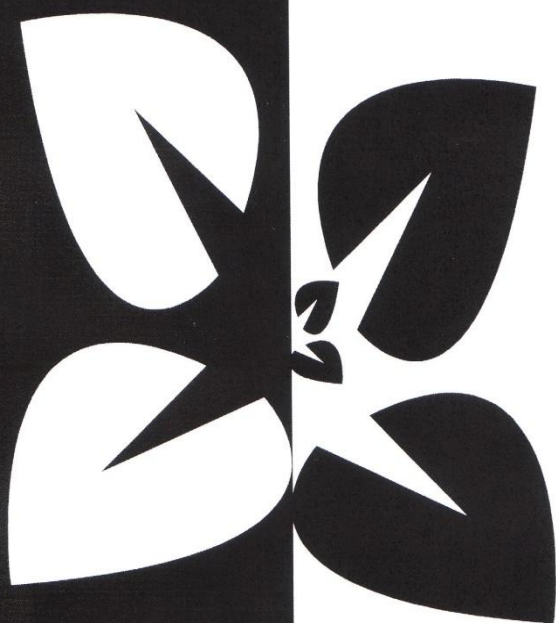


1 / 2012



Lounais-Suomen Diabetes ry

Tiedote



TULEVIA TAPAHTUMIA mm.

- ~ ke 14.3 Abbottin mittarinvaihtopäivä
- ~ ke 18.4 Accu-Chekin mittarinvaihtopäivä
- ~ la 28.4 Diabeetikkolasten tapahtuma
Namilassa Salossa..
- ~ ma 16.7 Kyl nii pal hyvää o- päiväretki



LOUNAIS-SUOMEN DIABETES RY:N HALLITUS VUONNA 2012

Jokinen Tapio, puheenjohtaja

Seppälä Pirjo, varapuheenjohtaja, Diabetesaseman vastaava

Heiskanen Anneli, sihteeri

Lindblom-Suominen Sonja, rahastonhoitaja

Aallontie Minna, lasten ja nuorten toiminta

Ahomäki Ritva, kerhot

Kulo Tapani, liikunta

Laaksonen Jaakko

Nurmi Hanna

Varajäsenet:

Timonen Esa

Koskivaara Petteri

Hallituksen ulkopuolelta:

Hack-Rahkala Pirjo, jäsenasiat ja tiedotus

YHDISTYKSEN YHTEYSTIEDOT

Diabetesasema

Yliopistonkatu 37 A U-krs
20100 Turku

Puh. 040 758 5113

fax. (02) 469 5288

diabetesasema@gmail.com

www.lounais-

suomendiabetes.fi

Diabetesaseman aukioloajat

- Ma klo 11-16
- Ti ja Ke klo 12-16
- To klo 12-19
- **Pe suljettu**

HUOM! POIKKEAVAT AUKIOLOAJAT

To 5.4 suljemme klo 15

Ma 30.4 suljettu

To 21.6 suljemme klo 16

Pe 22.6 suljettu

2.7 - 31.7 välisenä aikana
suljettu

Tiedote / Lounais-Suomen Diabetes ry:n tiedotuslehti.

Yhdistys tiedottaa toiminnastaan omassa tiedotteessa, Turun Sanomien TS-
viikkoliitteessä, Diabeteslehdessä ja kotisivuilla www.lounais-suomendiabetes.fi.

Painomäärä: 3000

Painopaikka: PainoSalama Oy, Turku

Puheenjohtajan Palsta

Kohti kevättä

Presidentin vaalit menivät ja Lounais-Suomen Diabetes ry osallistui kolmella eri alueella Pieni Ele vaalikeräykseen. Kunnat, joiden alueella keräykseen osallistuttiin, oli Turku, Kaarina ja Lieto. Vaaleihin osallistuneet ihmiset ottivat hyvin vastaan vammaisjärjestöjen lippaat ja rahaa kertyi hyvin. Meidän osuus oli yli 2000 € , jota tulosta on pidettävänä hyvänä.

Kiitos kaikille keräykseen osallistuneille lipasvahdeille, mutta työ on vasta puolessa välissä sillä lokakuussa on vielä kuntavaalit.

Yhdistyksen toiminta on alkanut vilkkaana kevätkaudella kuten tiedotteesta on luettavissa Kaupunki ei kuitenkaan vielä ole saanut jalkojenhoidon kilpailuttamista aikaiseksi, vaan näyttää siltä, että kilpailun voittaja tullaan saamaan kevään kuluessa ja uusi järjestelmä alkaisi lomien jälkeen.

