

SOKERIPALA

LOUNAIS-SUOMEN DIABETESYHDISTYKSEN
JÄSENLEHTI 1/2023



Kevätkokous 28.3. klo 18

Taimi II,
Puutarhakatu 21



Yhdistys 15 vuotta!

Juhlatapahtuma ke 2.8.2023
Kansanpuiston Kesäteatteri

LA 6.5.

KLO 14.00

Pikku Naisia

Turun Kaupunginteatteri



Lounais-Suomen Diabetes ry Diabetesasema
Yliopistonkatu 37 A, U-krs, 20100 TURKU
Puh. 040 758 5113, WhatsApp 044 7350 121
info@lounais-suomendiabetes.fi
www.lounais-suomendiabetes.fi
<https://www.facebook.com/LounaisSuomenDiabetesry>
<https://www.instagram.com/lounaissuomendiabetesyhdistys/>

ASEMALLA VASTAANOTTAVAT LÄÄKÄRIT

Hannu Järveläinen
LKT, professori, sisätautien ja endokrinologian
erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erityispätevyys
(aseman vastaava lääkäri)

Anne Artukka
LL, yleislääketieteen erikoislääkäri, diabeteksen
hoidon erityispätevyys

Hanna Laine
LT, dosentti, sisätautien ja endokrinologian
erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erityispätevyys

Samu Lumijärvi
LL, yleislääketieteen erikoislääkäri, diabeteksen hoi-
don erityispätevyys.

Teemu Niiranen
LT, professori, sisätautien erikoislääkäri

Saavu hoitajan vastaanotolle noin 20-30 minuuttia en-
nen lääkärinkäyntiaikaa. Lääkärinkäyntien yhteydessä
diabeteshoitajan vastaanotto on maksuton.

RATKAISUKESKEINEN VALMENTAJA, JOMON-SHINDO OHJAAJA

Terhi-Maria Ekman

DIABETESHOITAJA, ASEMAN ESIMIES

Marjo Grönfors
terveydenhoitaja, sairaanhoitaja, diabeteksen hoidon
erikoistumisopinnot

TOIMISTOSIHTTEERI

Leena Hannonen-Niekka

JALKATERAPEUTIT

Sofia Ervasto,
jalkaterapeutti (AMK)

Heidi Kokkonen,
jalkaterapeutti (AMK)

Essi Mäkinen,
jalkaterapeutti (AMK)

Olli Rautiainen
jalkaterapeutti (AMK)

JALKOJENHOITAJA

Tiina Ala-Nissilä,
jalkojenhoitaja (AT)

HALLITUS 2023

Jokinen Tapio, puheenjohtaja
Oksa Raimo, varapuheenjohtaja
Vähätalo Markku, rahastonhoitaja
Paajanen Pirjo, sihteeri
Chryssanthou Jyri
Koskinen Rauni
Monnonen Markku
Paajanen Antti
Ranti Timo

Varajäsenet:
Mirja Kulo
Carita Virtanen

SOKERIPALA

Lounais-Suomen Diabetes ry:n
jäsentiedote 1/2023

LEHDEN TOIMITUS:

Marjo Grönfors, Mirja Kulo

KANSIKUVA: Tulppaanien aika,
Marjo Grönfors

Painopaikka PAINO-KAARINA OY,
painosmäärä 3400 kpl
Myynti ja aineisto Puh. 044 7350 121,
tiedotus@lounais-suomendiabetes.fi

Materiaalin jättöpäivät:
Nro 1 helmikuun 5. pv
Nro 2 toukokuun 7. pv
Nro 3 elokuun 6. pv
Nro 4 marraskuun 5. pv

AJANVARAUS KAIKILLE VASTAANOTOILLE

Puh. 040 758 5113.

TOIMISTON AUKIOLOAJAT:

Maanantai klo 9.30–16.30
Tiistai klo 9.30–16.30
Keskiviikko klo 9.30–16.30
Torstai klo 9.30–19.00
Perjantai (+ aattopäivät) klo 8.30–13.00

POIKKEAVAT AUKIOLOAJAT:

To 6.4. klo 8.30-13.00
Pe 7.4. suljettu
Ma 10.4. suljettu
Ma 1.5. suljettu
Ke 17.5. klo 8.30-13.00
To 18.5. suljettu

Sähköinen jäsenkirje

Olemme ottamassa käyttöön sähköisen jäsenkirjeen nopeampaa tiedottamista varten. Jos haluat liittyä postituslistalle, ilmoita sähköpostiosoitteesi toimistoon tai osoitteeseen

tiedotus@lounais-suomendiabetes.fi

Osoitteita ei luovuteta kolmannelle osapuolelle eikä käytetä muuhun kuin tiedottamiseen.

HUOM!

**Peruuttamattomasta ajasta
veloitetaan 41 €.**

Muistathan, että varaamasi ajan peruutus pitää tehdä edellisenä arkipäivänä, toimiston aukioloaikana. Äkillisissä tapauksissa kerro vastajaan, kuka olet ja milloin aikasi on.

MUUTOS VASTAANOTTOAJOISSA

Läheteellä asioivien vastaanottojen pituudet vuonna 2023 ovat Varhan kilpailutuksen myötä 45 min. Ainoastaan uuden asiakkaan ensimmäisen käynnin pituus on 60 min. Huomioithan tämän tullessasi vastaanotollemme.

**LIITY
JÄSENEKSI**

JÄSENEÄ SAAT:

SOKERIPALA-LEHDEN
4 KERTAA VUODESSA
SEKÄ
ALENNUKSIA MM.
TOIMISTOMAKSUISTA JA
TUOTTEISTA

**JÄSENMAKSU 28 EUROA
VUONNA 2023**

040 7585 113
www.lounais-suomendiabetes.fi

KYSY LISÄÄ!

Varhan parhaan on helppo hymyillä

Tätä kirjoittaessani on eletty jo toista kuu-kautta vuotta 2023, joka toi taas tullessaan useita uusia asioita, kuten uusilla vuosilla on tapana. Varsinais-Suomen hyvinvointi-alue eli tuttavallisemmin Varha aloitti toimintansa, ja samoihin aikoihin julkaistiin jalkojenhoidon suuren seudullisen kilpailutuksen päätökset.

Saimme kilpailutuksen parhaat yhteispisteet ja ainoana palveluntarjoajana ihan täydet laatuasteet! Voimmekin syystä ylpeänä todeta tuottavamme Varhan alueen laadukkaita läheteellistä jalkojenhoitopalvelua. Tähän mainittakoon, että ilman lähetettä jalkojenhoitoon tulevat asiakkaat saavat varmasti aivan yhtä tasokasta palvelua. Suhtaudumme toki tähän asemaan nöyrästi ymmärtäen, ettei korkea palvelun laatu muodostu itsestään, vaan sen eteen tehdään tunnollisesti töitä joka päivä.

Olenkin hurjan ylpeä meidän tiimistä, joka iltakausia valmisteli kilpailutuksen tarjousta, joka sai täysin ansaitusti täydet laatuasteet, joka on tehokkaan sujuvasti työaikojaan säästelemättä ja hyvässä yhteishengessä puurtanut läpi vuodenvaihteen ajanvarausruuhkan, ja joka on jaksanut prosessiviivästyksen vuoksi auki olevista sopimuskestymyksistä huolimatta hoitaa perustyön ihan joka päivä, laadusta tinkimättä.

