



## Diabetes op school: voor leerkrachten

Info link voor leerkrachten: [Jouw leerling met diabetes op de basisschool :: Zorgeloos met diabetes naar school](#)

Een kind met diabetes is niet anders dan andere kinderen. Maar een kind met diabetes heeft wel andere en extra aandacht nodig. Heb je een leerling met diabetes in je klas? Zorg er dan voor dat je goed geïnformeerd bent en er goede afspraken zijn gemaakt met de ouders. Dat haalt veel onzekerheid weg. Hoe je dat doet? We geven je graag wat tips.



Tips voor als je een leerling met diabetes in de klas hebt

- **Lees over het ziektebeeld diabetes**  
Voor jou als leerkracht is het belangrijk om te weten wat diabetes is. Je begrijpt dan hoe de ziekte werkt en snapt beter hoe het is om met diabetes te leven. Kijk ook eens op de website [Zorgeloos met diabetes naar school](#). Daar vind je handige informatie en tips.
- **Maak goede afspraken met de ouders**  
Heb je een kind met diabetes in je klas? Dan is het goed om duidelijke afspraken met ouders te maken. Wat verwachten zij en wat kan school betekenen? Ook is het belangrijk dat ouders goed bereikbaar zijn. Onze [checklist](#) is handig als je het gesprek met de ouders hebt.



Maak bijvoorbeeld afspraken over:

- - **Afspraken over hulp bij het meten van bloedsuikerwaarden en medicatie toedienen**

Oudere kinderen kunnen meestal zelfstandig hun bloedsuiker meten en medicatie toedienen. Jonge kinderen hebben hierbij begeleiding nodig. Een verpleegkundige op school of de ouders kunnen dit doen, maar ook een medewerker van school. Dat moet dan wel op vrijwillige basis, dus zonder betaling. En degene moet goede instructies krijgen van de ouders of de diabetesverpleegkundige. Ook moet er altijd een achterwacht zijn geregeld. Dit is in Nederland wettelijk zo bepaald.

Ook is het belangrijk om te checken of de diabetesbehandelingen onder de dekking van de aansprakelijkheidsverzekering van school vallen. Is dat niet zo? Bespreek dit met de ouders om een oplossing te vinden. Zij zouden bijvoorbeeld de premie kunnen betalen.
  - **Afspraken over eten op school**

Een kind met diabetes moet vaker tussendoor iets eten. Wordt er getrakteerd, dan kan het kind de traktatie gewoon nemen. Bijvoorbeeld door het tussendoortje te laten staan. Wel moeten de koolhydraten in de traktatie vergeleken worden met het tussendoortje. Misschien heeft het kind jouw hulp nodig bij het tellen van de koolhydraten. Deze traktatielijst is dan handig. Of gebruik een app, zoals Koolhydraatkenner.
  - **Afspraken over het bewaren van medicijnen en hulpmiddelen**

Ouders zijn samen met het kind verantwoordelijk voor de diabetesmedicijnen en - hulpmiddelen. Maak samen afspraken waar deze op school bewaard worden.
  - **Afspraken bij uitjes**

Bij activiteiten, zoals schoolkamp, schoolreisje, zwemmen of sportdag is er een ander ritme. In het algemeen geldt dat door inspanning de bloedglucosewaarde lager wordt. Eten en insuline moeten daarop afgestemd worden. Meestal weet een kind zelf wat hij of zij moet doen. Gaan jullie op schoolkamp? Gebruik een informatie brief om de andere begeleiders te informeren over het kind met diabetes.
  - **Afspraken over eventuele extra tijd bij toetsen**

Stress en inspanning hebben grote invloed op de bloedglucosewaarde. Ze veroorzaken schommelingen. Als deze schommelingen tijdens een toets zijn, moet de bloedglucosewaarde eerst weer op peil worden gebracht. Daarom zal een kind soms extra tijd nodig hebben om een toets goed af te ronden. Het geeft





duidelijkheid om hier van tevoren afspraken over te maken met het kind en zijn/haar ouders.

- **Wees alert op ziekte bij een kind met diabetes type 1**

Ziekte kan de bloedglucosewaarde van een kind met diabetes ernstig verstoren. Wordt je leerling met diabetes ziek op school? Neem altijd contact op met de ouders.

Klachten kunnen ook veroorzaakt worden door een te hoog of te laag bloedsuiker. Op de SOS kaart voor een kind met diabetes lees je wat je in dat geval moet doen (tip: print de SOS kaart en hang deze op in de klas).

- **Informereren van klasgenoten en hun ouders**

Adviseer het kind om in de klas te vertellen over diabetes. Bijvoorbeeld in de vorm van een spreekbeurt. Je kunt hem of haar wijzen op de pagina '[In je klas vertellen over diabetes](#)'. Daarop staan tips en links naar handige informatie en leuke filmpjes.

Zion's Buurtbibliotheek