

به نام خدا

معرفی نامه جهت دوره آموزش دیابت (ویژه بیماران دیابتی)

تاریخ: / /

مشخصات بیمار	نام و نام خانوادگی:	
	نوع دیابت:	نوع درمان:
آموزش مورد نیاز بیمار	دوره های استاندارد: <input type="checkbox"/> مقدماتی <input type="checkbox"/> متوسطه <input type="checkbox"/> پیشرفته <input type="checkbox"/> مآجراهای کپیو (ویژه کودکان دیابتی)	
	دوره های تکمیلی: <input type="checkbox"/> مدیریت استرس <input type="checkbox"/> گام به گام تا تناسب اندام <input type="checkbox"/> کنترل الفبای دیابت (قند، چربی و فشار خون) توضیحات تکمیلی (نیازهای خاص آموزشی):	
انتشارات آموزشی مورد نیاز	<input type="checkbox"/> کتاب دیابت، راه درمان <input type="checkbox"/> دفترچه ثبت قند خون	
	<input type="checkbox"/> کتاب دیابت و برنامه ریزی غذایی (مقدماتی) <input type="checkbox"/> بسته آموزشی دیابت (ویژه شهرستان) <input type="checkbox"/> کتاب دیابت و کنترل قند خون <input type="checkbox"/> آبونمان فصلنامه های داخلی دیابت	

خواهشمند است، پس از گذراندن دوره های فوق، گواهی مربوطه صادر و به ایشان ارائه گردد.

مهر و امضا پزشک

لطفاً جهت هماهنگی و تعیین وقت کلاس با شماره ۰۲۱-۸۲۴۳۳ (خط ویژه)،
واحد آموزش تماس بگیرید.



ساختار دوره های آموزشی انجمن دیابت گابریک (ویژه بیماران)

با توجه به گروه های هدف (A, B, C, D, E, ★) و نیازهای متفاوت بیماران، برنامه های آموزشی زیر ارائه می گردد:

عنوان دوره (کد دوره)	گروه هدف	تعداد جلسات	توضیحات
سطح مقدماتی			
مقدماتی (E)	★	۱	ایجاد انگیزه در بیمار جهت کنترل دیابت، تغییر باورهای غلط، آشنایی با عوامل موثر بر قند خون، تأکید بر مراجعه مستمر به پزشک معالج
ماجرای کیپو (E.KA)	D	-	ایجاد انگیزه و آموزش مهارت های مرتبط با کنترل دیابت به کودک
سطح متوسطه			
نوع یک (I.T1)	A, E	۳	آشنایی با دیابت، اهمیت پایش قند خون، هیپوگلیسمی، اصول پایه تغذیه، کربوهیدرات ها، اهمیت کاهش وزن، الفبای کنترل دیابت، پیشگیری از عوارض و مراقبت های شخصی، فعالیت بدنی، نحوه تزریق و انواع انسولین
نوع دو- انسولین (I.T2)	B	۳	
نوع دو- داروهای خوراکی رژیم غذایی (I.T2O)	C	۲	
سطح پیشرفته			
نوع یک (A.T1)	A, E	۲	اجرای عملی برنامه ریزی غذایی، شمارش عملی کربوهیدرات، برنامه ریزی ورزشی، تفسیر نتایج قند خون و تعیین الگوی هفتگی جهت ارائه به پزشک معالج، پرسش و پاسخ، اصول برخورد با دیابت به هنگام بیماری، مسافرت و ورزش
نوع دو- انسولین (A.T2)	B	۲	
نوع دو- داروهای خوراکی رژیم غذایی (A.T2O)	C	۲	
سطح تکمیلی			
مدیریت استرس (C.SM)	★	۱	آشنایی با استرس و علائم، ابزارهای رفع استرس، تکنیک های آرام سازی عملی
گام به گام تا تناسب اندام (C.WM)	★	۱	ایجاد انگیزه جهت رسیدن به وزن مناسب، چگونگی کاهش انرژی دریافتی و اصول فعالیت بدنی
کنترل الفبای دیابت (C.ABC)	★	۱	اصلاح سبک زندگی و تغذیه جهت کنترل بهینه چربی خون و فشار خون
در کنار فرزندم (C.PDC)	E	۱	آشنایی والدین با یکدیگر، بحث و ارائه راهکارهای عملی و روانشناسی جهت مدیریت بهتر دیابت فرزندان

D کودکان دیابتی نوع یک

E والدین کودکان دیابتی نوع یک

★ تمامی گروه ها

A افراد دیابتی نوع یک

B افراد دیابتی نوع دو تحت درمان با انسولین

C افراد دیابتی نوع دو تحت درمان با داروهای خوراکی رژیم غذایی

برنامه آموزشی ملی «دوست من انسولین»، برای افراد دیابتی نوع یک ساکن شهرستان