och vi kan kartlägga miljön bättre än i de flesta länder. Så vi har både möjlighet och ansvar. Samma gäller kliniska studier för att se vad som faktiskt stoppar upp sjukdomsprocessen. I många länder kan man inte göra studier därför att man inte kan följa upp sina patienter, men i Sverige finns förutsättningarna.

Och det finns många behandlingar som borde testas, både nya läkemedel och inte minst nya kombinationer av redan existerande metoder och läkemedel. Det är i mångt och mycket en resursfråga. Sjukvården är hårt pressad så det krävs forskningsresurser för att bekosta forskningssköterskor som tar prover, genomför den kliniska de-

kalförening), om alla kan värva var sin autogirogivare, om några kan förmå sitt företag att skänka sin good will-sponsring till Barndiabetesfonden, om opinionen kan övertyga Postkodlotteriet om att Barndiabetesfonden bör vara en självklar förmånstagare, om Springslanten i skolorna från nu kunde gå till Barndiabetesfonden, om fler kunde ordna välgörenhetsgolf, -tennis, -fotboll, musikaliska evenemang, Lucia... allt mellan himmel och jord... DU har idéerna!

TACK för din insats! Vi ska vinna, eller hur? Vi ger oss INTE!!

Johnny Ludvigsson



# Personcentrerad vård och behandling till barn och unga med diabetes

**Tack vare insulin och modern teknik går det att leva med typ 1 diabetes, men behandlingen är intensiv och konstant, och inte minst ungdomar kan komma att uppleva den som en ohanterlig börda. Ett av Barndiabetesfondens stadgade ändamål är därför att stödja forskning som syftar till att underlätta livet för dem som drabbats av typ 1 diabetes, och i Stockholm pågår flera sammanlänkade studier kring barns och ungdomars upplevelser och hantering av sin diabetes. Vi presenterar därför i detta nummer av Sticket två av dessa projekt, som båda fått stöd från Barndiabetesfonden. Anna Lindholm Olinder finns i ledningen för båda projekten, och här presenterar hon det ena.**

I Sverige har närmare 7000 barn och ungdomar typ 1 diabetes. De behandlas med flera dagliga injektioner med insulinpenna eller med insulinpump. Trots stora tekniska framsteg inom behandlingen av diabetes har många barn och ungdomar med diabetes svårt att uppnå en bra blodsockerkontroll, vilket ökar risken för komplikationer senare i livet. Flickor i tonåren verkar ha svårast att uppnå en god blodsockerkontroll.

Egenvården vid diabetes kräver ett aktivt engagemang från både barnet/ungdomen med diabetes och föräldrarna. Under tonåren kan ett bristande intresse att ta hand om sin diabetes och svårigheter att integrera diabetes i livet göra att blodsockerkontrollen försämras. Täta konflikter om diabetes-egenvården inom familjen kan också

medföra försämring av blodsockret. Ansvarsfördelningen för diabetes-egenvården mellan tonåringen och föräldrar är ofta oklar och behöver tydliggöras.

Det är oerhört viktigt att finna bra metoder för att stödja tonåringens egen förmåga att hantera diabetes-egenvården. Vi kommer i en studie att pröva en wundervisningsmetod som kallas Guided Self-Determination Young (GSD-Y). I en dansk studie på vuxna med diabetes visades att metoden gav förbättrad glukoskontroll, speciellt hos unga kvinnor, samt en ökad handlingsberedskap för att möta svårigheter i diabetes-egenvården. Metoden ska hjälpa tonåringen att integrera livet och diabetes. Den avser också att vägleda tonåringen till att bli självbestämmande och få kunskap för att tillsammans med föräldrar och diabetesteam hantera svårigheter i diabetes-egenvården. Delar av forskningsteamet deltar i en pågående studie där GSD-Y används i grupp i samband med pumpstart. I denna studie provas metoden individuellt på flickor mellan 15 och 20 år och deras föräldrar. Studien kommer att göras på Sachsska barn- och ungdomssjukhuset och på Ersta sjukhus i Stockholm.

Det är viktigt att ha en diabetesbehandling man är nöjd med. Det saknas svenska frågeformulär för att mäta nöjdheten med behandlingen hos barn och ungdomar med diabetes och deras föräldrar. Det finns engelska frågeformulär som mäter detta. De kallas DTSQ (Diabetes Treatment Satisfaction Questionnaire) tonåring/förälder. I en pågående studie håller vi på att översätta dessa frågeformulär.



Bild från pixabay.com

När översättningen är klar kommer vi undersöka hur nöjda barnen och ungdomarna och deras föräldrar är med den diabetesbehandling barnen och ungdomarna har. Vi kommer också att undersöka om nöjdheten är olika beroende på om man använder insulinpump eller insulinpenna och om de som är nöjdare har en bättre blodsockerkontroll. Studien kommer att göras på Sachsska barn- och ungdomssjukhuset.



*Anna Lindholm Olinder är specialistsjuksköterska i pediatrik vid Karolinska Institutet i Stockholm.*

# Ordföranden har ordet...

## REKORD IGEN!

Och det är tack vare alla er bidragsgivare och ideellt engagerade! Tack också till våra 13 lokalföreningar för ert fina jobb. Att vi tillsammans jobbar som ett lag, ett team, gör att vi tagit ytterligare ett steg på trappan som förre ordförande skrev en gång. Men det finns många trappsteg kvar, och jag är nyfiken på vad som väntar på nästa steg.

Jag läste just om någon som varit i en mataffär och där fanns en av våra insamlingsbössor, vilket denne någon tyckte var toppen. Att hens sjukdom

fick synas. Visst borde fler affärer ha vår insamlingsbössor! Något för oss att förverkliga under året.

Känner du att du kan ge lite av din tid till Barndiabetesfonden tveka inte att höra av dej till din lokalförening eller kansliet! Ju fler vi blir ju mer kan vi göra för att synas och sprida kunskap om typ 1 diabetes. På så sätt kan vi kanske ta fler trappsteg i år. För att forskningen ska ta ytterligare steg på sin trappa för att lösa gåtan typ 1 diabetes.

För detta måste vi se till; att 2016 blir ännu ett nytt rekordår!



Foto: Anna Järpe/Barndiabetesfonden

Pia Gustafsson, ordförande  
Barndiabetesfondens Riksförening



Foto: Michael Nydén

# En ros är en ros är... hopp!

Under de senaste åren har några av Barndiabetesfondens supportrar anammat en fin tradition i samband med Alla hjärtans dag den 14 februari – att HOPPa en ros! År 2014 noterade floristen Ellinor Johansson att många av de rosor som det säljs mest av till Alla hjärtans dag, ligger på runt femtiolappen i pris. Varför inte, frågade sig Ellinor, hoppa över en enda ros i buketten, och istället SMSa HOPP till 729 29 – och därmed skänka 50 kr till Barndiabetesfonden?

Barndiabetesfonden kan naturligtvis inte tycka annat än att det är en strålande

idé! Så inför stundande större blomsterhögtider – Alla hjärtans dag, och i år även Skottdagen den 29 februari – vill vi gärna sprida uppmaningen så brett vi kan: HOPPa en ros i år! Köp en ros mindre, och SMSa istället HOPP till 729 29 för att stödja forskningen kring diabetes hos barn och ungdom med 50 kr. Eller Swisha din ros! Skicka valfri summa via Swish till 9000597 – det går förstås precis lika bra!

Redaktionen



Bild från pixabay.com

## Fråga Johnny

Vill du också  
fråga Johnny?

Skriv ett mail till  
Johnny.Ludvigsson@liu.se  
så får du hjälp!