Tulimme kilpailutuksessa valituksi palveluntuottajaksi peräti jokaiselle 13 osa-alueelle, ja jotta voimme tarjota palvelun kaikille tasapuolisesti, olemme varustamassa uutta innovaatiotamme, mobiiliyksikköä, eli täysin varusteltua jalkojenhoitoautoa, joka pystyy tuomaan jalkojenhoitopalvelut pienemmänkin terveysaseman alueelle, myös itsemak-saville asiakkaille.

Jalkojenhoitopalvelualueen laajenemisen lisäksi vuodenvaihteessa laajeni myös

itse yhdistyksemme ja sen toimialue, kun Vakka-Suomen Diabetes ry purkautui lähes 58 toimintavuotensa jälkeen ja tuli osaksi Lounais-Suomen Diabetes ry:ä. Jatkossa Vakka-Suomi on oma tärkeä osansa yhdistyksessämme, ja Vakka-Suomen paikallista toimintaa tuetaan parhaalla mahdollisella tavalla. Yhdistyksen hallitukseen saatiin myös Vakka-Suomen oma edustus.

Yhdistyksen uusi hallitus aloitti motivoituneena aktiivisen toimintansa ja kutsuu kaikki jäsenet koolle maaliskuun lopulla yhdistyksen yhteiseen kevätkokoukseen, jonka ilmoituksen löydät lehdestä tuonnempaa. Lähdehän juuri Sinäkin mukaan vaikuttamaan ja keskustelemaan diabeetikoille tärkeistä asioista! Tilaisuudessa kuulemme myös ansioituneen pitkän linjan diabeteslääkärin ja diabeetikon, LT Markku Vähätalon, puheenvuoron siitä, mitä on diabeteksen hoito tänään. Tervetuloa!

Valoisaa kevättä toivottaen
Marjo Grönfors



Vakka-Suomen Diabetes ry



VAKKA-SUOMEN DIABETES TIEDOTTAÄ:

Vakka-Suomen Diabetes ry:n perustamiskokous oli 24.1.1965 silloisen Uudenkaupungin kaupunginjohtaja Olavi Salaterän johtamana. Lähes 58 vuotinen toiminta tuli kuitenkin päätökseensä vuonna 2022 lopullisesti yhdistyksen purkauduttua.

Diabetesta sairastavien edunvalvonnan ja vertaistuen kannalta on tärkeää, että jäsenyys diabetesyhdistyksessä säilyy. Näin ollen Vakka-Suomen Diabetes ry:n vanhoja jäseniä suositellaan liittymään Lounais-Suomen Diabetes ry:n jäseniksi.

Lounais-Suomen Diabetes tuottaa palveluja, jotka ovat kaikki yhtä lailla tarkoitettu tulevaisuudessa myös Vakka-Suomen Diabetes ry:n vanhoille jäsenille heidän liityessään Lounais-Suomen Diabeteksen jäseniksi. **Vakka-Suomen alueen olemassa olevat edut ja palvelut säilytetään**, jolloin edut ja palvelutarjonta on laajempaa ulottuessaan myös Turun alueelle.

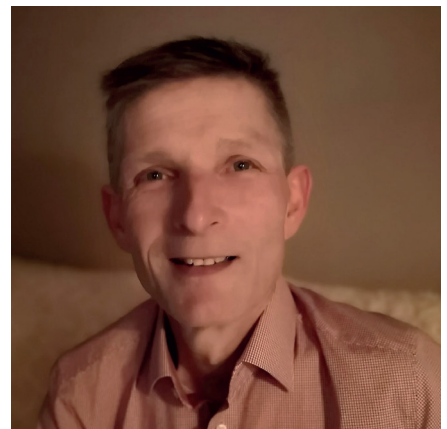
Diabetesasema Turussa on kaikkien jäsenien käytettävissä, kuten kaikki muutkin yhdistyksen palvelut esim. jalkahoidot. Yhdistyksen tiedotuslehti 'Sokeripala' ilmestyy 4 kertaa vuodessa ja se postitetaan kaikille jäsenille.

Syksyn aikana tehostuu yhteydenpito uusien AV-laitteiden hankintojen myötä myös Vakka-Suomen alueelle, jolloin mm. Turussa järjestettävät yhteistilaisuudet, tuote-esittelyt, asiantuntijaluennot ja muu toiminta saadaan helposti vakkasuomalaisien ulottuville.

Vakka-Suomen alueen toimintaa halutaan ylläpitää paikallisesti ryhmätoimintana ja tähän toimintaan toivotaankin Vakka-Suomen alueelta aktiivista toimijaa.

Vakka-Suomen alueen yhteyshenkilönä toimii
Jyri Chryssanthou
puhelin 040 5566 477
sähköposti [jjyri.chryssanthou\(ät\)gmail.com](mailto:jjyri.chryssanthou@gmail.com)

Ystävällisin terveisin
Jyri Chryssanthou
Lounais-Suomen Diabetes ry



Yhdistyksen uusi varapuheenjohtaja esittäytyy

Raimo Oksa tai tutusti ROksa

Olen 66-vuotias valtiotieteenmaisteri, jäänyt eläkkeelle viime kesäkuun alussa Turun kaupungin palvelupäällikön tehtävistä. Toimin viimeiset kymmenen vuotta Turun kaupungin ylläpitämien julkisen palvelun yhteispalvelupisteiden Skanssin ja Kauppatorin Monitorien vastuuhenkilönä. Olen naimisissa, vaimoni toimii erikoishammaslääkärinä Tyksissä ja asumme Turun Pitkämäessä.

Meillä on kaksi aikuista tytärtä, joista kumpikin asuu jo omillaan - toinen Helsingissä, toinen Turussa. Harrastan laaja-alaisesti lukemista, tietovisoja ja innostun erityisesti maailman- ja kansanmusiikista.

Diabetes ja minä

Olen tunnistettavasti ollut 2-tyypin diabeetikko vuoden 2004 alusta, jolloin työuralla tapahtui voimakas muutos, ja rupesin toisen kerran yksityisyrittäjäksi. Asumme tuolloin Savonlinnassa. Sain lääkityksellä, ruokavalion muutoksilla ja liikunnan lisäämisellä diabeteksen ja elämän melko hyviin uomiinsa moneksi vuodeksi. Asteittainen painonpudotus myös auttoi. Kun siirryin Turun kaupungille töihin toisen kerran 2011, pääsin vuosiksi hyvien työterveydenpalveluiden piiriin, ja kontrolli tautiin pysyi melko hyvin. Kun siirryin eläkkeelle 1.6. viime kesänä, oli jälleen aika ryhdistäytyä diabeteksen hoidossa ja tehoissa. Lääkitys oli melko mietoa ja arvot hiukan hakusessa. Nyt jälleen tilanne vaikuttaa tasapainoiselta. Minulla on nyt hyvä diabeteshoitaja ja diabeteslääkäri julkisen palvelun puolella. Yhdistyksen jalkahoidon palvelut vaikuttavat myös hyviltä ja tarpeellisilta.

Kuinka voisin auttaa yhdistystä, tavoitteena kehittää yhdistyksen hallituksen toiminnassa sen yhteiskunnallista vaikuttavuutta ja positiivista julkiskuvaa

Olen yhteiskunnallisen viestinnän ja vaikuttamisen ammattilainen. Minulla on reilun 35 vuoden työkokemus julkishallinnon kehittämishankkeista, erityisesti asiakaspalvelun, viestinnän ja vuorovaikutuksen kehittämistä. Olen työskennellyt Turun, Helsingin ja Savonlinnan kaupungin eri tehtävissä. Toisaalta olen toiminut viestintäalan yrittäjänä runsaat kymmenen vuotta. Pääpainona ovat olleet viestinnän keinot ja välineet, johdon konsultointi ja strategisen viestinnän kehittäminen. Omaan laajat ja hyvät yhteiskunnalliset kontaktit julkishallinnon (valtio- ja kunta-hallinto) eri sektoreilla ja kontaktipintaa päättäjaverkostoihin.