Tämä aiheuttaa vähän hankaluuksia lähetteiden käsittelyjen kanssa, mutta pyrimme kilpailutuksen ajaksi vanhaan järjestelmään. Tätä selvitetään kaupungin taholla parasta aikaa. Toivotaan pikaisia tuloksia.

Kevätkokous on ma 26.3.2012 klo 18.00 kaikki jäsenet ovat runsain joukoin tervetulleita

Tapio Jokinen

Kaikille hyvää talvenjatkoa ja aurinkoista kevättä.

KOKOUSKUTSU

Lounais-Suomen Diabetes ry:n sääntömääräinen kevätkokous pidetään maanantaina 26.3.2012 klo 18.00, Lääkäri Markku Vähätalon esitelmä uusista lääkkeistä koskien sekä 1-tyypin kuin 2- tyypin diabetestä, monitoimikeskus Happy Housessa, Ursininkatu 11, Turku.

Kokouksessa ovat esillä sääntöjen määräämät asiat.

Kahvitarjoilu klo 17.30 alkaen. Tervetuloa!

Turku 20.2.2011

Hallitus

VASTAANOTTAVAT LÄÄKÄRIT

HANNU JÄRVELÄINEN,

ma. Professori, dosentti, sisätautien erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erityispätevyys
(aseman vastaava lääkäri)

HANNA LAINE

dosentti, endokrinologian ja sisätautien erikoislääkäri,
diabeteksen hoidon erikoispätevyys

LASSI NELIMARKKA

LT, endokrinologian ja sisätautien erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erikoispätevyys

TAPANI RÖNNEMAA

LKT, professori, sisätautien erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erikoispätevyys

MINNA SOINIO

LT, endokrinologian ja sisätautien erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erikoispätevyys

MARKKU VÄHÄTALO

yleislääketieteen erikoislääkäri, diabeteksen hoidon erikoispätevyys

JALKATERAPEUTIT:

MIRVA HUTTUNEN

jalkaterapeutti (AMK)

HEIDI SAARINEN

jalkaterapeutti (AMK)

HOITAJA:

MIRJA KULO

perushoitaja, diabeteksen hoidon päivitys

**KAIKILLE VASTAANOTOILLE AJANVARAUS DIABETESASEMALTA
PUH. 040 758 5113**

**Jos joudut peruuttamaan vastaanottoaikasi ja Diabetesasema on kiinni.
Ole hyvä ja jätä vastaajaan nimesi, milloin aika ja kenelle se on.**

PERUUTTAMATTOMASTA VASTAANOTTOAJASTA VELOITETAAN 30 €

TAPAHTUMAKALENTERI

MAALISKUU

Ke 14.3 Abbotin mittarinvaihtopäivä, Diabetesasemalla.

Edustaja Kai Pekkinen paikalla, kahvitarjoilu. TERVETULOA!

Su 11.3 Lapsiperheille tapaaminen LEAF Areenalla klo 10- 12. Lapsilta sisäänpääsymaksu 6 € sis. mehun, aikuiset ilmaiseksi.

Ilmoittautuminen 2.3 mennessä minna.aallontie@kolumbus.fi

HUHTIKUU

Ke 11.4 Luentoilta diabeetikolasten ja nuorten perheille!

Pe 14.4 Kakolan Rock-Musikaali on LOPPUUNMYTTY

Varatut liput voi lunastaa Diabetesaselta.

Ke 18.4 Accu-Chekin mittarinvaihtopäivä Diabetesasemalla

Edustaja Pekka Kauno paikalla, kahvitarjoilu. TERVETULOA

La 28.4 Diabeetikolasten perheille tapaaminen klo 12-14, sisäseikkailukeskus Namila, Kiertokatu 4 Salo. Paikalla Salon Aluesairaalan lastenosaston diabeteshoitaja Seija Laine kertomassa pumppuhoidosta yleisesti. Ilmoittautumiset 18.4 mennessä Tiinalle puh. 044 700 2555
Salon Diabetes ry

TOUKOKUU

Pe—La 18.5—19.5 Turin kukkamessut Tartto Viro

Varaukset suoraan Launokorvelta!

Ke 23.5 Abbotin mittarinvaihtopäivä, Diabetesasemalla.

Edustaja Kai Pekkinen paikalla, kahvitarjoilu. TERVETULOA!