Det kom ett mail med 10 frågor från en farmor. Tack för dem! Jag inleder med att besvara de tre första:

1. Antar man kan ha anlaget för diabetes latent, sedan händer något och det bryter ut?
2. Bryter diabetes ut endast i samband med annan sjukdom, förkylning etc eller chock, psykisk oro?
3. Eller kan dåligt leverne göra att man får sjukdomen, t ex övervikt för lite rörelse?

*"Orolig farmor"*

### Hej!

Tack för ditt mail! Alla dina frågor är berättigade. Föräldrar vars barn får diabetes får förmodligen bra information och svar på dessa frågor redan när barnet insjuknar, men många mor- och farföräldrar får inte den informationen, eller i bästa fall bara i andra hand. Dessutom vore det bra om allmänheten visste mer om typ 1 diabetes,

den diabetessjukdom som dominerar bland barnen, för det finns mycket okunskap som lätt leder till att många tycker att "de får skylla sig själva"; att det är deras eget fel att de fått sjukdomen.

**Svar Fråga 1:** Ja, oftast har man "anlag" dvs en ärftlig läggning. Den läggningen är mycket vanlig i Sverige, så pass att 30-40% av befolkningen har dessa anlag, även om sedan bara en mycket liten del någonsin får typ 1 diabetes. Samma anlag, egentligen att råka ut för att det egna immunförsvaret angriper egen vävnad, bidrar till att en del får andra besläktade sjukdomar som ex rheumatoid artrit, nedsatt funktion av sköldkörteln eller celiaki/glutenintolerans. Men; detta betyder inte att sjukdomen är ärftlig! En del familjer har anlag för högriskbeteende, beteende som kan öka risken för att de ska råka ut för olycksfall, med man brukar sällan räkna ex trafikolyckor, trillan ner från träd eller bergsklättring

som ärftligt. Så är det med typ 1 diabetes. Anlag ökar risken, men sen är det miljöfaktorer som avgör, och dessa är okända!

**Svar Fråga 2:** Nej, typ 1 diabetes kan bryta ut som en blixtnedslagen från klar himmel. Visserligen är det så att faktorer som ökar insulinbehovet, ex infektioner, svår stress, pubertet, snabb tillväxt mm, kan vända lasset, få sjukdomen att bryta ut, och kanske kan sådana faktorer rentav bidra till att sjukdomsprocessen startar (vilket man inte är helt säker på), men i många fall finns ingen sådan påvisbar förklaring. Typ 1 diabetes är en gåta!

**Svar Fråga 3:** Jag är tveksam till att ens tala om dåligt leverne som orsak till fetma, även om jag håller med om att vi, i varje fall vi vuxna, har ett ansvar för vad och hur vi äter, hur mycket vi rör oss etc. Sedan har olika människor mer eller mindre lätt för att gå upp i vikt, och när det gäller barn så är det svårt att skuldbelägga barnen själva för att de rör sig lite och äter för mycket. Det är i stor utsträckning föräldrarnas ansvar. Vad gäller diabetes, så vet man att typ 2 diabetes (förr kallat åldersdiabetes) delvis beror på övervikt och för lite fysisk aktivitet, men när det gäller typ 1 diabetes som barn och ungdomar huvudsakligen får, så finns det inget klarlagt samband. Det KAN vara så att den sortens livsstil ökar risken även för typ 1 diabetes, men det vet vi inte. Orsaken till typ 1 diabetes är en gåta, och därför är det ingens fel när man får typ 1 diabetes – det är inte ett straff för att man levte fel!

Vänliga hälsningar,  
Johnny



Nyss fått diabetes typ 1 i familjen? Levte med sjukdomen i 40 år? Vi har produkterna för dig!

Hitta druvsocker i olika smaker, sötningsmedel, glutenfria mixer, snacks, choklad och många andra varor. Hos oss finns också fakta och inspiration, massor av recept och annat som gör din vardag enklare!

Varmt välkommen till

[www.everydiabetic.com](http://www.everydiabetic.com)



# Bidrag som gör skillnad

Det kanske allra mest effektiva sättet att skänka pengar till välgörenhet är via månadsgåva! Månadsgåvan gör att man kan skänka lite åt gången och på det sättet ha råd med mer över en längre period. Månadsgåva ger oss i administrationen bättre översikt över gåvoinkomsterna, och underlättar för planering och budgetering. Och framför allt är månadsgåvan en gåva som genererar minimalt med administration – och därmed maximalt värde för forskningen!

Sedan länge har man kunnat regist-

rera månadsgåva via autogiro till Barndiabetesfonden. Det är ett enkelt och bekvämt sätt att skänka valfri summa varje månad. Uppgifter för att ge medgivande till dragning via autogiro hittar man via vår hemsida – <http://www.barndiabetesfonden.se/Stod-oss/Bli-manadsgivare/> – eller genom att kontakta Barndiabetesfondens kansli på telefon 013-10 56 90 eller e-post [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se).

**Sedan den 1 februari 2016 kan man också skänka 100 kr i månaden via SMS! Vi har utökat våra SMS-tjänster**

och kan nu också erbjuda möjligheten att automatiskt skicka 100 kr varje månad så länge du själv väljer! Genom att SMS:a texten **START UTROTA** till 72929 aktiverar du tjänsten och bidrar med 100 kr/månad tills vidare. Du avslutar genom att skicka **STOPP UTROTA** till 72929.

Självklart har vi även kvar våra vanliga SMS-nummer för engångsgåvor om man föredrar det! Se annons nedan.

