



HypoBewust

Hypoglykemie preventietraining

De cursus HypoBewust is gericht op het herkennen, corrigeren, voorspellen en voorkomen van hypo's en het omgaan met (het risico op) hypo's.

De cursus

De cursus duurt 4 weken en bestaat uit 3 groepsbijeenkomsten van 2,5 uur die gegeven wordt door getrainde diabetes hulpverleners. Tijdens de cursus doorloopt u thuis 2 interactieve internetmodules, meet u uw bloedglucose 4 keer per dag en houdt u een dagboekje bij.

Investing

Als deelnemer wordt van u verwacht dat u bij de 3 groepsbijeenkomsten aanwezig bent en hier ook een actieve bijdrage aan levert. Ook is het de bedoeling dat u het 'huiswerk' maakt: u doorloopt de internet modules (ca. 1 uur per 2 weken), u meet uw bloedglucose 4 keer per dag en u houdt het dagboekje bij. Er zijn geen kosten aan verbonden.

Voor wie?

De cursus is voor volwassenen met diabetes type 1 en 2 (ingesteld op insuline) die:

- De afgelopen jaren één of meerdere ernstige hypo's hebben gehad, waarbij hulp van anderen nodig was om te herstellen; of
- Hypo's niet goed meer voelen aankomen (hypo-unawareness).

Hoe aanmelden?

De HypoBewust training wordt 2x per jaar in Gelre ziekenhuizen Apeldoorn gegeven. Start data zijn de eerste week in April en Oktober.

Heeft u interesse om aan de cursus deel te nemen? Neem dan contact op met uw arts of diabetesverpleegkundige. Hij/zij kan bekijken of de cursus geschikt voor u is en u meer informatie geven.

Meer informatie?

Bekijk de website: www.hypobewust.nl

Diabetesverpleegkundigen

- Telefonisch spreekuur: maandag t/m vrijdag
- 9.30 -10.00 uur en 15.30 – 16.00 uur
- Tel. 055 - 581 81 84