Su 20.5 Kokoontuminen Seikkailupuistossa klo 14-16

Tarjolla kahvia, mehua yms. Ilmoittautuminen 15.5 mennessä minna.aallontie@kolumbus.fi

HEINÄKUU

Ma 16.7 Kyl nii pal hyvää o—retki

TARTTON JA TÜRIN MATKA 18. - 19.05.2012

18.5 PE

Ajo Helsinkiin, josta Eckerö Linen Nordlandia-laiva lähtee klo 08.00 kohti Tallinnaa.

Laivalla seisovan pöydän aamiainen. Tallinnaan saavutaan klo 11.00.

Oppaan johdolla jatketaan Tartton seudulle. Vierailu Pangodissa Elle Ahsen puutarhassa, joka on yksi Viron kauneimmista. Ahse on tunnettu iiristen eli kurjenmiekköiden kasvattaja.

Kahvitauko.

Seuraavaksi tutustutaan Sulev Savisaare maatilalla, tunnettu mm monipuolisesta sipulikukkien kokoelmasta. Sulev Savisaar on myös kirjoittanut ”Viron sipulikukkatietokirjan”. 1000 m2 puutarhassa on yli 2000 erilaista taimea. Ostomahdollisuus.

Kolmas vierailukohde on Elvassa Järvekaja maatilalla. Perhe Timmermannilla on monipuolinen puutarha ja dendropuisto, jossa on noin 600 erilaista yksilöä.

Mahdollinen vierailu myös Aarne Kährin puutarhassa, pienempi, mutta myös mielenkiintoinen.

Tarttossa majoittuminen Dorpat-hotellissa, jossa myös yhteinen ruokailu.

19.05. LA

Aamiainen jälkeen luovutetaan huoneet ja lähdetään Türiin kukkamarkkinoille tutustumaan ja ehkä hankintoja tekemään. Tallinnassa on vähän aikaa tehdä ostoksia ennen laivaan menoa. Klo 17.30 tuttu Nordlandia-laiva lähtee kohti Helsinkiä, jonne saavutaan klo 20.45.

Ajo kotiseuduille.

TAALINTEHDAS LA-AS,
04.00 KEMIÖ LA-AS,
04.30 TURKU LA-AS
04.40 KAARINA, LASIPYSÄKKI

PERNIÖ LA-AS
05.00 SAUVON TH
TAMMISAARI LA-AS
05.30 SALO TORI

HINTA: 200 €/AIK.

HINTAAN SIS.:

- bussimatkat
- Nordlandia-laivalla meno/paluu
- laivalla menossa aamiainen
- kahvit ja vierailut
- Tarttossa menopäivänä ruokailu
- hotellimajoitus kahden hengen huoneessa aamiaisella
- sisäänpääsy Türiin kukkamarkkinoille
- opastus ensimmäisenä päivänä

MAKSU:

**Nordean tilille 163830-374,
VIITENUMERO 1892
(05.05. mennessä)**

LISÄMAKSUSTA: laivalla
paluumatkalla ruokailu = 25 euroa

HUOM.:- jokaisella pitää olla mukana voimassaoleva passi tai ”uudenaikainen”, kuvallinen henkilökortti, henkilötiedot pitää ilmoittaa allekirjoittaneelle,
- ohjelmaan voi tulla pieniä muutoksia, riippuen puutarhoista

TERVEHTIEN JA PIKAISIA
ILMOITTAUTUMISIANNE ODOTELLEN

RIITTA LAUNOKORPI / J. JA M.
LAUNOKORPI

PUH. 02-421269, 0400-323488,
010-3215100

Luentotilaisuus diabetesta sairastavien lasten ja nuorten vanhemmille

Paikka: Pharmacy
(Itäinen Pitkäkatu 4, TURKU)

Aika: Keskiviikko 11.4.2012
klo 17.00-19.00

Kahvit Pharmacyn aulassa klo 16.30
alkaen, lisäksi Abbott verensokeri- ja
ketoainemittariesittely.