Olen toiminut sekä virkamiehenä että luottamushenkilönä. Minulla on positiivista palautetta saanut yhteistyökyky sekä koeltua esiintymistaitoa. Lisäksi yhteiskunnallisessa järjestötyössä (noin 45v. aikana) on edustuksellisen demokratian erilainen toiminta tullut monipuolisesti tutuksi niin valtakunnallisella, maakunnallisella kuin kuntatasollakin.

Diabetesliitto ja me alueelliset yhdistykset ja niiden noin 50 000 jäsentä, joiden puolia me pidämme -diabeteksen tyypistä riippumatta- annamme kasvot diabetekselle ja viemme diabeetikoiden ääntä päätöksentekoon. Toimimme ja vaikutamme laaja-alaisesti: painopisteitämme ovat diabeetikoiden tukeminen, diabetesosaimisen edistäminen ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen.

Haluan osaltani edistää tätä työtä diabeetikoiden hyvän hoidon puolesta ja yhdistyksen roolia vahvana kolmannen sektorin toimijana kehittämällä yhdistyksen viestintää ja diabeetikoiden tiedonsaantia eri medioiden välityksellä. Haluan tukea diabeetikoiden yhteistä asiaa yhteistyössä alan lääketieteellisten asiantuntijoiden kanssa. He antavat neuvoja diabeteksen diagnosointiin ja hoitoon liittyvissä asioissa.

Käytettävissä

Raimo Oksa

**Uusi yhdistyksen hallituksen
varapuheenjohtaja v. 2023 -**



UUDEN HALLITUKSEN ENSIMMÄINEN KOKOUS 9.1.2023



Paikan päällä kokoustilassamme
Aseman Salissa olivat Timo Ranti,

Antti Paajanen, Raimo Oksa, Tapio Jokinen
(pöydän päässä), Mirja Kulo, Pirjo Paajanen
sekä Rauni Koskinen.

Markku Monnonen ja Jyri Chryssanthou
osallistuivat etäyhteydellä
samaa kokoukseen.

Hallituksen jäsenet:

Tapio Jokinen pj.

Raimo Oksa vpj.

Pirjo Paajanen siht.

Markku Vähätalo rahastonhoitaja

Jyri Chryssanthou

Rauni Koskinen

Markku Monnonen

Antti Paajanen

Timo Ranti

Varajäsenet:

Mirja Kulo

Carita Virtanen

Jalkaongelmia ja niiden ehkäisyn saloja ratkottiin tammikuussa Diabetesasemalla Fysiopaletin ja Respectan kanssa yhteistyössä

***Ihmeteltiin yhdessä
kenkiin käytettävää
joustavaa nahkaa!***



Fysiopaletin Jarmo Kari (vas.) luennoi pitkällä kokemuksella jalkaoireista ja erikoisjalkineista sekä esitteli maailmanuutuuksia materiaaleista malleihin.

Kannattaa käydä liikkeesä tutustumassa, jos et päässyt paikan päälle!

Diabetesyhdistyksen jäsenet saavat -10% alennuksen tuotteista ja palveluista!

Respectalta meille olivat luennoimassa jalkaterapeutit **Pauliina Tiihonen** ja **Teia Vuorinen**.

Tupa saatiin täyteen väkeä ja luento herätti kiinnostunutta keskustelua.

Respecta myöntää jäsenillemme -10% alennuksen jäsenkorttia näyttämällä.





YHDISTYKSEN KEVÄTKOKOUS

28.3.2023 klo 18.00

**LT Markku Vähätalo
luennoi aiheesta
"Diabeteksen hoito tänään"**

Kahvitarjoilu klo 17.30

Taimi II, Puutarhakatu 21

Kaikki mukaan!



Annamme Diabetesyhdistyksen jäsenille
kaikista tuotteistamme ja palveluistamme
-10% alennuksen 2023 aikana!

Tutustu tuotteisiimme ja palveluihimme
osoitteessa fysiopaletti.fi

Yliopistonkatu 26, Turku & Horninkatu 9, Salo

Tyyppin 2 diabeteksen ja esidiabeteksen hoito Varsinais-Suomessa

Olen työskennellyt pitkään diabeteslääkärinä Paimion-Sauvon terveyskeskuksessa Marjon työparina. Aktiiviurani jälkeen innostuin tekemään tutkimusta diabeetikoiden hoidon tilanteesta. Lähdin liikkeelle oman terveyskeskukseni paikallisesta diabetesrekisteristä, jota olimme ylläpitäneet vuodesta 1998 alkaen. Saatuani tutkimusluvut kaikista Varsinais-Suomen terveyskeskuksista olen laajentanut tutkimustani koskemaan koko Varsinais-Suomea.

Diabetes on merkittävä kansantauti, jota sairastaa Suomessa lähes puoli miljoonaa henkilöä. Diabetes vaikuttaa yksilön hyvinvointiin ja johtaa lähes poikkeuksetta liitännäissairauksien kehittymiseen, mikä aiheuttaa terveydenhuollolle ja yhteiskunnalle huomattavia lisäkustannuksia.

Suomeen ollaan vihdoin saamassa myös kansallinen diabeteksen laaturekisteri, jonka avulla voidaan verrata diabeteksen hoidon tuloksia eri puolella Suomea.

Tavoitteet:

Tutkimukseni tarkoituksena oli tutkia, onko esidiabeteksen ja diabeteksen esiintyvyydessä, hoitokäytännöissä, hoitotasapainoisuudessa ja liitännäissairauksien hoidossa eroja Varsinais-Suomen eri terveyskeskusten välillä. Vertasin myös hoitotuloksia valtakunnallisen diabeteksen laaturekisteripilotin tuloksiin ja kirjallisuudessa esitettyihin tuloksiin.

Tavoitteena oli myös, että tuloksista olisi hyötyä vertaisarvioinnissa ja pohjatietona terveydenhuollon ammattilaisille ja päättäjille hoidon laadun ja tasa-arvon parantamisessa.

Aineisto

Tutkimusaineistoon poimittiin TYKSlabin aineistosta ja viiden terveyskeskuksen omista laboratoriotietokannoista vuodesta 2005 alkaen henkilöt, joilla paastosokerin, sokerirasituskokeen tai HbA1c-tutkimusten tulokset ylittivät normaaliarvot. Diabeteksen seurannassa käytetyt laboratorioarvot olivat saatavilla kaikista terveyskeskuksista ja lisäksi aineistoon poimittiin Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin potilasrekisteritiedot ja Kelan tiedot lääkkeiden erityiskorvausoikeuksista sekä diabetes- ja sydän- ja verenkiertolääkkeiden lääkeostoista.

Valitettavasti muut perusterveydenhuollon tiedot eivät olleet vielä tietoaltaassa tässä vaiheessa.

Tein tutkimusta etäyhteydellä TYKSin Auria tietopalvelun tietoturvalisessä ympäristössä. Tulosten alustavassa analyysissä apunani oli TietoKaira OYn toimittama DiabetesMittari -niminen raportointiohjelmisto.

Esidiabeetikot tunnistettiin, jos sokeriarvot olivat koholla, mutta eivät ylittäneet diabeteksen raja-arvoja eikä diabetesta oltu todettu muillakaan perusteilla. Tyyppin 2 diabetes tunnistettiin laboratorioarvojen, kirjattujen diagnoosien, lääkeostojen ja erilliskorvausoikeuden perusteella ja sulkeamalla pois muut diabetestyyppit.

