

ALUSTAVA OHJELMA, MUUTOKSET MAHDOLLISIA
TYYPIN 2 DIABETEKSEN HOIDON PERUSTEET

klo	1. päivä	Henkilökunta
12.00–13.00	Kirjautuminen Teamsiin ja koulutuksen aloitus Tyypin 2 diabetes sairautena, hoidon tavoitteet	Lääkäri
13.00–13.45	Suosituksen mukaisen syömisen perusteet - Keskeiset asiat tyypin 2 diabetesta sairastavalle	Ravitsemusterapeutti
13.45–14.00	Kahvitauko	
14.00–15.00	Liikkumissuosituksista käytäntöön - Työkaluja käytännön neuvontaan	Liikuntasuunnittelija
15.00–16.00	Tyypin 2 diabeteksen omahoito Omahoidon ohjauksen perusteet	Diabeteshoitaja

Työskentelyä verkko-oppimisympäristössä

klo	2. päivä	Henkilökunta
12.00–13.00	Jalkojen tutkiminen vastaanotolla	Jalkojenhoitaja
13.05–13.50	Tyypin 2 diabeteksen lääkehoito	Lääkäri
13.50–14.00	Kahvitauko	
14.00–15.00	Elintapamuutos tukeminen - Miksi, mitä ja miten?	Diabeteshoitaja
15.05–15.45	Miten syön? - Hallintaa ja harkintaa ruokailuun	Ravitsemusterapeutti
15.45–16.00	Välitehtävän kooste ja koulutuksen päätös	Diabeteshoitaja ja ravitsemusterapeutti