*Med hopp om ett givande år 2016!  
Barndiabetesfondens kansli*



Bild: Anna Järpe/Barndiabetesfonden



SKICKA EN GÅVA 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



**SKICKA VALFRITT BELOPP PÅ  
SWISH NR 9000597**

# Fördelning av forskningsanslag från Barndiabetesfonden 2015

| Sökande                             | Projekttitel                                                                                                                                                                                              | Anslag              |
|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|
| Annika Lundstig, Malmö              | Maternal EV and parechovirus infection and risk of autoimmune (type 1) diabetes in the child                                                                                                              | 306 000 kr          |
| Per-Ola Carlsson, Uppsala           | Mesenchymala stamceller som behandling vid debut av typ 1 diabetes                                                                                                                                        | 600 000 kr          |
| Andreea Barbu, Uppsala              | A novel mitogen for human beta-cell regeneration                                                                                                                                                          | 231 000 kr          |
| Camilla Kappe, Uppsala              | Islet amyloid polypeptide (IAPP) and insulin; mechanisms underlying IAPP hypersecretion and amyloid formation                                                                                             | 79 000 kr           |
| Johnny Ludvigsson, Linköping        | Pilot-DIABGAD. Försök att med GADvaccin+Vitamin D+Ibuprofen rädda kvarvarande insulinsekretion hos barn med Typ 1 diabetes                                                                                | 611 000 kr          |
| Johnny Ludvigsson, Linköping        | Innovative approaches to preserve residual insulin                                                                                                                                                        | 155 000 kr          |
| Johnny Ludvigsson, Linköping        | Alla Barn i Sydöstra Sverige (ABIS) - ABIS-II. Studier av etiologi för Typ1 och Typ 2 diabetes, inklusive studier av epigenetik och tarmflora                                                             | 611 000 kr          |
| Frida Sundberg, Göteborg            | Kontinuerlig glukosmätning (CGM), framtagande av referensvärden för friska barn i åldern 2-8 år                                                                                                           | 117 000 kr          |
| Markus Lundgren, Kristianstad       | Cellular and humoral autoimmunity prior to clinical onset in secondary prevention of type 1 diabetes                                                                                                      | 231 000 kr          |
| Berglind Jonsdottir, Malmö          | Thyroid autoimmunity in children at risk for type 1 diabetes                                                                                                                                              | 117 000 kr          |
| Peetra Magnusson, Uppsala           | Cellular interactions of mesenchymal stromal cells in type 1 diabetes                                                                                                                                     | 155 000 kr          |
| Rosaura Casas, Linköping            | Immunomodulatory effect of Mesenchymal stem cells administration in type 1 diabetes patients.                                                                                                             | 335 000 kr          |
| Dan Holmberg, Lund                  | Funktionella och systemiska effekter av riskgensvarianter för T1D och AITD                                                                                                                                | 306 000 kr          |
| Anna Ek, Stockholm                  | Insulinresistens hos barn och ungdomar: mekanismer och kliniska effekter                                                                                                                                  | 117 000 kr          |
| Daniel Espes, Uppsala               | Transplantation av insulinproducerande celler i syresatta makrokapslar till patienter med typ 1 diabetes                                                                                                  | 413 000 kr          |
| Helena Elding, Malmö                | Diabetes Prediktion (DiPiS) och Prevention (DiAPREV-IT) i Skåne                                                                                                                                           | 611 000 kr          |
| Virginia Stone, Stockholm           | Investigation into the contribution of a leaky gut in enterovirus infections and virus-induced diabetes                                                                                                   | 231 000 kr          |
| Anna Lindholm Olinder, Stockholm    | Personcentrerad vård och behandling till barn och unga med diabetes                                                                                                                                       | 306 000 kr          |
| Olle Korsgren, Uppsala              | Quantitate MR imaging as a tool to characterize the ongoing pathophysiology in children with recent onset type 1 diabetes.                                                                                | 611 000 kr          |
| Johanna Thegerström, Kalmar         | Betydelse av nedsatt Heart Rate Variability – HRV som mått på autonom neuropati hos personer med diabetes typ 1                                                                                           | 231 000 kr          |
| Olof Eriksson, Uppsala              | New ways of looking at diabetes                                                                                                                                                                           | 183 000 kr          |
| Malin Fex, Malmö                    | Early defects in insulin secretion and beta cell function - Cause or consequence of genetic susceptibility to Type 1 Diabetes                                                                             | 117 000 kr          |
| Bryndis Birnir, Uppsala             | GABA regulation of normal immune cells and cells from type 1 diabetes patients                                                                                                                            | 155 000 kr          |
| Oskar Skog, Uppsala                 | Elucidating the etiology of type 1 diabetes                                                                                                                                                               | 300 000 kr          |
| Isabella Artner, Lund               | The role of Maf transcription factors in type 1 Diabetes                                                                                                                                                  | 231 000 kr          |
| Karin Åkesson, Jönköping            | Påverkar HLA-typ och autoantikroppar vid diagnos av typ 1 diabetes samt metabol kontroll de första fem åren efter diagnos samt under tonåren risken för komplikationer och risken för död hos unga vuxna? | 155 000 kr          |
| Annelie Carlsson, Lund              | The BDD-study, when research become clinical routine, a molecular epidemiology approach to the role of gene-environment interaction in T1D development.                                                   | 611 000 kr          |
| Annelie Carlsson, Lund              | Preservation of residual beta cell mass and prevention of Celiac Disease in children with new onset Type 1 Diabetes                                                                                       | 155 000 kr          |
| Malin Flodström Tullberg, Stockholm | The Role of Enterovirus Proteases in Beta Cell Destruction and Type 1 Diabetes                                                                                                                            | 611 000 kr          |
| Claude Marcus, Stockholm            | Childhood obesity co-morbidities                                                                                                                                                                          | 155 000 kr          |
| Corrado M. Cilio, Malmö             | Epi-DIAB, maternal factors influencing the risk of childhood diabetes: immune-epigenomic approach                                                                                                         | 322 000 kr          |
| Gunnel Viklund, Stockholm           | Ökad hälsorelaterad livskvalitet och förbättrad glykemisk kontroll hos insulinpumpbehandlade ungdomar med typ 1 diabetes                                                                                  | 231 000 kr          |
| <b>Totalt</b>                       |                                                                                                                                                                                                           | <b>9 600 000 kr</b> |

# Tack för din hjälp!

År 2015 kunde Barndiabetesfonden öka sin utdelning av forskningsanslag – igen! 9,6 miljoner kronor fördelades över 32 projekt, efter att 45 st ansökningar hade inkommit inom ramen för utlysningen. Det var 2,6 miljoner kronor mer än året innan, som i sin tur såg en ökning med en miljon jämfört med 2013.

”Det känns utomordentligt glädjande!” säger Barndiabetesfondens ordförande, senior professor Johnny Ludvigsson vid Medicinska fakulteten, Linköpings universitet. ”Även om vi naturligtvis skulle behöva öka anslagen flerdubbelt, så är det både uppmunrande för alla som stöder Barndiabetesfonden, och viktig stimulans för

forskningen att vi kan öka anslagen.”

Det kan Barndiabetesfonden – och forskningen – tacka dig för! Du som är medlem och du som handlar i vår butik. Du som ibland SMS:ar eller Swishar ett bidrag. Du som skänker en peng till forskningen istället för att köpa ännu en blomma vid särskilda tillfällen. Du som väljer att skänka en slant varje månad via autogiro. Tillsammans gav ni nästan tio miljoner till forskningen!

Varje pusselbit är viktig. Varje gåva räknas, och varje gåva växer med varje ytterligare gåva den kan inspirera till! Tack för att du stödjer Barndiabetesfonden – det kan du vara stolt över!

*Redaktionen*



Foto: Anna Järpe

## Barndiabetesfonden



Beskyddare:  
HKH  
Kronprinsessan  
Victoria

## The Swedish Child Diabetes Foundation's Johnny Ludvigsson-prize for excellent research in childhood and adolescent diabetes

The prize winner should be a Nordic citizen (of Denmark, Finland, Iceland, Norway, or Sweden) and have conducted research in diabetes

- clinically in children and adolescents and/or
- epidemiologically on childhood and adolescent diabetes and/or
- experimentally regarding type 1 diabetes. The use of biological samples from children and adolescents and a clinical association will be of great importance in the decision

The prize winners should be nominated by at least three Nordic researchers in diabetes. The motivation should include a description of the scientific achievement (maximum 1000 words in English) and the most important (maximum 20) scientific publications. The nomination must be available to the Prize committee by the 15<sup>th</sup> of May the year of the prize **at the latest**.

The prize winner will be selected no later than the 15<sup>th</sup> of June the year of the prize, by a Prize committee consisting of The Swedish

Child Diabetes Foundation's Scientific council, supplemented by the prize winners from the previous three years.

The award includes a sum of 250.000 SEK and a diploma.

The prize winner will be announced on Johnny Ludvigsson's birthday on the 16<sup>th</sup> of October, with the award to be presented at a subsequent ceremonial meeting or a major medical conference in a Nordic country. The prize will be presented primarily by the protector of The Swedish Child Diabetes Foundation, Her Royal Highness the Crown Princess Victoria, or by Johnny Ludvigsson, or by the chairman of The Swedish Child Diabetes Foundation. The prize winner will give a 40-minute presentation on her or his research.

The winner will then be required to attend the Prize committee voluntarily and without extra payment for the following three years.

