

Hoidonohjaus toteutetaan potilaslähtöisesti huomioiden yksilöllisyys ja sosiaalinen ja kulttuurinen tausta. Tarvittaessa mukaan otetaan perhe tai muu tukiverkko.

- Hoidonohjauksen toteuttaa diabeteshoitaja, sairaanhoitaja tai terveydenhoitaja.
- Ohjaajan tulee tuntee tyypin 2 diabetes ja sen hoito.
- Ohjaus voidaan toteuttaa ryhmässä tai yksilövastaanotolla.

Hoitosuunnitelma

Sairastuminen, alkuohjaus

- tyypin 2 diabetes sairautena ja valtimotautikokonaisuutena
- elämäntilanteen kartoitus, arjessa selviytyminen ja henkinen tila
- kerrotaan mitä on omahoito ja sen merkitys diabeteksen hoidossa:
 - ruokavalio, liikunta, painonhallinta, laihdutus
 - alkoholi, tupakka, muut päihteet
 - jalkojen tutkiminen ja omahoitoon ohjaaminen, suun terveys
- silmänpohjien seuranta
- riittävä uni ja stressi, niiden vaikutus hoitoon/diabetekseen
- lääkehoito, merkitys ja mahdolliset haittavaikutukset
- toimintaohje sairauspäiviin ja erityistilanteisiin
- verenglukoosin omaseuranta:
 - verenglukoosimittari ja mittausajankohdat
 - verenglukoosipitoisuuksien tulkinta, tavoitearvot ja poikkeustilanteet
 - hoitotarvikejakelu
- elämäntilanne, arjessa selviytyminen ja psyykinen vointi
- lääkehoidon erityiskorvattavuus
- ajoterveys
- hoidon seuranta yksilöllisesti ja siihen liittyvät laboratoriotutkimukset
- hyvään omahoitoon tukeminen

Jatko-ohjaus

- omahoidon toteutumisen ja ohjauksen arviointi:
 - elintavat, painon kehitys, omaseurannan toteutuminen ja tulosten tulkinta
 - lääkehoidon toteutuminen, vaikutus ja mahdolliset haittavaikutukset
- omahoidossa jaksaminen ja arjen sujuminen
- kokemukset ja tunteet
- omahoidon ongelmien kartoitus ja niihin vastaaminen
- omahoidossa tukeminen ja kannustaminen
- muut sairaudet, oireet (jalat, sydän, seksuaaliterveys)
- laboratoriotulokset
- erityistilanteet:
 - sairauspäivät ja lääkehoidon poikkeustilanteet
 - matkustaminen
 - raskauden suunnittelu
 - jalkaongelmat
 - kuntoutuksen tarve, sopeutumisvalmennus, vertaistuki
 - sosiaaliset ongelmat
 - työkyky
 - sosioekonomisesti heikommassa asemassa olevien erikoishuomiointi

Jatko-ohjaus normaaleissa määräaikaistarkastuksissa, lisäsairauksien ilmaantuessa, elämän muutosvaiheissa ja lääkehoidon sekä omahoidon tehostamisen yhteydessä