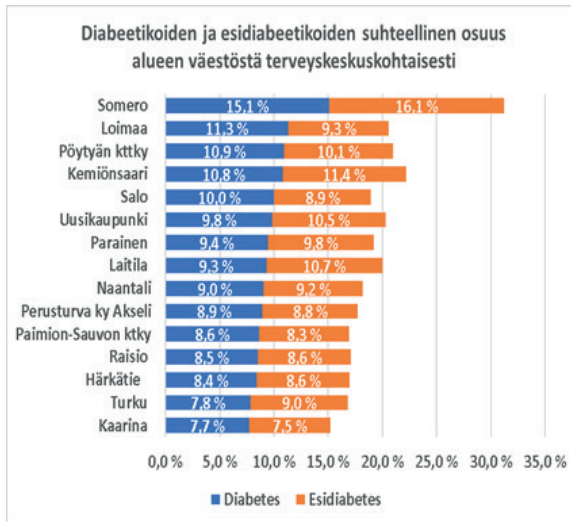
Tutkimuksessa verrattiin diabeteksen ja esidiabeteksen esiintyvyyttä eri terveyskeskusten alueiden väestössä sekä tyyppin 2 diabeteksen Käypä hoito -suosituksen mukaisten laatuindikaattoreiden tuloksia 25–74-vuotiaiden ikäryhmässä. Veren rasva-arvojen hoitokäytäntöjä tutkittaessa huomioitiin erikseen ne potilaat, joilla oli tai ei ollut todettu liitännäissairauksia. Liitännäissairauksina huomioitiin diagnoosien perusteella iskeeminen sydänsairaus, sydämen vajaatoiminta, eteisvärinä, aivoverenkierron sairaus, alaraajojen valtimosairaus, diabeteksen silmänsairaus, diabeteksen munuais-

tauti tai diabeettinen hermosairaus. Diabeteksen munuaistauti tunnistettiin lisäksi eGFR- ja U-AlbKre-tulosten perusteella.

Tulokset

Erot diabeteksen ja esidiabeteksen esiintyvyydessä eri terveyskeskusten välillä olivat tilastollisesti merkitseviä. Tähän vaikuttivat osaltaan erot terveyskeskusten ikärakenteessa. 75 vuotta täyttäneiden osuus vaihteli terveyskeskusten välillä 8,6 % - 15,4 %.

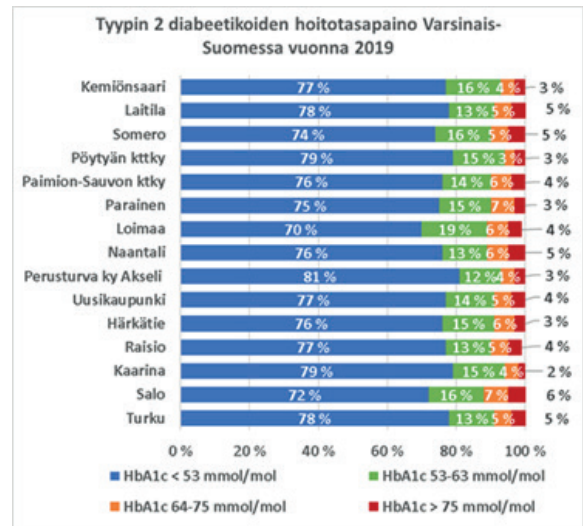
Kuva 1.



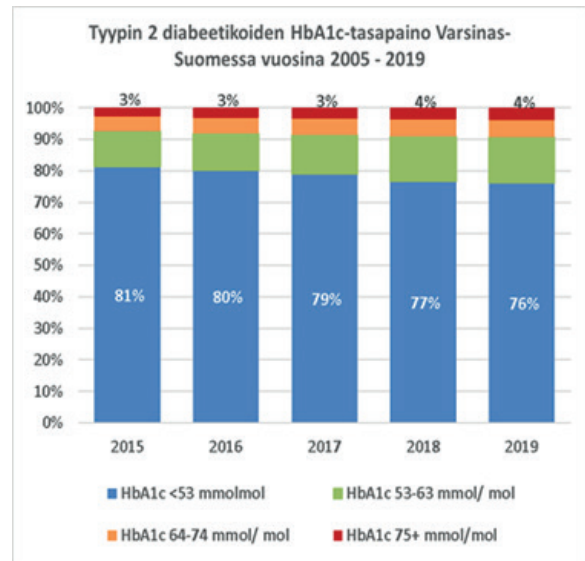
Tyypin 2 diabeetikoiden verensokeritasapaino oli erinomainen ja lähes kaikissa terveyskeskuksissa hyvän (< 53 mmol/mol) tai kohtalaisen hoitotasapainon (< 64 mmol/mol) saavutti lähes 90 % potilaista ja erittäin huonossa tasapainossa oli vain alle 5 % tutkituista. B-HbA1c oli tutkittu yli 90 %:lla diabeetikoista suurimmassa osassa terveyskeskuksia. Tulokset olivat samaa tasoa kuin muualla Suomessa diabeteksen laaturekisteripilotin loppuraportin tuloksiin verrattuna ja B-HbA1c:n keskiarvo oli parempi kuin Ruotsin diabetesrekisterissä vuonna 2019 raportoitu keskiarvo.

Sen sijaan aikajanalla tarkasteltuna voidaan todeta HbA1c-tulosten hieman huonontuneen vuosien 2015 ja 2019 välillä.

Kuva 2.



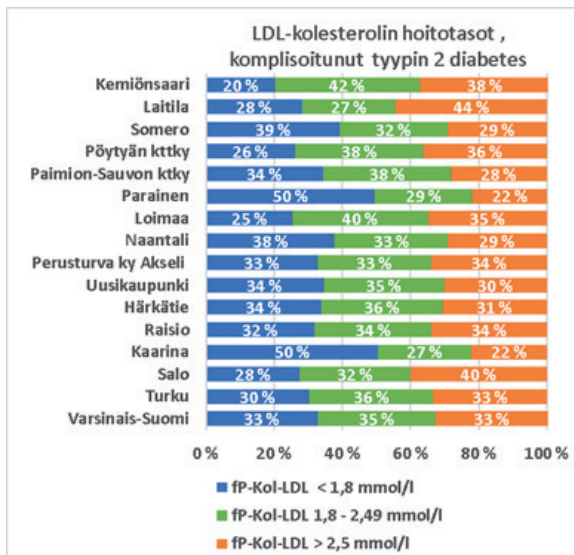
Kuva 3.



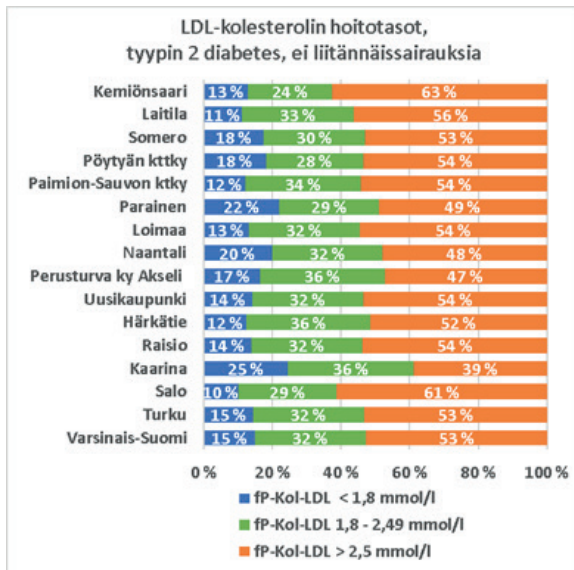
Sen sijaan LDL-kolesterolin tavoitetasot toteutuivat Varsinais-Suomessa huonommin kuin muualla Suomessa. Vain kolmasosa komplisoitunutta diabetesta sairastavista pääsi tutkimuksen ajankohtana olleeseen Käypä hoito -suositukseen mukaiseen tavoitetasoon 1,8 mmol/l ja alle puolet niistä diabeetikoista, joilla ei ollut lisäsairauksia, saavutti kaikille diabeetikoille suositellun tavoitetasoon < 2,5 mmol/l. Nykysuosituksen mukaisen tavoitetasoon < 1,4 mmol/l, saavutti harvempi kuin joka kuudes tyypin 2 diabeetikko.