*For more information, please contact [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)*

[www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

# Barn med typ 1-diabetes?

*Har du nyligen fått typ 1-diabetes och är mellan 8 och 18 år kan du vara med i läkemedelsstudien EDCR och undersöka om den egna insulinproduktionen går att bevara eller förbättra.*

## Diabetesvaccin prövas i läkemedelsstudie

I läkemedelsstudien EDCR undersöks effekten av vaccination med GAD-alum (Diamyd) i kombination med det inflammationshämmande läkemedlet etanercept (Enbrel) och D-vitamin. Målsättningen är att undersöka hur behandlingen påverkar immunsystemet och kroppens egen produktion av insulin. Ju tidigare efter diagnos en deltagare går in i studien, desto mer av den egna insulinproduktionen finns kvar att rädda. Läkemedelsstudien pågår vid ett flertal kliniker i Sverige.

## Du kan vara med om du

- har fått diagnosen typ 1-diabetes inom de senaste 100 dagarna
- är i åldern 8 - 18 år
- bor i närheten av Linköping, Uddevalla, Örebro, Västerås, Eskilstuna, Stockholm, Malmö, Helsingborg eller Lund

Tidigare läkemedelsstudier i en stor grupp nyinsjuknade barn med typ 1-diabetes har visat att behandling med GAD-alum (Diamyd) har en god säkerhetsprofil.

## Så här går det till

Läkaren undersöker dig och tar blodprov för att se om du kan vara med i studien. Om provresultaten tillåter, får du börja äta D-vitamin i 15 månader och ta sprutor med etanercept (Enbrel) en gång i veckan under tre månaders tid. Efter fyra veckor från starten träffar du läkaren igen och får vaccination med GAD-alum (Diamyd). Den andra och sista dosen GAD-alum (Diamyd) får du efter ytterligare en månad. Sprutorna ges under huden, på samma sätt som insulin. Du träffar din läkare regelbundet som kontrollerar att du mår bra.

Alla som är med i läkemedelsstudien får samma studieläkemedel. Det är frivilligt att vara med och kostar inget att delta och du kan när som helst avbryta studien.

**Är du intresserad och vill delta?**  
Anmäl ditt intresse så kontaktar vi dig.

Professor Johnny Ludvigsson  
Sponsor och huvudansvarig, EDCRII  
[johnny.ludvigsson@liu.se](mailto:johnny.ludvigsson@liu.se)

# Gör en God Handling

Vet du att du kan skänka pengar via ett nätköp du ändå skall göra?

Tänk att kunna stödja Barndiabetesfonden via nätköp du ändå tänkt göra! Du kan handla från CDON, Bokus, inkClub, Hotels.com, Ellos, SAS och över 500 andra välkända nätbutiker, och vid varje köp går det pengar till en välgörenhetsorganisation du själv har valt. Detta utan att det kostar något extra för dig. Det är detta vi kallar "En god handling", och via Godhandling.se kan du givetvis skänka pengar till Barndiabetesfonden.

Godhandling.se lämnar tre bra tips för nätshopping:

- Anmäl dig till Godhandlings nyhetsbrev och valfri organisation får 5 kr som tack!
- Gör det till en vana att alltid börja



på Godhandling.se när du ska handla via nätet, och tipsa dina vänner att göra samma sak!

- Uppmana företaget du jobbar hos att beställa resor, hotell och kontorsmaterial via Godhandling!

Varje krona är värdefull – gör en God Handling idag!

*En god vana! Börja dina shoppingturer på nätet med den här vyn. Via Godhandling.se får du möjlighet att stödja Barndiabetesfonden utan att det kostar dig en krona extra!*

## Världsdiabetesdagen i Norrbotten

Barndiabetesfondens Lokalförening Norrbotten bildades i april i år, och den 14 november, på den Internationella Världsdiabetesdagen, anordnades en första Familjeträff i lokalföreningens regi.

Samtliga barn i Norrbotten med typ 1 diabetes bjöds in tillsammans med sina familjer, och uppslutningen var mycket god. 71 barn, varav 36 med diabetes, och ungefär lika många föräldrar möttes på Leos Lekland i Luleå för att ha roligt och lära känna varandra. Avstånden är långa här i norr men det avskräckte inte, vissa familjer hade rest över 30 mil enkel väg för att komma på träffen!

Styrelsen informerade om föreningens syfte och om kommande aktiviteter. Nästa familjeträff går av stapeln i Boden i maj och därefter ses vi i Kiruna i augusti.

Kvällen innan Världsdiabetesdagen fanns lokalföreningens styrelse på Luleå Baskets hemmamatch för att informera och samla in pengar. Till vår hjälp hade vi ett basketlag bestående av 8-åriga flickor som var fantastiskt duktiga på att springa runt med insamlingsbössorna! Under periodpausen visades filmen med Helena Bergström på jumbotronen.

Helgens insamling och ett lotteri under familjeträffen resulterade i drygt tiotusen kronor till Barndiabetesfonden.

Lena Lindbäck  
Barndiabetesfondens  
Lokalförening Norrbotten



Foto: Stefan Fredriksson



## Barndiabetesfondens Lokalföreningars *Årsmöten 2016*

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

### Blekinge

Tid: Söndag 7 februari kl. 10.00  
Plats: Församlingshemmet Bräkne Hoby

### Dalarna

Tid: Söndag 7 februari kl. 15.00  
Plats: Hotell Moskogen Leksand

### Norrköping

Tid: Torsdag 11 februari kl. 18.00  
Plats: Café Vetekornet Norrköping

### Linköping

Tid: Måndag 15 februari kl. 18.30  
Plats: Hotell Ekoxen Linköping

### Skåne

Tid: Måndag 15 februari kl. 18.30  
Plats: Medborgarhuset Eslöv

### Gävleborg

Tid: Tisdag 16 februari kl. 18.30  
Plats: Agavägen 15 A i Sandviken

### Stockholm

Tid: Onsdag 17 februari kl. 18.00  
Plats: Astrid Lindgrens Barnsjukhus Solna

### Uppsala

Tid: Torsdag 18 februari kl. 18.00  
Plats: LloydsApotek Samariten Uppsala

### Värmland

Tid: Lördag 20 februari kl. 11.00  
Plats: Sjukhusbiblioteket Centralsjukhuset Karlstad

### Västerås

Tid: Söndag 21 februari kl. 12.00  
Plats: Västra Skepparbacken 18 Västerås

### Norrbotten

Tid: Söndag 21 februari kl. 15.00  
Plats: Sockenstugan Kyrkbyn i Gammelstad

### Skaraborg

Tid: Måndag 22 februari kl. 18.00  
Plats: Skaraborgs sjukhus Skövde

### Jönköpings län

Tid: Onsdag 24 februari kl. 18.30  
Plats: Länssjukhuset Ryhov Jönköping



## Swisha din gåva till Barndiabetesfonden

Swish-nummer: 9000597

Med Swish kan du skicka pengar direkt från ditt bankkonto till andras konton, via mobilnumret. Kontakta oss eller besök vår hemsida för att komma igång.

Vad händer om man kombinerar marknadens mest användarvänliga insulinpump<sup>1</sup> med det bästa CGM\*-systemet?<sup>2,3</sup>

**Animas® Vibe™  
med Dexcom  
G4® Platinum**

**Du får trygghet och en  
diabetesbehandling  
i världsklass<sup>2,3</sup>**



[rubinmedical.se](http://rubinmedical.se)

\* Kontinuerlig glukosmätning  
1. Barnard et al. J Diabetes Sci Technol March 2015 9: 231-236.  
2. Matuleviciene et al. Diabetes Technology & Therapeutics 16(11): 759-767, 2014.  
3. Damiano et al. Journal of Diabetes Science and Technology, OnlineFirst published April 21, 2014.

