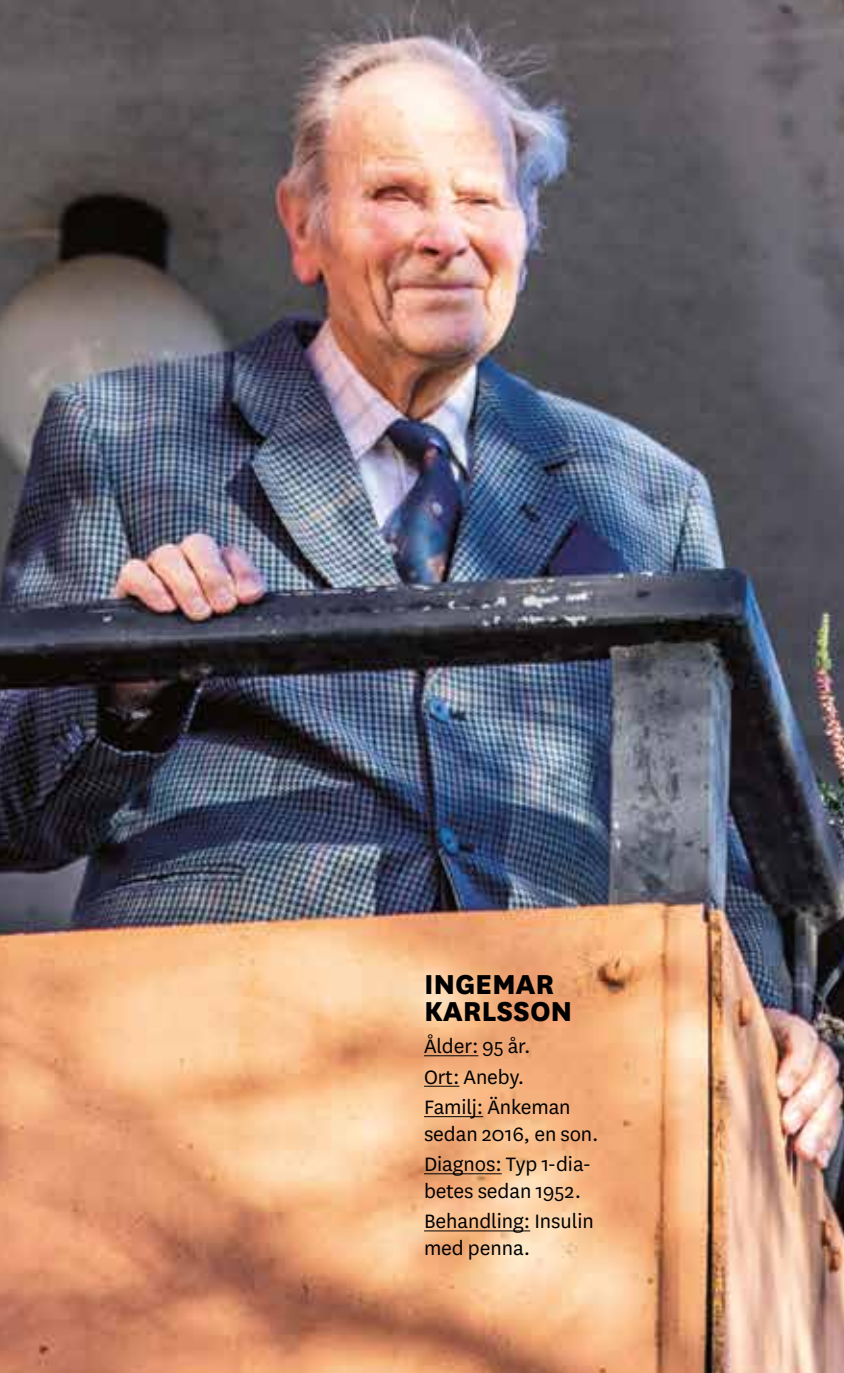


”Efter 68 år med diabetes mår jag bra”



INGEMAR KARLSSON

Ålder: 95 år.

Ort: Aneby.

Familj: Änkeman sedan 2016, en son.

Diagnos: Typ 1-diabetes sedan 1952.

Behandling: Insulin med penna.

En dos insulin om dagen, stora sprutor av glas och ingen egen blodsockermätning. Så såg det ut när 95-årige Ingemar Karlsson fick sin typ 1-diabetes 1952.