Kolesterolia alentava lääkitys oli käytössä yli 90 %:lla tavoitteeseen päässeistä, mutta sitä pienemmällä osalla potilaista, mitä korkeampi oli LDL-kolesterolin hoitotasoa.

Kuva 4.



Kuva 5.

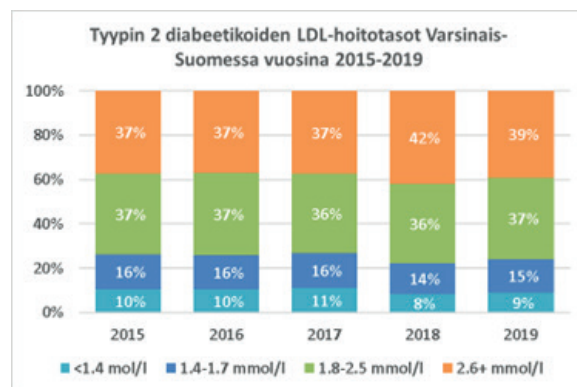


Lisäsairauksien esiintyminen oli lähes kaksinkertainen miehillä verrattuna naisiin sekä tyyppin 2 diabeetikoilla että esidiabeetikoilla. Naisten LDL-kolesterolin hoitotasapainot olivat miehiä huonompia sekä komplisoidussa taudissa että niillä, joilla ei ollut lisäsairauksia. Naisilla

oli huonompi hoitotasapaino ja he käyttivät vähemmän kolesterolia alentavien lääkkeitä kuin miehet. Miehillä kohonnutta diabetesriskiä ei tunnusteta ajoissa, vaan diabetes todetaan heillä usein vasta komplikaatioiden yhteydessä.

Valitettavasti myös LDL-arvojen suhteen tulokset ovat menneet viime vuosina huonompaan suuntaan.

Kuva 6.



Diabeteksen munuaistaudin seulonta toteutui Varsinais-Suomessa erinomaisesti eGFR-tutkimuksen osalta. Sen sijaan albuminuriamääritys puuttui joka kolmannelta.

Diabeteksen munuaistaudin seulontaa tulisi siis tehostaa ja hoitoa kohdentaa uusimpien suositusten mukaisesti.

Hoidon painopistettä tulisi siirtää näiden alihoidettujen korkean riskin potilaiden hoitoon ja toisaalta riskipotilaiden tunnistamiseen ja ohjaamiseen tehostettuun omahoitoon jo esidiabetesvaiheessa.

Tämä tutkimus, siihen liittyvät kuvat, tilastolliset analyysit sekä artikkelin kirjallisuusviitteet on julkaistu Yleislääkärilehdessä numero 5 / 2022, sivut 13-19.

Artikkeli on luettavissa internetissä osoitteessa: <https://www.lukusali.fi/> hakusanalla: yleislääkäri

Kirjoittaja:
Merja Laine
Yleislääketieteen erikoislääkäri
Diabeteksen hoidon erityispätevyys



0-3 v. Diabeetikolasten PERHEKAHVILATOIMINTA

Suunnitteilla alkavaksi Skanssissa maaliskuussa!

Seuraa ilmoittelua Turun Sanomien yhdistyspalstalla,
meidän Facebookissa ja kotisivuilla.
Lisätietoja toimistolta puh. 044 7350 121



Pikku naisia

la 6.5.2023 klo 14.00

Turun Kaupunginteatterissa

Lipun hinta väliaikatarjoiluineen on jäseneltä 49 € ja ei-jäseneltä 55 €.

Narikka ja bussilippu Föli-linjoilla

(3 t ennen ja 2 t esityksen jälkeen) sisältyvät lipun hintaan.

Rakastettu tarina tytöistä, jotka eivät epäröi etsiä omaa polkuaan.

Tytöt, sisaret, taiteilijat, oman tiensä kulkijat... Jo, Meg, Beth ja Amy kutsuvat sisään luovaan, hauskaan ja rakastavaan maailmaansa, jota pyörittävät naiset, sillä Yhdysvalloissa 1860-luvulla käytävä sisällissota on jättänyt Marchin perheen pärjäämään ilman isää. Elämänjanoiset sisarukset rakentavat haluamansa todellisuuden ullakolle ja tarinoihinsa. Kodin sallivassa ilmapiirissä heillä on mahdollisuus kokeilla naisilta kiellettyjäkin asioita. Erilaisista luonteista huolimatta sisarusten välillä on vahva yhteys eikä se horju, vaikka he kohtaavat vastoinkäymisiä, kolauksia ylpeydelle ja kipeän menetyksen. Tytöt uskovat itseensä ja toisiinsa – ja pystyvät mihin vain!



Vetovoima säilyy sukupolvelta toiselle.

Lavalla nähdään mm. Isla Mustanoja,
Katariina Havukainen, Anna Airola ja
Linda Hämäläinen.

**Sitovat ilm. ja maksut 3.4. mennessä
puh. 044 7350 121**

Maksut tilille FI96 5716 9020 1144 71

(Teksti lainattu teatterin sivuilta)



Pirjo Seppälä


Pirjoa lämpimästi muistaen ja
yhteisistä vuosista kiittäen
Lounais-Suomen Diabetes ry

IN MEMORIAM



20 JOULUKUUTA 2022





Pirjo Riitta Seppälä nukkui 67 -vuotiaana, diabeteksen liitännäissairauden ja koronan uuvuttamana ikiuneen 20.12.2022, Saarijärven vuodeosastolla.

Pirjo oli pitkäaikainen järjestötyön vaikuttaja, hän oli Lounais-Suomen Diabetes ry:n toiminnassa alusta asti. Hän oli monessa muussakin toiminnassa puuhanaisena, mm. TVJ (Turun Vammaisjärjestö ry) ja Reumayhdistys ry, Turun kaupungin vammaisneuvosto.

Pirjo nähtiin usein myös Diabetesasemalla työn touhussa. Hän oli diabeetikko ja kokemuskouluttaja, hän kävi kertomassa sekä opastamassa tulevia sairaanhoitajia, ja hän toimi valtakunnallisessa auttavassa puhelimesta myös vuosia.

2015 loppuvuodesta, Pirjo sanoi Lounais-Suomen Diabetes ry:n toiminnalle hyvästit. Hän pakkasi miehensä kanssa Turun elämän pahvilaatikoihin ja he muuttivat maaseudun rauhaan. Upeaan taloon järven rannalle Keski-Suomeen ja tämä oli heidän maanpäällinen taivas.

Pirjo ihmisenä oli vahva persoona, oikeudenmukainen, rauhallinen, mutta tiukka vaadittaessa, huumorintajuinen ja herkkyyttäkin hänestä löytyi - sitä puolta harva pääsi näkemään. Energisenä ihmisenä, hän oli harrastanut nuorempina kilpatanssia - silmät hänellä säihkyi, kun asiasta puhetta tuli.