Ohjelma:
Klo 17.00-17.30

Diabetes ja ketoaineet, Dos. Kirsti
Näntö-Salonen (TYKS Lastenkliniikka):

Klo 17.40-18.10

Lasten diabeteksen hoidon laatu-
miten jatkossa? Eval Ritva Ahomäki
(Turun lasten ja nuorten poliklinikka)

Klo 18.15-18.45

Mistä niitä kiukkuja tulee ja miten ne
kesyttäisi? –diabeetikkoperheen
arkea, Perhepsykoterapeutti Outi
Abrahamsson (TYKS Lastenkliniikka)

Trialnet-tutkimuksen esittely

Ilm. viimeistään tulostanne ja
mahdolliset ruokavaliorajoitukset 3.4.
mennessä sähköpostilla rjohu@utu.fi

Tilaisuuden järjestää Lounais-Suomen
Diabetes ry yhteistyössä TYKS lasten
diabetespoliklinikan sekä Turun lasten
ja nuorten poliklinikan kanssa



ESITTELYSSÄ: HOITAJA MIRJA KULO

Työurani alkoi v. 1972 Tyksin
Keskolasta jatkuen neuron- ja
sisätautiosastojen kautta
synnytysvuodeosastolle, josta jäin
työkyvyttömyyseläkkeelle 36
palveluvuoden jälkeen elokuussa
2008. Matkailun ja porsliinimaalauksen
lisäksi harrastan yhdistystoimintaa ja
kuulun Turun kaupungin
Vanhusneuvostoon.
Diabetesasemalle tulin huhtikuussa
2011 tuuraamaan edesmennyt
Marjatta Viljaista, syksyllä ikävän
suruviestin jälkeen, jatkoin työtäni.

Diabetesasemalla avustan
lääkäreiden vastaanotoilla ja tiistaisin
ja torstaisin minulle voi varata 30 ja 60
min maksullisia neuvonta-aikoja.
(Muut ajat sop.muk.) Silloin käymme
yhdessä asiakkaan kanssa läpi häntä
askarruttavia asioita ja yritämme
löytää parhaat ratkaisut diabeteksen
hoitoon juuri sen hetkiseen
elämäntilanteeseen sopiviksi.

Verenpaineen, verensokerin ja
pitkäaikaissokerin mittaukset
onnistuvat parhaiten ajanvarauksella
(toimistosta), mutta ne voidaan tehdä
myös lääkärin vastaanotolle tullessa.
Silloin kannattaa tulla asemalle noin
15-20 min ennen lääkäriaikaa.
Lisäksi teen yhdistystä ja sen työtä
tunnetuksi erilaisissa tapahtumissa.
Nähdään asemalla!

Ma 16.7.2012

"Kyl nii pal hyvää o" - päiväretki

Aloitamme päivän [Riihipuodin](#) omista luomujauhoista tehdyllä puurolla, ja kuulemme miten heidän lisäaineettomat luomujauhonsa päätyvät pelloilta puodin hyllyyn. Samalla tutustumme Riihipuodin monipuoliseen myymälään, josta löytyy lahjatavaroita laidasta laitaan. Pöytyältä suuntaamme [Suomen maatalousmuseo Sarkaan](#), jossa kierrämme oppaan johdolla näyttelyn ja syömme lounaan. Käymme tutustumassa Strutsien elämään Loimaan tasangolla ja nautimme pullakahvit. [Polar Strutsilla](#) ja on mahdollisuus ostaa strutsin lihaa ja munia sekä strutsin nahkatuotteita. Lopuksi matkamme vie [Isontuvan](#) jäätelöbaariin, jossa syömme maistiaiset tilan omasta maidosta tehdystä jäätelöstä.

Matkan hinta jäseniltä 44 € ja ei jäseneltä 47 €

Ilmoittautumiset Diabetesasemalle 31.5.2012 mennessä.

Matkan voi maksaa tilille OP 571070-287347 tai Diabetesasemalle.

Lähtö Ortodoksisen kirkon edestä klo 8.30 ja paluu n. klo 18.30.

Ohjelma:

n. klo 9.10 -10.15 Riihipuoti, puuromaistiaiset ja ostokset

klo 11-12 opastettu kierros Sarkamuseolla

klo 12-13 lounas Sarkamuseolla

½ h vapaata aikaa matkamuisto- ostoksiin ja museolla kiertelyyn.

klo 14-15.30 Polar Strutsi, kahvit, esittely ja ostosaika

n. klo 16.20-17.30 jäätelöbaari, maistiaiset ja ostosaika

OTTAKAA kylmälaukku mukaan jos haluatte ostaa jäätelöä kotiin viemiseksi!

