



AZ SINT-ELISABETH ZOTTEGEM

Dienst endocrinologie
Diabetes mellitus

Informatiebrochure voor de patiënt
en de familie



WAT IS DIABETES MELLITUS?

Tijdens je hospitalisatie of op consultatie werd diabetes mellitus vastgesteld, een ziekte waarvan je nog niets of misschien wel al eens iets van gehoord hebt.

Alles begint met een te hoge bloedglucosespiegel of een teveel aan suiker (glucose) in je bloed. Die bloedglucosespiegel wordt voornamelijk geregeld door eilandjes in onze pancreas of alvleesklier. Via onze voeding nemen we een aantal belangrijke stoffen op waaronder koolhydraten, vetten en eiwitten die we gebruiken om arbeid te verrichten. Het zijn vooral de koolhydraten die een rol spelen. Ze worden tijdens het verteringsproces omgezet tot glucose. Ter hoogte van de dunne darm wordt glucose opgenomen in het bloed en vervoerd naar andere lichaamscellen. Om glucose in de lichaamscellen te brengen hebben we insuline nodig, die door eilandjes in onze pancreas geproduceerd wordt. Bij diabetes stapelt de suiker zich op in het bloed door verstoring van dit mechanisme.

WELK TYPE DIABETES HEB JE?

- TYPE 1: vernietiging van de pancreascellen door eigen lichaam. Dit wil zeggen GEEN productie meer van insuline
- TYPE 2: onvoldoende insulineproductie door de pancreas en een verminderde gevoeligheid van de cellen voor insuline (resistentie)
- ZWANGERSCHAPSDIABETES
- ZELDZAME VORMEN: onder andere secundaire vormen door vernietiging van de pancreas

HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD?

De diagnose wordt gesteld door middel van een nuchter bloedstaal. Diabetes wordt bevestigd indien je glycemiewaarde 2x boven de 126mg/dl is of bij een toevallige vondst van glycemie meer dan 200mg/dl met symptomen.

DE BEHANDELING

Afhankelijk van het type dat bij je wordt vastgesteld zal de behandeling verschillen.

- TYPE 1 wordt altijd behandeld met insuline
- TYPE 2 afhankelijk van de ernst
 - Dieet en lichaamsbeweging
 - Bloedsuikerverlagende middelen (orale antidiabetica)
 - GLP1-analogen of insuline al dan niet gecombineerd met antidiabetica

Afhankelijk van de ernst van de situatie kan een (korte) hospitalisatie noodzakelijk zijn.

HET DIABETESTEAM

Je hoeft deze ziekte niet alleen te dragen. Een heel team van zorgverstrekkers staat voor je klaar. Zij zullen samen met jou je diabetes in goede baan leiden. Er is eveneens aandacht voor andere risicofactoren die te maken hebben met je diabetes.

De diabeteseducator verstrekt je de nodige uitleg over diabetes, hoe ermee omgaan, hoe je ermee moet leren leven. Hij of zij zal je zowel technisch als praktisch ondersteunen zoals

- Je aanleren zelf je bloedglucose te meten met behulp van een bloedglucosemeter
- Je leren hoe je GLP1 – analogen/insuline moet toedienen en welke aandachtspunten hierbij in acht moeten genomen worden.
- Je de nodige informatie verstrekken hoe je verwikkelingen kan voorkomen
- Je advies geven over belangrijke niet medicamenteuze elementen van je behandeling: voeding en beweging

De **diabetesdietist** begeleidt je bij je voedingsvragen en voedingsproblemen. Bij het veranderen van je eetgewoonten zijn vaak verschillende consultaties nodig om je nieuw patroon te kunnen volhouden.

Met de **psycholoog** kun je praten over jouw gevoelens rond de diagnose diabetes mellitus. Zij helpt je bij het plaatsen van diabetes in jouw leven.

Diabetes kan een verminderd gevoel in de voeten veroorzaken, of er kan een slechtere doorbloeding in de benen en de voeten voorkomen. Hierdoor kan een klein wondje een ernstige infectie veroorzaken. De **podoloog** kan risico's voor 'diabetes voet' opsporen, advies geven en indien nodig een behandeling opstarten.

De **endocrinoloog/diabetoloog** staat in voor diagnostiek, behandeling, bijsturen en het opvolgen van de glycemiecontrole. Er wordt ook aandacht besteed aan de preventie van complicaties.