**Rubin**  
medical

**Köp vykort – stöd Barndiabetesfonden**



**Lagerrensning! Köp fyra förpackningar för 100 kr + porto, eller köp åtta förpackningar för endast 160 kr + porto! (Ord. pris 40 kr/förp. + porto)**

Än har inte vykortet spelat ut sin roll! Att få en handskriven hälsning med en personlig signatur är fortfarande det största beviset på att man tänker på den man skickar hälsningen till!

Därför kommer Barndiabetesfondens vykort ännu väl till pass i en alltmer datoriserad värld. Att det dessutom ger ett välkommet bidrag till forskningen gör ju bara saken ännu bättre!

Beställ dina vykort från Barndiabetesfondens kansli: telefon 013-10 56 90, e-post [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se) eller via vår hemsida [www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)



## Kan metoden "Guide till självbestämmande" leda till förbättrad livskvalité hos ungdomar?

Bild från unsplash.com



**Barndiabetesfonden stödjer ännu ett projekt som syftar till att underlätta för barn och ungdomar med typ 1 diabetes. Det presenteras här av Gunnel Viklund och Anna-Lena Brorsson.**

Typ 1 diabetes hos barn och ungdomar behandlas med injektioner eller insulinpump. Vid injektionsbehandling ges snabbverkande insulin till varje måltid och långtidsverkande insulin 1-2 gånger per dag. Insulinpumpbehandling är teoretiskt sett den mest fysiologiska behandlingen och innebär att en användaren förinställd dos med snabbinsulin tillförs kontinuerligt och med en knapptryckning ges en dos vid måltid. År 2014 använde ca 52 % barn och ungdomar i Sverige med typ 1 diabetes insulinpump.

För att undvika akuta och långsiktiga komplikationer så strävar man efter att ligga så nära normala blodsocker som möjligt. Detta ställer stora krav på både barn och föräldrar. För att nå dit behövs ett bra samarbete i familjen runt egenvården vilket kräver utbildning och stöd från diabetesteamet.

Många tonåringar med typ 1 diabetes har, trots insulinpumpbehandling, en otillfredsställande blodsockerkontroll. En orsak kan vara att man glöm-

mer ta sin måltidsdos. Studier har visat att diabetesrelaterade konflikter mellan barn och föräldrarna, kan leda till sämre egenvård. Det är viktigt att hitta metoder för att hjälpa tonåringar med insulinpump att integrera diabetes i livet, och genomföra en adekvat egenvård.

Guide till självbestämmande (Guided self-determination, GSD) är en metod som genom samtal hjälper människor att upptäcka och använda sin inneboende förmåga att ta kontroll över sitt liv. Ungdomar och föräldrar får hjälp att identifiera problem i egenvården och genom reflektion identifieras insikter och lösningar för att hantera saker som kan vara svårt t ex att ta insulin när man är med sina kompisar eller på lunchen i skolan.

I vår studie undersöks om samtal där GSD anpassat för ungdomar (GSD-Young) leder till färre diabetesrelaterade familjekonflikter, ökad upplevd hälsa och livskvalitet och förbättrad blodsockerkontroll. Ungdomar och deras föräldrar träffas i grupp, i samband med pumpstart. Åttio tonåringar (12-18 år) som startar pump i Stockholm inbjuds att delta i studien. Efter medgivande lottas ungdomarna antingen till samtal eller till kontrollgrupp. Båda grupperna får standardiserad pumpstartsutbildning. Den grupp som kom-

mer delta i samtalen träffas i grupp med fyra tonåringar och föräldrar vid sju tillfällen, varav tre är i anslutning till pumpstarten. Därefter träffas man en gång i månaden vid fyra tillfällen. Vid samtalen används arbetsblad som tar upp olika teman som man självständigt arbetar med innan träffen. Detta kan exempelvis vara att med en teckning beskriva sin diabetes, beskriva när man tar blodsocker och varför, beskriva vad man just nu tycker är svårt i livet med diabetes och om man vill förändra detta och i så fall hur snart osv. Hittills har 27 familjer deltagit i samtal och 22 familjer har lottats till kontrollgrupp.

Preliminära resultat visar att de som deltagit i samtalen med GSD-Y har lägre HbA1c vid 6 månader jämfört med kontrollgruppen. Dessutom upplever de ungdomar som deltagit i samtalen färre konflikter jämfört med kontrollgruppen.

Genom att använda GSD-Y hoppas vi kunna minimera diabetesrelaterade konflikter mellan ungdomar med typ 1 diabetes och deras föräldrar, och att detta ska leda till ökad upplevd hälsa och livskvalitet och förbättrad blodsockerkontroll. Hur ungdomarna upplevde deltagandet kommer även undersökas genom intervjuer med 20 ungdomar.



*Gunnel Viklund, MD, är handledare och Anna-Lena Brorsson är doktorand och ingår i ledningen för projektet vid Karolinska universitetssjukhuset.*

# Igelkottar söker nya hem!



Hjälp Sticke  
- Barndiabetesfondens  
kramgoa maskot -  
och hjälp samtidigt barn  
och ungdomar med diabetes  
till en bättre framtid!

Fyll i, klipp ut, och skicka in  
talongen till oss:

**Barndiabetesfonden**  
**Gränsliden 10**  
**582 74 Linköping**

Du kan naturligtvis också beställa  
via telefon **013-10 56 90**,  
e-post **kansli@barndiabetesfonden.se**  
eller i vår butik på **www.barndiabetesfonden.se**

**Tack för din beställning!**

**Ja, jag vill hjälpa! Jag beställer:**

..... st Lill-Sticke (15 cm) à 75 kr

..... st Mellan-Sticke (30 cm) à 160 kr

..... st Jätte-Sticke (101 cm) à 3.000 kr

..... st kart. (om 50 st) Lill-Sticke à 3.000 kr

..... st kart (om 30 st) Mellan-Sticke à 3.870 kr

*Frakt och faktureringsavgift tillkommer.*

Namn:.....

Adress:.....

Postadr:.....

Telefon:.....

E-post:.....

Barndiabetesfondens Riksförenings plusgiro: 34 55 54-0



## 96 öre om dagen

är vad det kostar för en familj per år att vara medlem i Barndiabetesfondens Riksförening och närmaste Lokalförening - några av de viktigaste pusselbitarna i kampen mot Sveriges vanligaste livshotande sjukdom bland barn och unga!

Ju fler vi blir, desto starkare bygger vi Barndiabetesfonden! Då kan vi påverka mer, informera fler, och samla in mer pengar till forskningen.

Du behöver naturligtvis inte själv vara drabbad av typ 1 diabetes för att bli medlem - alla bitar behövs för att vi ska kunna lägga hela pusslet.

Anmälningstalong finns på tidningens sista sida.

*PS: Ett enskilt medlemskap kostar endast 55 öre om dagen per år, och du företagare kan stödja den goda saken med ett företagsmedlemskap för 1000 kr/år!*



Bild från pixabay.com

# Hur går det för försöken att rädda kvarvarande förmåga att bilda eget insulin?

Kan man producera eget insulin i tillräcklig mängd så får man förstås inte diabetes. Vid typ 2 diabetes har man kvar förmågan i stor utsträckning, men insulinet räcker inte. Minskar man sin vikt (vid övervikt) ökar sin fysiska aktivitet och blir mer insulinkänslig, så kan man ibland återfå balans i systemet och klarar blodsockerbalansen, särskilt om man samtidigt minskar ner intaget av snabba kolhydrater.