– Då hette det sockersjuka och den enda behandlingen jag fick de första veckorna efter diagnosen var en uppmaning om att äta mindre kolhydrater. Insulin fick jag först några månader senare, efter att jag blev inlagd på sjukhus med reumatisk feber som behandlades med kortison, vilket gjorde att mitt blodsocker skenade i höjden, berättar 95-åringen som bor i småländska Aneby.

Väl utskriven från sjukhuset fick Ingemar med sig en glasspruta, insulin och desinfektionsmaterial.

– En gång i veckan skulle jag koka sprutan och däremellan desinficerade jag den med 75-procentig sprit. Det var en hel del pyssel.

1952 var det inte tal om att själv hålla koll på blodsockret. Det sköttes av diabetes-sköterskan en gång i halvåret.

– När stickorna kom på 1980-talet och jag kunde börja mäta själv var det en stor lättnad!

Men störst förändring under de här åren var när Ingemar lade om sin insulin-dosering från en gång per dag till tre.

– Jag hade börjat testa det själv och mådde mycket bättre, det var toppen.

INNAN DESS HADE han vid ett par tillfällen hamnat i insulinkoma eftersom dosen från dagen innan hade stannat kvar under huden. När han sedan tog sitt insulin nästa dag blev det dubbel dos och han föll ihop.

– Som tur var hann jag ropa på min fru, som kunde ge mig ett glas mjölk så att jag piggnade till. Men det var tur att hon var nära annars kunde det ha gått illa, säger han och tillägger att insulinpennan förstås också var en milstolpe.

Ingemar tycker inte att han varit begränsad av sin diabetes, men han har alltid varit noga med kosten och fysisk aktivitet. Än i dag ser han till att få sin dagliga motion genom att promenera med rullatorn i äldreboendets korridor.

– Visst kan jag vara lite trött ibland och har en del ålderskrämpor, men jag i stort sett mår jag bra!

text Karin Cedronius

”Vi leker och dansar bort höga värden”

Meltem Bartin, 37 år, bor i Skärholmen med sin man och tre barn, 11, 6 och 5 år gamla. Hon jobbar som resurs åt femåriga Leo Vitlaci Warnvik, som fick typ 1-diabetes 2019. Han bor med sin familj i Fruängen utanför Stockholm.

Så får jag dagen att funka:

- Jag försöker stabilisera blodsockret i god tid så att Leo aldrig ska bli för låg.
- Leos diabetesväska är alltid med vart jag än går – inne och ute.

MELTEM BARTIN

” När jag fick frågan om jag ville bli resurs åt Leo var jag först lite tveksam. Det kändes som ett så stort ansvar och jag kunde ingenting om diabetes. Men i dag är jag jätteglad att jag sa ja. Vi har en väldigt speciell relation och jag brukar skoja och kalla Leo ”mitt fjärde barn”.

Leo och jag pratar inte så mycket om hans sjukdom. I stället försöker jag göra hans dagar på förskolan så normala som möjligt, för jag tycker inte att han ska behöva känna sig annorlunda på grund av sin diabetes.

Jag kollar Leos värden cirka 20 gånger per dag. Märker jag att han lig-

ger för högt tar jag bara med honom ut på gården för att spela lite fotboll eller sätter på musik så att han och de andra barnen får dansa. Är han för låg sticker jag till honom lite druvsocker eller en bananbit utan att störa i leken eller göra en stor sak av det.

LEOS FÖRÄLDRAR och jag har nära kontakt och det var hans mamma Åsa som lärde upp mig när jag skulle bli hans resurs. Vi hörs ofta även utanför förskoletid eftersom jag vill veta hur det går för Leo. Det händer att jag ringer till Åsa även när Leo är hemma och sjuk, bara för att kolla läget

och höra hur han mår. Han finns alltid i tankarna och ibland kan jag inte låta bli att kika i appen med hans värden trots att han har gått hem från förskolan.

Än så länge har det inte skett några stora incidenter, tack och lov. Men jag glömmer aldrig hur rädd jag blev den gången när jag såg i appen att Leo var lite låg och inte kunde hitta honom någonstans. Sen såg jag att toalettdörren var låst men han svarade inte när jag ropade hans namn. Jag fick bända upp låset med en kniv och därinne satt han i godan ro och ville inte bli störd!”

berättat för Karin Cedronius