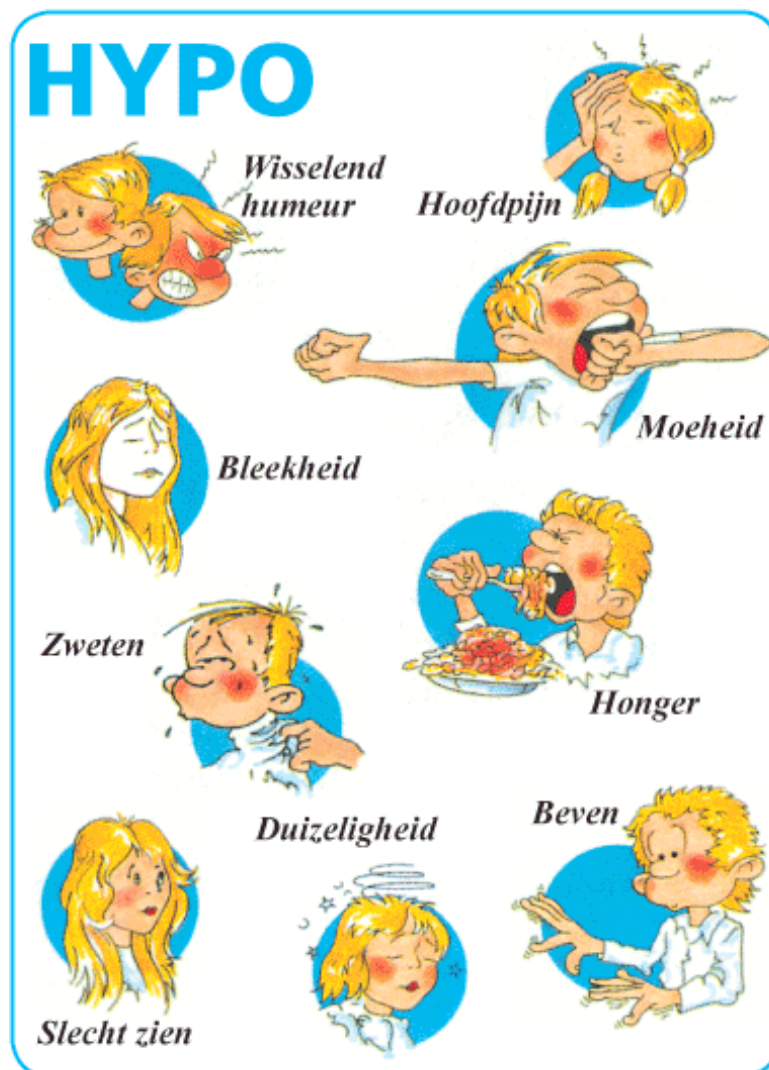
WELKE COMPLICATIES ZIJN ER?

1. Acute complicaties

Hypoglycemie of te weinig suiker in het bloed

Symptomen: plotse honger, zweten, beven, hartkloppingen, duizeligheid, troebel zicht, hoofdpijn, concentratieverlies (kan van persoon tot persoon verschillend zijn)

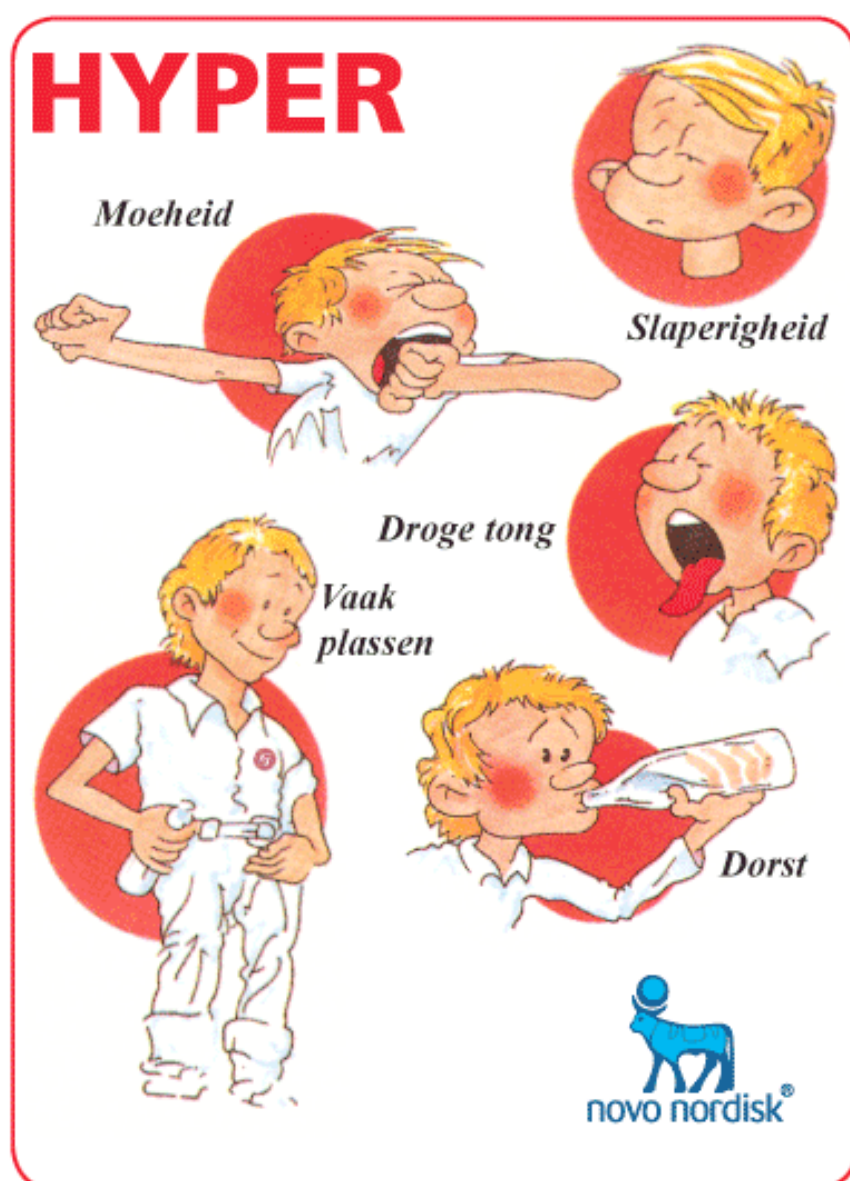
Oorzaken: onvoldoende gegeten, maaltijd overslaan, teveel insuline, hoger energieverbruik (sport, poetsen), alcoholmisbruik