Vid typ 1 diabetes så dör den egna insulinproduktionen tyvärr ut och då är man för sin överlevnad beroende av att insulin sprutas in i kroppen. Många,

mer än håften fortfarande efter flera år, har dock faktiskt kvar en viss liten del av sin förmåga att bilda eget insulin, och man vet att denna lilla förmåga är av stort värde. Den minskar risken både för syrabildning, svår hypoglykemi (insulinchock), och för sena komplikationer i ögon, njurar, nerver etc. Därför är det naturligt och bra att det görs mycket forskning för att försöka rädda kvarvarande förmåga att bilda insulin.

Vi i Sverige har särskilt goda förutsättningar att genomföra den här typen av forskning, både för att vi har lättare

än i många länder att följa upp våra patienter, och för att typ 1 diabetes är så vanligt. Det sistnämnda gör också att vi har ett stort ansvar; vi är ett rikt land med världens näst högsta frekvens av typ 1 diabetes, efter Finland.

De studier som bedrivs idag är oerhört viktiga och nödvändiga! Det finns många goda idéer, och skulle kunna finnas fler studier, men ofta sätter brist på resurser stopp! Barndiabetesfonden kan spela en avgörande roll för om vi ska lyckas – ju förr desto bättre!

*Johnny Ludvigsson*

## Följande studier pågår för närvarande:

- Vuxna ingår i studier där så kallade mesenchymala stamceller ges. Dessa tas först ifrån patientens benmärg, får föröka sig, och sen transfunderas de tillbaka in i patienten. En liten förstudie (pilotstudie) såg lovande ut. Huvudstudien, som leds av professor Per-Ola Carlsson, Uppsala, går framåt men det tar tid att få tillräckligt många patienter i studien.
- Vuxna deltar också i försök i Linköping under ledning av Johnny Ludvigsson, där GAD-alum – ett så kallat antigen som immunförsvaret slåss emot – sprutas in direkt i lymfkörtel tre gånger med 1 månads mellanrum (DIAGNODE). Samtidigt får patienterna vitamin D i relativt hög dos. Det har hittills gått utan problem. Fortfarande är inte studien fullt rekryterad, och det kan bli aktuellt att också gå ner i ålder till tonåringar.
- EDCR är en annan studie vid barn- och ungdomskliniker under ledning av Johnny Ludvigsson, där patienter i ålder 8-18 år får GAD-alum vaccination två gånger, men här till vitamin D och under 3 månader ett läkemedel (Etanercept) som med framgång används vid reumatoid artrit. Fortfarande krävs ett antal patienter in i studien innan vi kan studera resultatet.
- DIABGAD, som också leds av Johnny Ludvigsson, är en studie som nu pågått i 15 månader. Patienter 12-18 år fick GAD-alum x 2 + vitamin D + en liten grupp fick Ibuprofen. Studien ska pågå i 30 månader innan man kan utvärdera vad som förefaller ha bäst effekt.



*Ge 8000 barn en gåva!*

Varje dag får två barn i Sverige  
en livstidsdom.

Hjälp oss att ge dem hopp!

**Stöd kampen mot typ 1 diabetes:**

**Pg 90 00 59-7**

*Ge din gåva på*

[www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

**90** SVENSK  
INSAMLINGS  
KONTROLL



Foto: Per-Åke Öster

Hallsbergs luciakör: Lovisa Lindström, Emilia Lindström, Olivia Bergström, Michaela Westerberg, Tilda Håkansson och Flippa Ivarsson.

# Luciafirandet i Hallsberg 2015

2015 var det andra året som vi i Lions Club Hallsberg arrangerade kommunens luciafirandet. Vi samarbetade även i år med Hallsbergs församling, Kulturskolan och Hallsbergs Kommun. Hela arrangemanget bygger på att det finns en kör från kulturskolan som är samövade och i år började repetitionerna redan i september månad. Vi har ingen röstning bland allmänheten om vem som skall vara lucia utan det sker med lottdragning bland flickorna i luciakören.

Vid första träffen med luciakören tog vi en diskussion om vart vi skulle

skänka årets luciainsamling. Vi enades rätt snart att alla insamlade medel skall skänkas till Barndiabetesfonden till hjälp för forskningen av typ 1 diabetes. För att uppdatera tjejerna i kören om typ 1 diabetes fick de en Sticke samt en broschyr om barndiabetes.

Fredagen den 11 december genomfördes luciafirandet i Hallsberg och redan kl. 07.00 startade besöken hos företag och äldreboenden. Vi genomförde under dagen sexton (16) besök med luciaföljet vid olika företag och äldreboenden/vårdinrättningar.

Dagen avslutades kl. 19.00 i Advents-

kyrkan i Hallsberg med en konsert med luciakören tillsammans med Hallsbergs församlings ungdomskör.

När vi hälsade besökarna i den fullsatta kyrkan välkomna passade vi på att även informera om att de insamlade medlen vid årets luciainsamling skall skänkas till Barndiabetesfonden för forskning om typ 1 diabetes. När besökarna lämnade kyrkan tog vi upp en frivillig kollekt samtidigt som vi även delade ut broschyrer om barndiabetes.

Per-Åke Öster, Lions Club Hallsberg

## Då i vårt mörka hus...

Linköpings lucia Elsa Karlén och hennes tärnor har haft en upplevelserik december. Över 40 föreningar, äldreboenden och företag har fått besök av dessa skönsjungande flickor.

LC Linköping/Valla kan fördela överskottet på närmare 160.000:- till behövande. 2015 var det Barndiabetesfonden, Operation Smile och de glömda flyktingbarnen i Syrien som blev insamlingsmålen.



Foto: Ida Gyulai

Linköpings lucia med tärnor tillsammans med ledaren Tina Ternstedt inför framträdande i Linköpings Domkyrka.

## Hej igen!

Jag heter Sandra Åstrand och jag är 18 år. Jag gillar att segla, åka skidor, shoppa och spela instrument. Den här gången ska jag berätta om stress, hur det påverkar och hur man kan hantera det.



Jag kan börja med att säga att det är viktigt att man äter bra hälsosam mat regelbundet, vilket vi alla får lära oss redan första dagen på sjukhuset. Dock kan resten av ens matvanor vara väldigt annorlunda mellan olika individer. Vissa äter väldigt regelbundet (nästan exakt samma tider på dygnet), andra tänjer mer på tiderna, vissa äter aldrig godis, medan andra äter oftare sötsaker, vissa räknar kolhydrater, andra gör det inte. Inget är mer rätt än det andra, allt beror på hur individen fungerar och vad som passar ens kropp.

Det krävs mycket tid, tålamod och noggrannhet för att hitta den ultimata levnadssättet för en själv och självklart det kommer ju ändras flera gånger i livet, som mycket annat. Självklart behöver man sätta upp fler "regler" i början när man väl har fått diagnosen för att man ska kunna lära sig hantera sjukdomen på ett bra sätt. Sen, när man väl känner sig trygg kan man ändra på lite småsaker, för att det ska kännas " normalt" och "vanligt" igen. Med det menar jag att man ska hitta det bästa sättet att leva på, som både känns bra och behandlar kroppen på ett bra sätt.



## Jag lärde mig exakt hur min kropp reagerade på olika typer av maträtter...

Som sagt varierar detta väldigt mycket från person till person. Jag själv fick diabetes när jag var tolv år, tillräckligt gammal för mig att känna att jag klarar av att ta mycket ansvar själv. Det första året var tiderna väldigt strikta och jag åt alltid nästan lika mycket. Jag var livrädd för att ändra på något, jag menar, jag visste ju inte vad som kunde hända! Efter ett år av exakt likadan frukost varje dag kände jag att behovet av lite variation var rätt stort. Steget jag tog för att börja våga experimentera med min egna kropp var väldigt stort och läskigt, men efter det steget blev mitt liv lite lättare. Med många blodsockertester vågade jag ändra maten, testa mig fram vad det gäller enheter lärde jag mig något bara jag kan vara bäst på. Jag lärde mig exakt hur min kropp reagerade på olika typer av maträtter och utan någon direkt ansträng-

ning visste jag vad min kropp behövde och klarade. Men som sagt är det väldigt olika för alla hur stort detta steg är.