LOUNAIS-SUOMEN DIABETESTESYHDISTYKSEN KESKUSTELUKERHO

Keskustelukerho kokoontuu yleensä kuun kolmantena keskiviikkona HAPPY HOUSESSA Ursinink. 11, 20100 TURKU klo 17.30. Kaikki työssäkäyvät kuten eläkkeellä olevat yhdistyksemme jäsenet ovat tervetulleita tapaamiseemme. Keskustelukerhon asiana on parantaa oloamme. Yritän saada sinne esittelijöitä eri sektoreilta, jolloin voimme saada mahdollisimman hyvän olotilan koskien terveyttämme. Olen myös liittynyt Ruotsin Diabetesliittoon, jolta saan hieman toisenlaista tietoa diabeteksen hoidosta jota sitten avitan tapaamisessamme. Samoin toimin linkkinä Suomen Diabetesliittoon: olen valmis tiedottamaan ongelmistanne sinne ja saamaan heidän palautteensa teille. Toivon, että tulette keskustelukerhoomme, jotta voimme parantaa diabeetikkojen elämää yhteisvoimin. TULE MUKAAN

Seuraavat tapaamisemme:

26.3.2012 Lääkäri Markku Vähätalon esitelmä uusista lääkkeistä koskien sekä 1-tyypin kuin 2- tyypin diabetestä.

18.4.2012 Vapaalle keskustelulle

23.5.2012 Aihe on vielä vapaa

Tiedot kokoontumisen aiheista saat yhdistyksemme sivuilta;

www.lounais-suomendiabetes.fi

tai Turun Sanomien keskiviikkoisin ilmestyvästä TS - liitteestä.

Sonja Lindblom-Suominen

GLUCOBOOSTER®

DIABEETIKOILLE

Nopeasti vaikuttava GLUKOOSIGEELI matalan verensokerin eli hypoglykemia oireiden korjaamiseen.

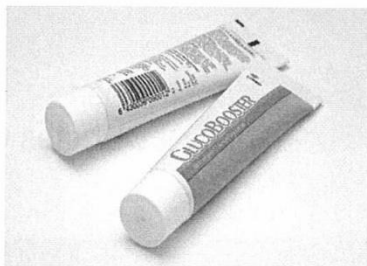
KOTIMAINEN, LAADUKAS, HELPPO PITÄÄ MUKANA.

URHEILUUN

MATKALLE

AUTOON

LENTOKONEESEEN



Saatavissa Aptekeista kautta maan.

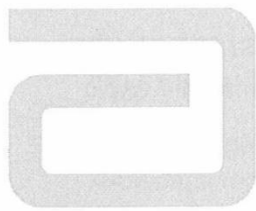
KÄYPÄHOITOSUOSITUS
HYPOGLYKEMIAN
KORJAAMISESTA:

10-20 grammaa nopeasti
imeytyvää hiilihydraattia.

GlucoBooster sisältää 17,5
grammaa geelimäistä nopeasti
imeytyvää puhdasta
glukoosia, jolloin vaikutus
tulee jo minuuteissa.


COMED

WWW.COMED.FI



Arvoisa diabeetikko

FreeStyle tuoteperhe on uudistunut. Sama tuote. Samat hyvät ominaisuudet. FreeStyle Lite –testiliuskat ovat jatkossa kirkkaan keltaisessa pakkauksessa, jossa on oranssi palkki.

Tervetuloa tutustumaan FreeStyle Lite pakkausten uuteen ulkonäköön.

Paikka: Lounais-Suomen Diabetes Ry:n diabetesasema
Yliopistonkatu 37 A, Turku

Aika: Keskiviikko 14.03. klo 11-15
Ja
Keskiviikko 23.05. klo 11-15

Paikalla kahvitarjoilu

Tervetuloa!

Keväisin terveisin

Pirjo Hack-Rahkala / Pirjo Seppälä
Lounais-Suomen Diabetes ry

Kai Pekkinen
Abbott Diabetes Care

 **Abbott**
Diabetes Care



YHTEISTYÖSSÄ
MUKANA



www.kotisinappi.fi

Lounais-Suomen Diabetes ry:n
virallinen yhteistyöapteekki



**WIKLUNDIN
APTEEKKI**



**Wikken Winkki
jäsenille:**

**Kaikki itsehoitotuotteet
-10% jäsenkortilla**



**MEILTÄ SAAT
BONUSTA**

S-Etukortilla Bonusta itsehoitotuotteista!

ARKISIN 9-21, LAUANTAISIN 9-18, SUNNUNTAISIN KUTEN SOKOS WIKLUND

Sokos Wiklundin katutasossa Kauppiaskatu 7, 20100 Turku, (02) 284 4455
www.wiklundinapteekki.fi