Hyperglycemie teveel suiker in het bloed

Symptomen: veelvuldig plassen, veel dorst, vermageren, minder fit zijn, soms voel je ook niets

Oorzaken: overdadige maaltijd, sterk gesuikerde voeding, het niet innemen van medicatie of insuline, stress, bepaalde geneesmiddelen



2. Chronische complicaties

Aanhoudend hoge bloedglucosewaarden kunnen op termijn zorgen voor

- Aantasting van de grote bloedvaten: infarct, beroerte
Gedurende je verblijf zal er een cardiologisch nazicht gebeuren (elektrocardiogram en echo-cardiogram)
- Aantasting van de kleine bloedvaten ter hoogte van de nieren: een 24 uren urineverzameling (per 24 uur) om een overmatige eiwitafscheiding te detecteren, gebeurt jaarlijks.
- Ter hoogte van de ogen: oogfundus onderzoek om netvliesafwijkingen op te sporen.
- Aantasting van de zenuwen voornamelijk ter hoogte van de onderste ledematen wordt vastgesteld door middel van E.M.G. onderzoek of monofilamenttest.

GEWENSTE FOLLOW – UP

Om na te gaan of alles goed verloopt zal je arts je vragen om regelmatig op controle te komen en je voorstellen om een bloedafname te laten doen waarbij HbA1c wordt bepaald. HbA1c is de gemiddelde bloedglucosewaarde van de voorbije 2 maanden.

Om verwickelingen in een vroegtijdig stadium op te sporen, is het aan te raden jaarlijks een afspraak te maken bij cardioloog en oogarts, alsook de urine te laten controleren.

Diabetes is een voortdurend leerproces om je glycemie onder controle te houden en vraagt van jou veel motivatie en inzet. Vergeet echter niet dat een heel team deskundigen steeds voor je klaar staat, bij wie je altijd met je problemen terecht kunt.



- **Endocrinoloog: Dr. Deweer**

- Consultatie uren:
 - Maandag 8u-12u & 13u30-16u30
 - Dinsdag 8u-12u
 - Donderdag 8u-12u & 13u30-16u
 - Vrijdag 8u-12u & 13u30-16u30

- **Diabeteseducatoren: Ann Hendrickx**

Peggy Mincke

Lieve Taeleman

Wendy Wittebrood

- Consultatie uren:
 - Maandag 8u-12u & 13u30-16u30
 - Dinsdag 8u-12u
 - Donderdag 8u-12u & 13u30-16u00
 - Vrijdag 8u-12u & 13u30-16u30
- Telefonisch bereikbaar op 09/364 84 85
- Voor patiënten aangesloten bij de diabetesconventie van ons ziekenhuis zijn wij voor dringende technische problemen bereikbaar op het nummer van de wachtdienst: 0493/40 31 35
- Strips afhalen enkel na telefonisch contact en bij voorkeur op maandag (14u-16u) of donderdag (17u-19u)

- **Diabetes diëtisten: Ann Berlengé**
Jolien De Vleeschouwer
 - Consultatie uren:
 - Maandag 13u-17u
 - Dinsdag 9u-13u
 - Donderdag 9u-12u & 13u-17u
 - Vrijdag 9u -12u & 13u-18u
 - Telefonisch bereikbaar op 09/364 85 12

- **Psycholoog: Valerie Brackenier**
 - Consultatie uren:
 - Donderdag 8u30-11u30
 - Telefonisch bereikbaar op 09/3648665

- **Podoloog: Lyne Holvoet**
 - Consultatie uren:
 - Dinsdag 8u-13u30 & 17u-18u30
 - Woensdag 13u30-19u
 - Donderdag 13u30-19u
 - Bereikbaar op 09/364 99 26

Er gebeuren geen vrije consultaties, enkel na afspraak.
Indien u uw afspraak niet kan nakomen, gelieve deze tijdig te annuleren!
Dank!

EEN  VOOR ZORG



NIAZ[®]

Nederlands Instituut voor Accreditatie in de Zorg

AZ Sint-Elisabeth Zottegem is NIAZ geaccrediteerd

Godveerdegemstraat 69
9620 Zottegem

TEL: 0032 9 364 81 11
FAX: 0032 9 364 89 00

EMAIL: azstelisabeth.zottegem@sezz.be
WEBSITE: www.sezz.be