Sitkeyttä hänestä löytyi uskomaton määrä. Kerran hänellä murtui nilkka kesäisellä puutarharetkellä, Virossa. Muutenkaan retki ei mennyt ihan suunnitelmien mukaan, mutta hän oli päättäväisesti päättänyt olla mukana, loppuun asti, vaikka retkiopas yritti häntä käännättää.

Häneltä löytyi myös luovuutta ja taiteellista silmää, mutta diabeteksen etenevät liitännäissairaudet estivät toteutuksen.

”Luonto on antanut meille lyhyen elämän,
mutta hyvin käytetyn elämän muisto on ikuinen.”

Ystävydestäsi kiittäen
Pirjo Hack



Keho ja mieli rennoksi! - rentouttavan venyttelyn avulla

Jomon-Shindo on pysähtymistä ja lepoa - lupa rentoutua. Shindon meridiaanivenytyksillä lisää kehon joustavuutta rentouden ja rauhallisen hengityksen avulla. Yhdistämällä venytyksiin Jomon -kiertotaivutusliikkeitä, aktivoit kehon energiakiertoa. Syvä hengitys aktivoi kiertäjä- eli vagushermaa. Hermon aktivoiminen tukee yleistä hyvinvointia, henkistä tasapainoa ja palautumista.

***Jomon-Shindo sopii kaikenikäisille
ja -kuntoisille.***



Miten Jomon-Shindo vaikuttaa?

Parantaa nivelten sekä kalvorakenteiden liikkuvuutta ja toimintakykyä, auttaa parantamaan kehon nestekiertoa ja aineenvaihduntaa. Kehotyöskentelytunnilla tehtävät harjoitteet aktivoivat jalkaterän pieniä lihaksia ja parantavat jalkojen verenkiertoa.

Jomon-Shindoa harrastava diabeetikko kertoo verensokerin heilahtelujen vähentyneen. Tunneille osallistuneet kertovat myös stressin vähentyneen, verenpaineen laskeutuneen ja unen parantuneen.

Tule kokeilemaan tuolilla istuen tehtävää venyttelyä Diabetesasemalle.

Keskiviikkoisin klo 11 – 12.15
1 krt/ 15 €, 6 krt/70 €

Ohjaajana toimii Terhi-Maria Ekman,
Jomon-Shindo® -rentoutusohjaaja.

Ilmoittaudu Diabetesasemalle
nro 040 758 5113.

Keskustelutukea ja yksilöllistä valmennusta

Elämään kuuluu erilaisia haasteita silloin tällöin. Välillä taas tarvitsee tsemppausta ja ajatusten vaihtoa, kun on siirtymässä elämässään johonkin uuteen. Ajatusten selkeyttämistä ja omien voimavarojen vahvistamista jokainen tarvitsee ajoittain. Ratkaisukeskeinen valmennus vahvistaa sinua ja selkeyttää ajatuksiasi. Valmennus auttaa sinua eteenpäin päätöksenteossasi ja vaihtoehtoisten näkökulmien löytämisessä.

Meillä jokaisella on voimavaroja, osaamista ja neuvokkuutta, joilla elämän solmukohtia voi purkaa. Koulutettu valmentaja auttaa tiedostamaan ja löytämään omat voimavarat käyttäen ratkaisukeskeisen lyhytterapian mallia ja työskentelytapaa. Ratkaisukeskeisessä valmennuksessa työskentely on hyvin käytännönläheistä, toiveikkuutta herättävää ja katse suuntautuu tulevaisuuteen ja tavoitteisiin. Menneisyyttä käsitellään vain sen verran, kuin se on tarpeellista. Käsiteltävät aiheet eivät välttämättä vaadi pitkää hoitosuhdetta, vaan ennemminkin rinnalla kulkaa sekä näkökulmien avaajaa. Tilanteesi voi helpottua jo muutamalla tapaamiskerralla.

Viime syksystä alkaen Diabetesasemalla on voinut varata ajan ratkaisukeskeiseen valmennukseen/terapiaan. Asiakkaat ovat pitäneet tärkeänä, että nyt on tullut mahdollisuus saada keskustelutukea ja valmennusta – on mahdollisuus tulla kuuluksi. Ratkaisukeskeinen valmennus on ennaltaehkäisevää, matalan kynnyksen terapeutista keskustelua, johon et tarvitse lääkärin lähetettä. Valmennus sopii hyvin sekä aikuisten että lasten ja nuorten kanssa työskentelyyn. Tapaamiset ovat täysin luottamuksellisia.

Kaikki voivat varata ajan keskustelemaan, valmennukseen, terapiaan. Ajan varaaminen ei edellytä yhdistyksen jäsenyyttä tai diabetesta. Varaa aika nrosta 040 758 5113.

Teksti ja kuvat Terhi-Maria Ekman



WANTED!

Aseman Salin näyttävä vitriini on hieman orvon näköinen ja tarjoaisi arvokkaan paikan esillepanoon. Olisiko sinulla kaapin perälle unohtuneita "antiikkisia" diabetesvälineitä, jotka haluaisit lahjoittaa tai lainata vitriiniin muidenkin nähtäväksi?

Jos on, ota yhteyttä toimistoon!



LOGOMO

K50-messut LOGOMOSSA 13.5.2023 klo 11–17!

MEKIN OLEMME MUKANA, OSASTOMME ON 28.

NÄET MEIDÄT HETI SISÄÄN TULLESSASI KESKIKÄYTÄVÄLLÄ.

TERVETULOA NAUTTIMAAN VIHTEELLISESTÄ OHJELMASTA JA

MIELENKIINNOISISTA TIETOISKUISTA TERVEYDESTÄ,

HYVINVOINNISTA,

MATKAILUSTA JA KULTTUURISTA.

OSASTOLLAMME ESITTELYJÄ JA KILPAILUKIN LÖYTYY.

TULE MUKAAN!

Diabetesvastaanotto, Varha

Turun kaupungin, -nykyisin Varhan (Varsinais-Suomen hyvinvointialue) diabetesvastaanotto on toiminut jo vuodesta 1985 alkaen. Toiminta alkoi Mäntymäen terveysasemalta kollega Markku Vähätalon aloitteesta.



Diabetesvastaanotto sijaitsee Lounais-Suomen Maalaistentalossa

Monenlaisia muutoksia on matkan varrella ollut! Potilasmäärä on kasvanut, lääkehoito kehittynyt ja hoito teknistynyt. Tavoitteet ovat tiukentuneet ja nykyisin hoito on hyvin yksilöllistä.

