**Arkadaşım Diyabet Aile Kampı 2022 Yapıldı**

Koç Üniversitesi Hastanesi, Diyabetli Çocuklar Vakfı ve “Geleceğin Yıldızları” iş birliği ile düzenlenen Arkadaşım Diyabet Aile Kampı’nın üçüncüsü, 19-21 Ağustos 2022 tarihleri arasında Uludağ’da yapıldı. Kampa ülkemizin değişik illerinden, 43 Aile (70 anne-baba), 43 diyabetli Çocuk, 19 Diyabetli olmayan kardeş, 16 Ekip üyesi (yedisi tip 1 diyabetli), 15 koç olmak üzere toplam 163 kişikatıldı (<https://www.geleceginyildizlari.com/programlar/diyabet-aile-kampi/>).

 Kampta aileler ve çocuklar için paralel şekilde sürdürülen eğitim programlarının yanı sıra, dış mekân oyunları, spor ve eğlence aktiviteleri yer alıyordu. Çocuklara, Tip 1 diyabetli doktor, diyetisyen, hemşire ve üniversite öğrencilerinin liderliğinde oyuna dayalı bir programla eğitim verildi. Kampın amacı, ailelere yeni bir “normal” bulmalarını, umutlu olmalarını, çocukları ve diyabetle arkadaş olmalarını sağlamak, bunun için çok yönlü imkanlar yaratmak olarak belirlenmişti.

Aileler için düzenlenen eğitim programında, Anne ve Babaların Gözünden Diyabet Yönetimi, Tip 1 Diyabet Tedavisinde ON ÖNERİ ve Güncel Diyabet Teknolojileri/tedavileri, İnsülin Pompa Tedavisi ve Setsiz Pompalarla İlgili İpuçları, Beslenme Planması ve Karbonhidrat Sayımında Güncel Durum, Tip 1 diyabet tedavisinde yenilikler ve kök hücre tedavisinde son durum, Anne ve Babalık: Zor Durumlarda Çocuklarımıza Eşlik Edebilmek için Öneriler, Tip 1 Diyabetle Yaşamım ve ABD Barbara Davis Diyabet Merkezi’nde Öğrendiklerim gibi konular işlendi. Kamp programına ABD, San Francisco Üniversitesinde (UCSF) çocuk diyabet uzmanı olarak çalışan Prof.Dr. Eda Cengiz ve çocuk ruh sağlığı uzmanı Prof. Dr. Yankı Yazgan online olarak katıldılar. Tip 1 diyabetli İntörn Dr. Kağan Ege Karakuş’un konuşmasından aileler çok etkilendi ve bir baba onun konuşmasının “Aileler ve ekip arasında köprü gibi her şeyi birleştirdiğini” ifade etti

Kamp, ilk günkü konuşmaların ardından, akşam 20.30’da Haluk Levent’in verdiği konser ile başladı.

Kampın ikinci günü, tüm çocukların kendi pizzalarını yaptıkları “mutfak atölyesi”nde çocuklar ve aileler eğlenceli saatler geçirdiler ve öğle yemeğinde kendi yaptıkları pizzaları yediler.

Eğitim programı dışındaki saatlerde aileler 6 gruba ayrılarak; Okulda Diyabet Yönetimi, Beslenme Planlanması ve Karbonhidrat Yönetimi Konusundaki Deneyimlerimiz, Hipoglisemi, Hastalık Durumlarında Diyabet Yönetimi ve Minidoz Glukagon Uygulaması, Evde İş Bölümü ve Yük Paylaşımı, Otomatik İnsülin Verme Sistemleri (Minimed 780G) ve Setsiz Pompa (Omnipod) Deneyimleri, Ergenlik Döneminde Diyabet Yönetimi konularında deneyim paylaşımı çalışması yaptılar ve kendi önerilerini kampın son günü sundular. Kampa katılan aileler, özellikle çocuklarının kendi yaşıtı çok sayıda Tip 1 diyabetli çocukla zaman geçirmesinin, tip 1 diyabetli büyüklerinden eğitim almalarından, kendilerinin ise kafalarındaki birçok soruya cevap bulmaktan, karbonhidrat sayımını yaşayarak öğrenmekten ve aileler arasındaki samimi etkileşimlerden etkilendiklerini ve “harika bir deneyim” yaşadıklarını ifade ettiler.

Kampın son günü yapılan “Eve Dönerken” oturumunda ailelerin deneyim paylaşım sunumlarının yanı sıra çocuklar da kendi dillerinden ailelerine mesajlar verdiler. Kampın kapanışında konuşan Diyabetli Çocuklar Vakfı Başkanı ve Koç Üniversitesi Tıp Fakültesi öğretim üyesi Prof.Dr.Şükrü Hatun, “*Arkadaşım Diyabet Aile Kampı’nın Tip 1 diyabetli çocukların yaşamlarını değiştiren sıra dışı bir program olduğunu, bu yılki kampın da, öncekiler gibi çok başarılı geçtiğini, ailelerin ve çocukların eğitim programlarına ve aktivitelere katılımının çok iyi olduğunu, bu yılki kampa bir ailenin desteği ile 5 ailenin ücretsiz katıldığını, ayrıca 2 ailenin de kamp ekibi içinde olduğunu”* belirtti.

Kamp süresince ve “Eve dönerken” oturumunda, ailelere, “Hayatın diyabetten daha büyük olduğunu”, bu nedenle çocuklarına,sanki hayat diyabetten ibaret gibi davranmamalarını, başarısızlık duygusuna yol açan cümlelerden kaçınmalarını, kendilerini geliştirmeye, yeni teknolojiler kullanmaya devam etmelerini, babaların annelerin yükünü paylaşması ve aile içinde işbirliğine/ortak akla önem verilmesini, mükemmel için kendilerini, çocuklarını, yakınlarını yıpratmak yerine «iyiyi» sürekli kılmaya odaklanılmasını, beklentilerin gerçekçi olmasını ve sadece çok çalışarak sabit bir kan şekeri düzeyi elde edebileceği düşüncesinin başarısızlık duygusuna ve “tükenmeye” yol açacağı, çocukların duygu ve düşüncelerine daha fazla kulak verilmesi, onların kendi ayakları üzerinde durabilen, özerk/özgür kişiler olmasına odaklanılması, hedef aralık kavramının önemli olduğu ama çocuklara sürekli “glukozun kaç” diye sormaktan kaçınılması gerektiği gibi mesajlar verildi.

Prof.Hatun, sözlerinin sonunda “*Biz uzun süredir diyabet tedavisinde aileleri, çocukları öne çıkararak, onlara açık bir dille rehberlik ederek ilerleyebileceğimizi düşünüyoruz. Bu kamp, düşüncelerimizi güçlendi. Bugün Uludağ’dan umut, daha çok çalışma ve iyimserlik ile dönüyoruz*” dedi.

“Çocuklardan ailelere mesajlar” bölümünde bir çocuğun **“Anne bana şekerin kaç diye sormadan önce günaydın dersen sevinirim**” sözü damgasını vurdu.

Arkadaşım Diyabet Aile Kampı 21 Ağustos 2022 Pazar günü öğlen saatlerinde katılım sertifikalarının dağıtılması ve Arkadaşım Diyabet İznik Kampı’nın da şarkısı olan “Güzel Günler Hangi Dağın Ardındadır” şarkısının hep beraber söylenmesi ile sona erdi.

Emek veren, katılan herkese gönülden teşekkürler.

Daima yanınızdayız!

**Koç Üniversitesi Çocuk Diyabet Ekibi**