För barn är det självklart viktigt att deras föräldrar tar det största delen av ansvaret, barn måste ju få vara barn. Då är det ju det bästa att man har väldigt mycket koll på barnet och ser till att diabetesen är skött på rätt sätt. Fast fortfarande är det viktigt att känna att ju äldre barnet blir, ju mer ansvar får det ta för att till slut kunna ta hand om sig själv. Jag tror även det är viktigt att man inte ska vara för strikt med vad barnen äter (beroende på hur diabetesen påverkas), man kan äta allt, det är bara att man inte kanske ska låta sitt barn äta godis/sötsaker lika ofta eller i samma mängd som innan och undvika vissa saker. Själv vet jag att man kan känna sig väldigt utanför när man tror att man inte har samma möjligheter som ens vänner. Dock är det ju klart att det viktigaste är att barnet mår bra, så både föräldrar, barnets omgivning och individen själv känner sig säkra.

Jag ska avsluta med att säga att detta är mina erfarenheter, min tankar och detta förändrade mitt liv till det bättre. Samtidigt är alla olika och man ska alltid känna själv vad som är bäst för en och är man osäker är det självklart att man ska prata med sin läkare. Dock är det viktigt att komma ihåg att som diabetiker är man expert på sin egna kropp.

Det var allt för den här gången.

Hej då!

Vi ses i nästa nummer!



Bild från unsplash.com

# UPPLEVELSEKVÄLLEN

Vid Bergs Slussar, Göta Kanal, lördag 13 augusti

Marknad - Barnfestival - Artister - Allsång

Ett välgörenhetsarrangemang till förmån för  
Barndiabetesfonden och Hjärtebarnsfonden

Arrangör: Lions

[www.upplevelsekvallen.se](http://www.upplevelsekvallen.se)



## LAGERRENSNING!

Barndiabetesfondens kansli säljer påskkort till förmån för forskningen kring diabetes hos barn och ungdomar.

Nu vill vi rensa lagret! En förpackning innehåller åtta kort med två olika motiv och kostar nu endast 20 kr per förpackning (OBS! lägsta totala varuvärde är 60 kr per order) plus porto!



Beställ dina påskkort från kansliet på:  
013-10 56 90, må-fr 10-12, 13-15  
[kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se) eller  
<http://www.barndiabetesfonden.se/Butik>



# Kassören rapporterar

Denna period omfattar tiden  
2015-01-01 till 2015-12-31

|                                   |             |
|-----------------------------------|-------------|
| Högtidsdagar, födelsedag, bröllop | 164 924:-   |
| Insamlingar, bössor mm            | 279 407:-   |
| Autogiro                          | 888 155:-   |
| Bidrag från privatpersoner        | 1 314 677:- |
| Till minne av                     | 699 022:-   |
| Kyrkliga aktiviteter              | 60 069:-    |
| Testamenten                       | 1 719 949:- |
| Bidrag från skolor                | 9 243:-     |
| Bidrag från LION-klubbar          | 822 381:-   |
| Bidrag från föreningar            | 372 852:-   |
| Samarbetsavtal företag            | 157 995:-   |
| Bidrag från företag               | 1 145 480:- |
| Team tappra barn                  | 7 375:-     |
| Lokalföreningar                   | 657 484:-   |
| Swish                             | 235 282:-   |
| SMS gåva                          | 162 605:-   |

|                                       |             |
|---------------------------------------|-------------|
| Röda Fjädern                          | 2 615 466:- |
| Magnus Johanssons Dag för Tappra Barn | 497 716:-   |
| Världsdiabetesdagen                   | 39 500:-    |
| God Handling                          | 670:-       |
| EGO                                   | 300:-       |
| Charity Storm/Inspons                 | 211 848:-   |
| Hjälte                                | 7 000:-     |
| Kuponginlösen                         | 53:-        |
| Ladies Circle                         | 446 004:-   |

**Totalt 2015-01-01 - 12-31**  
**12 515 457:-**



Bidrag från Barndiabetes-  
fondens Lokalföreningar

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| BDFs Lokalförening Linköping  | 253 794:- |
| BDFs Lokalförening Skåne      | 169 033:- |
| BDFs Lokalförening Dalarna    | 48 101:-  |
| BDFs Lokalförening Stockholm  | 37 803:-  |
| BDFs Lokalförening Uppsala    | 35 082:-  |
| BDFs Lokalförening Blekinge   | 33 165:-  |
| BDFs Lokalförening Norrköping | 22 900:-  |
| BDFs Lokalförening Gävleborg  | 18 387:-  |
| BDFs Lokalförening Jönköping  | 15 222:-  |
| BDFs Lokalförening Skaraborg  | 14 500:-  |
| BDFs Lokalförening Värmland   | 9 137:-   |
| BDFs Lokalförening Göteborg   | 360:-     |

## Vänge mot Sydpolen

Dan Sundberg och Bruno Malabeux, ordförande i Hagunda IF, återupptog 2015 en gammal motionsaktivitet från 1974, "Vänge mot Sydpolen". De startade i slutet av mars och aktiviteten avslutades 8 november förra året då målet uppnåddes.

Hela samhället Vänge som ligger utanför Uppsala var inbjudna att gå, springa, simma, cykla eller på annat sätt ta sig fram för egen maskin, och kilometrarna lades ihop tills totalsträckan motsvarade avståndet från Vänge till Sydpolen. Dan gjorde ordning en hemsida, där alla deltagare fick anteckna sina kilometer och där det syntes hur de närmade sig målet. Deltagarna skänkte beroende på aktivitet från 1kr/km till 1kr/3km.

Den 20 januari i år kom så Bruno och Dan på besök till Barndiabetesfondens Lokalförening Uppsala för att lämna över en check på 6 743kr. Varmt uppskattat!

Barndiabetesfondens  
Lokalförening Uppsala



Bruno Malabeux, ordförande i Hagunda IF, överlämnar checken till Mikael Pettersson, ordförande Barndiabetesfondens Lokalförening Uppsala.