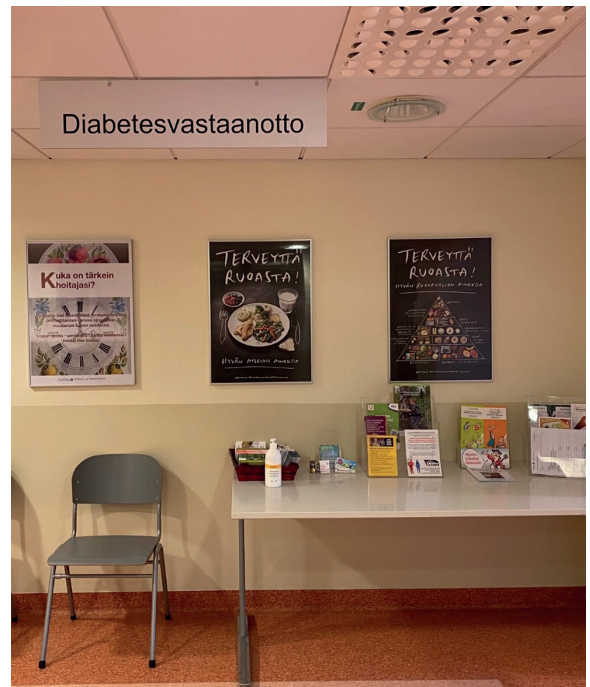
Viimeisin ja ehkä suurin muutos tapahtui vuodenvaihteessa 2022-2023, kun siirryimme Turun kaupungin työntekijöistä Varhan alaisuuteen. Turku on jaettu kahteen sosiaalikeskukseen. Tämä muutos ei vielä näy potilaille, -henkilökunnalle sitäkin enemmän. Meillä on vaihtunut mm. sairaskertomusohjelma, tietokoneet, sähköposti, palkanmaksaja ja esihenkilöt. Tulevina vuosina muutoksen on tarkoitus näkyä myös potilaille, -toivottavasti positiivisena ja vieläkin parempana ja tehokkaampana toimintana kuin nykyisin!

Työpaikkamme sijaitsee Puutarhakadulla arkkitehtonisesti arvokkaassa Maalaistententalossa. Meillä on 3 diabeteslääkärinä, 4 diabeteshoitajaa sekä osa-aikainen lähihoitaja.

Diabetesvastaanotolla hoidamme turkulaisia ja Turun hoitopaikakseen valinnoita yli 18 -vuotiaita tyypin 1 diabeetikkoja sekä tyypin 2 diabetes -konsultaatiopotilaita. Mikäli potilaamme haluaa siirtyä muualle hoitoon tai ulkopaikkakuntalainen haluaa siirtyä meille, täytetään entiseen tapaan terveyskeskuksen vaihtolomake. Hoidossamme on noin 1500 diabetesta sairastavaa.

Insuliinipuutosdiabetesta sairastavat voivat itse varata ajan diabetesvastaanotolle. Konsultaatiopotilaat tulevat läheteellä ja käyvät diabeteslääkärillä ja -hoitajalla yksilöllisen tarpeen mukaan ja hoitotasapainon parantua palaavat terveysaseman lääkärin hoitoon.

”Hoidossamme on noin 1500 diabetesta sairastavaa”



Aina ennen ensimmäistä käyntiä on diabeteshoitajan ensikäynti. Diabeteshoitaja selvittää perusteellisesti diabeteksen esitiedot lisäsairaudet, hoitotarvikkeet, tekee tarvittaessa vuosilaboratoriolähetteen ym.

” Aina ennen ensimmäistä käyntiä on diabeteshoitajan ensikäynti ”



Diabetesvastaanoton kaikki hoitajat 2/2023: dh Jaana Koivula, dh Taina Inberg, Ih Riitta Talske, dh HannaKaisa Laine sekä dh Elina Pyysalo.

Käytössämme on sähköinen asiointi (eTerveyspalvelut), joka mahdollistaa käyntien välillä yhteydenotot.

Diabetesvastaanotolla hoidamme diabetekseen liittyvät asiat, esim. lisäsairauksien diagnostiikan ja hoitonojauksen, verenpainetaudin ja koholla olevan LDL kolesterolin. Akuuttiasiat ja diabeteksen hoitoon liittymättömät asiat hoidetaan omalla terveysasemalla.

Hoidossamme on insuliinipumppu- ja sensoripotilaita. Sensorointi voidaan aloittaa monipistoshoitaisille insuliininpuutosdiabeetikoille ja erityistilanteissa tyyppin 2 yhdistelmähoitaisille (esim. kun kyseessä on ammattiautoilija tai monisairas vanhus).

Otamme kantaa mm. hankaliin ajokykyasioihin, sensori / pumppualoituksiin, ateriainsuliinin aloituksiin. Tarvittaessa teemme läheteitä erikoissairaanhoidon esim. sydäntutkimuksiin, verisuonikirurgin konsultaatioon tms. Annamme myös konsultaatioapua terveysasemien lääkäreille ja diabetesvastuuhoitajille.

Tyyppin 2 diabetesta sairastavat hoidetaan terveysasemilla

Terveysasemilla on käytössä moniammatillinen tiimimalli. Jokaisella terveysasemalla on tyyppin 2 diabeteksen hoitoon koulutettuja diabetesvastuuhoitajia, jotka antavat tyyppin 2 diabetesta sairastavalle ohjausta ja neuvontaa. Ensisijaisesti he konsultoivat terveysaseman omalääkäriä, mikäli tarvitaan hoidon tehostusta. Terveysasemilla aloitetaan mm. perusinsuliinihoito, GLP-1 analogi ja/tai SGLT-2 lääkitykset. Terveysasemilla on myös mahdollisuus mitata ABI -mittauksia (nilkka-olkavarsipainesuhteen mittausta) alaraajojen verenkierron tutkimiseksi. Sensorointimahdollisuuksia ei terveysasemilla ole.

Sekä diabetesvastaanotolta että terveysasemilta ohjataan potilaita silmänpohjakuvaus- ja jalkojenhoitoon (mikäli jalkojen riskiluokka 1-3) ja vuosilaboratoriokokeille. Nykyisin peruskokeet voidaan ottaa ei-paastona. Hoitotarvikkeet diabetesta sairastava saa hoitotarvikejakelusta omalääkärin tekemän hoitosuunnitelman mukaan. Potilaat tilaavat hoitotarvikkeet itse, joko sähköisesti eTerveyspalvelujen kautta tai soittamalla hoitotarvikejakelun hoitajalle.

Ikääntyneiden palvelut

Mikäli potilas on kotisairaanhoidon lääkärin hoidossa, omalääkäri voi tarvittaessa konsultoida diabeteksen hoidon osalta vanhuspalveluiden diabeteskonsulttilääkäriä. Vanhuspalveluissa diabeteskonsulttilääkärinä toimii nykyisin Mira Laitala ja diabeteshoitajana Anne Sjöroos, asumispalveluissa Anniina Ekola.

Kotihoidon potilaan siirtyessä terveysaseman lääkäriltä kotihoidon lääkärille tai potilaan muuttaessa asumispalveluyksikköön, siirtyy diabeteksen hoitovastuu samalla Diabetesvastaanotolta/terveysasemalta kotihoitoon tai asumispalveluyksikköön.

DIABETESVASTAANOTON YHTEYSTIEDOT

(vain diabetesvastaanoton asiakkaille)

**Osoite: Puutarhakatu 8b DF rappu,
toinen kerros, 20100 Turku
Puh 040 1326162
klo 8-11.30 (takaisinsoitto)**

Diabeteshoitajat:

Taina Inberg, Hanna-Kaisa Laine,
Elina Pyysalo ja Jaana Koivula

Diabeteslääkärit:

Anne Artukka, Taina Mustila ja
Ari Janatuinen

TURUN TERVEYSASEMAT, ajanvaraus:

Turun terveysasemien yhteinen
ajanvarausnumero (02) 266 1130
palvelee ma - pe klo 8.00-14.00.

Pansion ulkoistetun terveysaseman oma
ajanvarausnumero (02) 266 1031
palvelee ma - pe klo 8.00-15.00.

Teksti ja kuvat:

Anne Artukka (kuvassa alla)
diabeteslääkäri
Diabetesvastaanotto, Varha



Työ tutuksi

Opiskelen ensimmäistä vuotta jalkaterapiaa ja viime syksynä suoritin jalkaterapeuttisen harjoittelun opintojakson työelämäntutustumispäiviä Lounais-Suomen Diabetesyhdistyksellä.