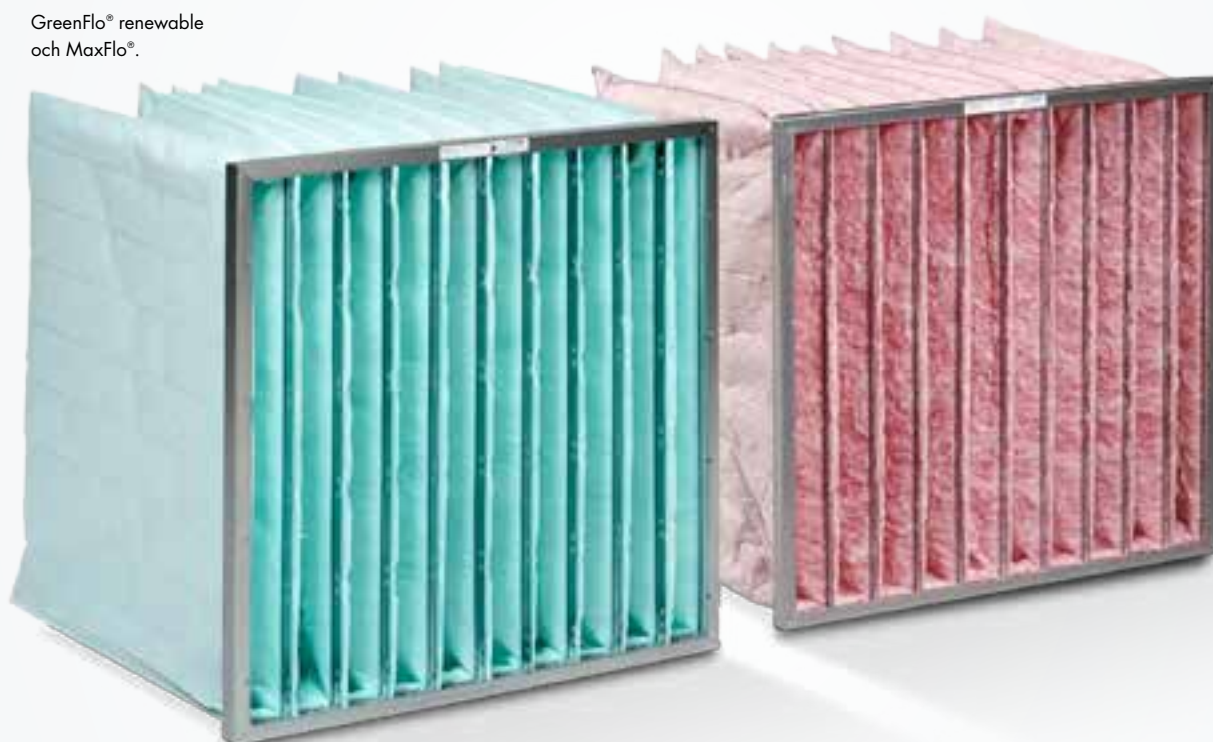
Foto: Dan Sundberg

# FÖR EN BÄTTRE FRAMTID!

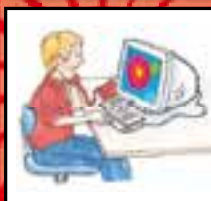
Som utvecklare och tillverkare av filter i miljövänliga och förnyelsebara plastfibrer, utvunna ur stärkelse från växtriket, är vår målsättning att skapa en bättre miljö.

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®.

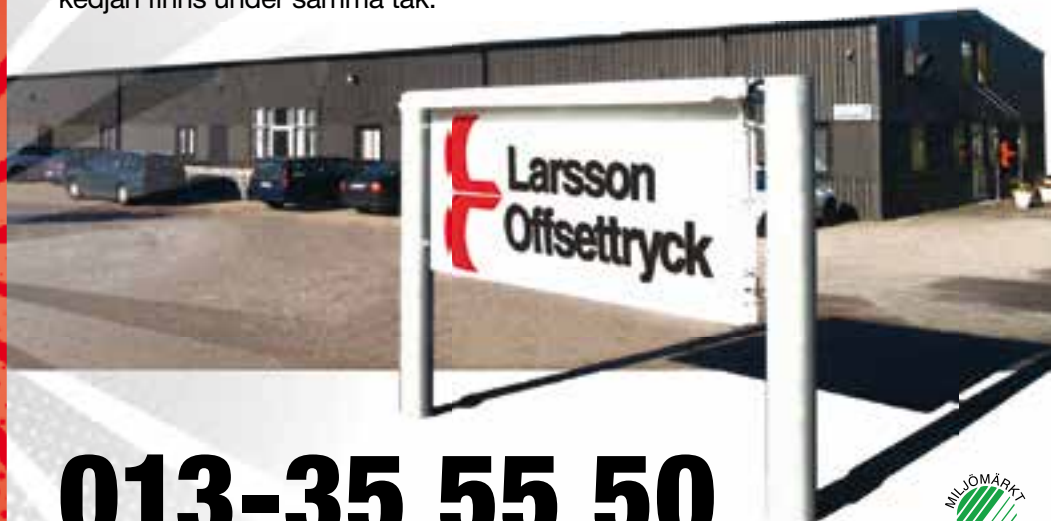


Tel: 0143-125 80. [www.dinair.se](http://www.dinair.se)



# 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 • Häradskärsgratan 7 • Box 1529 • 581 15 Linköping

## Barndiabetesfonden



Beskyddare:  
HKH  
Kronprinsessan  
Victoria

## Barndiabetesfondens Johnny Ludvigsson-pris till yngre barndiabetesforskare i Sverige

Pristagaren ska vara svensk medborgare och ska ha bedrivit diabetesforskning

- kliniskt på barn och ungdomar eller/och
- epidemiologiskt om diabetes hos barn och ungdomar eller/och
- experimentellt rörande typ 1 diabetes.

Användning av biologiskt material från barn och ungdomar, och klinisk koppling till barn- och ungdomsdiabetes ska väga tungt i bedömningen.

Pristagaren, som inte får ha fyllt 45 år den 16 oktober det aktuella året, får nomineras av annan diabetesforskare eller så får diabetesforskaren själv skicka in egen nominering, som skall motiveras genom att på engelska beskriva vetenskaplig insats (max 1000 ord) och bifoga de viktigaste (max 10) vetenskapliga publikationerna. Nomineringen ska vara Priskommittén tillhanda **senast** den 15 maj det år priset ska delas ut.

Pristagaren utses, senast 15 juni det år priset ska delas ut, av en priskommitté bestående av Barndiabetesfondens Vetenskapliga råd förstärkt med de tre föregående årens pristagare.

Priset består av en penningssumma på 50.000 svenska kronor samt ett diplom.

Priset offentliggörs årligen den 16 oktober på Johnny Ludvigssons födelsedag, och utdelas under de kommande månaderna vid en prisceremoni, eventuellt i samband med en större medicinsk konferens. Priset överräcks av Barndiabetesfondens beskyddare HKH Kronprinsessan Victoria, Johnny Ludvigsson eller Barndiabetesfondens ordförande. Pristagaren ska hålla en 20 minuters föreläsning om sin forskning.

Pristagaren åtar sig att kommande tre år delta i Priskommitténs arbete utan extra ersättning.

För mer information, kontakta [kansli@barndiabetesfonden.se](mailto:kansli@barndiabetesfonden.se)

[www.barndiabetesfonden.se](http://www.barndiabetesfonden.se)

## 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



Samarbetspartner  
från 2009



Robur

Samarbetspartner  
från 2010



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

Samarbetspartner  
från 2011



Samarbetspartner  
från 2009



Samarbetspartner  
från 2010



Samarbetspartner  
från 2009



Samarbetspartner  
från 2010



Samarbetspartner  
från 2011



Samarbetspartner  
från 2015



Stöd kampen mot barndiabetes!  
Pg 90 00 59-7



Jag vill bli medlem i Barndiabetesfondens Riksförening

|                                                                                                                      |            |               |                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|---------------|-------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Enskild person                                                                              | 200 kr/år  | Namn (vuxen): | <input type="text"/>                      |
| <input type="checkbox"/> Familj                                                                                      | 350 kr/år  | Adress:       | <input type="text"/>                      |
| <input type="checkbox"/> Organisation/företag                                                                        | 1000 kr/år | Postnr:       | <input type="text"/> <input type="text"/> |
| OBS! att medlemskap måste stå i myndig persons namn!                                                                 |            | Telefon:      | <input type="text"/>                      |
| Födelsedata <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> <input type="text"/> |            | Mobil:        | <input type="text"/>                      |
|                                                                                                                      |            | E-post:       | <input type="text"/>                      |

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