Sain seurata niiden päivien aikana kolmen eri jalkaterapeutin työpäivien kulkua.

Pääsin myös tutustumaan yhdistyksen tiloihin sekä pikaisesti muuhun henkilökuntaan. Suhtautuminen minua kohtaan yhdistyksessä sekä henkilökunnalla että asiakkailla oli todella miellyttävää.

Olen kiitollinen tästä kokemuksesta ja mukavasti minulle jäi tutustumisesta oppeja "takataskuun" :)

Toivotan kaikille oikein piristävää ja valon täyteistä kevättä!

Jalkaterapiaopiskelija
Säde Brandt

Yhdistyksen 15-juhlavuotistapahtuma keskiviikkona 2.8.2023

Satumaan kuningas Reijo Taipale

Kansanpuiston kesäteatteri
Kansanpuistontie 76
20100 Turku



Pienenä lapsena ollessaan Reijo Taipale kuunteli ja ihaili lumoutuneena Olavi Virtaa. Hän sai siitä jotain, minkä alle haudata pula-ajan ja lapsuuskodin köyhyyden. Ikävuosien karttuessa Reijo ansaitsi taskurahaa halkomotteja tekemällä, päästäkseen Helsinkiin toteuttamaan unelmaansa laulajana. Helsingissä Reijo työskenteli aluksi rakennuksilla ja lauloi iltaisin naisorkesteri Rytmityttöjen solistina. Pian hänet pestattiin Kullervo Linnan orkesteriin. Esiintymislavat ja suosio kasvoivat vuosi toisensa jälkeen.

Konstailematon ja vähäeleinen Reijo Taipale hurmasi vähitellen suomalaisten sydämet lauluäänellään ja karismaattisella olemuksellaan ja nousi koko kansan tuntemaksi huippusolistiksi. Hän oli tunnollinen ja luotettava esiintyjä, rehellinen oman tiensä kulkija. Hän oli aito ja helposti lähestyttävä ihminen. Satumaan kuningas.

”Satumaan Kuningas” on Juse Venäläisen käsikirjoittama ja Jussi Myllymäen ohjaama nostalginen kesäteatterinäytelmä. Koreografian on luonut Merja Kuisma. Musiikista vastaavat Kultaisen harmonikan mestari Jani Helenius ja Onnentähti-orkesteri.

Tapahtuman hinta on jäseneltä ja avecilta 35 € ja muilta 55 €.

Jo nyt voi ilmoittautua mukaan, sillä paikkoja on alustavasti varattu rajoitetusti.

Varmista paikkasi puh. 044 735 01 21

Lipun hintaan sisältyy ennen esitystä tarjoiltava keittolounas sekä väliaikatarjoilu.

Tervetuloa mukaan!

Rooleissa: tangokuninkaalliset
Kari Hirvonen ja Marita Taavitsainen sekä
Eikka Eronen, Merja Kuisma, Diana Anttila,
Arttu Eronen ja Juse Venäläinen

(Teksti lainattu teatterin sivuilta)



HUOM! ALLASJUMPPA PÄÄTTYY 28.2.2023!

UUTTA PAIKKAA HAETAAN, JOTEN SEURAA ILMOITTELUA!

TERVETULOA MUKAAN!

VERTAISTUKITOIMINTA KEVÄTKAUDELLA TORSTAISIN
9.2., 2.3., 16.3., 30.3., 13.4. JA 27.4. KLO 17.00

KOKOONTUMINEN TURUN AMK:N OPETUSTILOISSA JOUKAHAISENKADULLA, VANHEMMILLA MAHDOLLISUUS AJATUKSIEN VAIHTOON LASTEN OLLESSA AMK:N TOIMINTA- JA FYSIOTERAPEUTTIOPISKELIJOIDEN OHJAAMASSA LIIKUNNALLISESSA TOIMINNASSA.

LISÄTIETOJA: RIIKKA JÄÄSKELÄINEN PUH. 040 702 85 10
RMJAASKE(AT) GMAIL.COM.

Muista!
LASTEN TOIMINNALLINEN KERHO



Kakkosten Kammari
kokoontuu
8.3., 12.4., 10.5., 7.6. ke klo 13.00

Vertaiskerho tyypin 2 diabeetikoille

Lukupiiri
15.3., 29.3., 17.5. ti klo 13.00

Rohkeasti mukaan - Valitaan kirjat yhdessä!



 040 7585 113
 www.lounais-suomendiabetes.fi

JALKATERAPIA

Jäsenet (koko aika)	55,00 €	
Muut (koko aika)	55,00 €	+ 10,00 € toimistomaksu
Jäsenet (puoli aika)	35,00 €	
Muut (puoli aika)	35,00 €	+ 10,00 € toimistomaksu
Jäsenet (kontrolliaika)	15,00 €	
Muut (kontrolliaika)	15,00 €	+ 10,00 € toimistomaksu
Biomekaaninen tutkimus	75,00 €	muut + 10,00 € toimistomaksu
Lahjakortti (koko aika)	55,00 €	
Lahjakortti (puoli aika)	35,00 €	

LÄÄKÄRIT

Diabeteshoitajan vastaanotto ennen lääkärikäyntiä sis. hintaan		
Vastaanottomaksu 30 min.	110,00 €	+ toimistomaksu 10 € jäsenet ja 15 € muut
Vastaanottomaksu 45 min.	125,00 €	+ toimistomaksu 10 € jäsenet ja 15 € muut
Etävastaanottomaksu	70,00 €	+ toimistomaksu 10 € jäsenet ja 15 € muut
Ajokorttitodistus	60,00 €	
B-lausunto suppea	30,00 €	
B-lausunto laaja	90,00 €	
Reseptien uusiminen 1-3 kpl	15,00 €	ei vastaanoton yhteydessä
Reseptien uusiminen yli 3 kpl	20,00 €	ei vastaanoton yhteydessä

PERUUTTAMATON VASTAANOTTOAIKA 36,00 € + 5,00 € LASKUTUSPALKKIO
HUOM – PERUUTUKSET EDELLISENÄ TOIMISTON AUKIOLOPÄIVÄNÄ
 Mikäli haluat, että käyntisi laskutetaan, lisätään em. hintoihin 5 € laskutusalkkio.

DIABETESHOITAJA

B-GHb-A1C (jäsenet)	20,00 €	
B-GHb-A1C (muut)	25,00 €	+ 10,00 € toimistomaksu
ABI-mittaus	20,00 €	muut + 10,00 € toimistomaksu
Tunnin vastaanottoaika	30,00 €	muut + 10,00 € toimistomaksu
Puolen tunnin vastaanottoaika	22,00 €	muut + 10,00 € toimistomaksu
Vihkonäyttö	12,00 €	



WIKLUNDIN APTEEKKI

Asiantuntevaa apteekkipalvelua

Turun keskustassa

Diabetesliiton jäsenenä
saat kanta-asiakasetuna

10%

alennuksen normaalihintaisista
itsehoitotuotteista

Sokos Wiklundin katutasossa
Kauppiaskatu 7-9, 20100 Turku.
Puh. 02 214 4400, fax 02 214 4410

AVOINNA: Arkisin 9-20,
lauantaisin 10-19,
sunnuntaisin 11-18



**MEILTÄ
SAAT
BONUST/**
s-kanava.fi

Saat S-Etukortilla Bonusta apteekkimyymälässä maksetuista tuotteista ja palveluista. Bonus ei kerry resepti- tai itsehoitolääkkeistä.