

Diabetes Mellitus

Suikerziekte

Wat is diabetes mellitus

Diabetes mellitus (kortweg diabetes) is een stoornis waarbij de hoeveelheid suiker in uw bloed te hoog is. Daarom spreekt men ook wel van suikerziekte. Een te hoog suikergehalte veroorzaakt schade aan uw bloedvaten en andere organen.

Wat zijn de verschijnselen

Sommige krijgen klachten zoals:

- Veel moeten plassen
- Dorst
- Moeheid
- Jeuk
- Slecht genezende wondjes van de huid

Mensen merken in het begin vaak niets. Het is daarom als je familieleden hebt die suikerziekte hebben of als je een behoorlijk overgewicht hebt en je ouder dan 45 bent is het verstandig eens in de drie jaar de bloedsuiker te laten meten.

Waarom ontstaat diabetes

Diabetes ontstaat door een tekort aan insuline, of doordat uw lichaamscellen minder gevoelig zijn geworden voor insuline (vaak boven het 40ste levensjaar).

Wat kan ik er zelf aan doen

- Niet roken
Begeleiding door de praktijkondersteuner mogelijk.
- Regelmatig bewegen
Voor diabetes patiënten is er in de Heelkom een specifiek programma van 12 weken bij de fysiotherapeut te volgen.
- Overgewicht tegengaan
De praktijkondersteuner of de diëtiste kan u helpen een programma voor u zelf op te stellen om overgewicht onder controle te houden.
- Zelfcontrole
In het elektronisch patiëntendossier van Diamuraal (regionale stichting waarin, huisarts, diëtiste, internist, oogarts, podotherapeut samenwerken) kunt u uw eigen logboek bijhouden en uw eigen voortgang met alle meetwaarden volgen.

Wat is de behandeling

Hieronder ziet u per zorgverlener waarmee zij u kunnen helpen.

Huisarts: behandeling

- Houdt het totale overzicht van uw behandeling.
- Stelt u in op de juiste medicatie en/of insuline.

Praktijkondersteuner: controle

- Controleert bloedsuiker, gewicht, bloeddruk, voetafwijkingen.
- Gaat een gesprek met u aan over alles wat met suikerziekte te maken heeft.
- Neemt met u door of het verstandig is dat u op consult gaat bij een diëtiste, podotherapeute (voetdeskundige) of deelneemt aan het bewegingsprogramma van de fysiotherapeut.

Diëtiste: voeding

- Neemt uw voedingspatroon door en stimuleert u de juiste keuzes erin te maken.
- Beoordeelt ook of u in aanmerking komt voor het beweegprogramma van de fysiotherapeute.

Fysiotherapeut: bewegen

- Werkt met u om gezond en verantwoord te bewegen evt. via het beweegprogramma (twaalf weken) wat wordt afgesloten met testen die de vooruitgang van uw conditie laten zien.

Apotheek: voorlichting

- Over gebruik medicatie, bijwerkingen, interacties.
- Over gebruik insuline pennen.

Fundusfotografie: oogcontrole

- U wordt 1 keer per 2 jaar opgeroepen voor een fundus foto in de Mulderij te Leusden.
- De uitslagen verschijnen in het elektronisch patiëntendossier.

Laboratorium:

- Bepaalt uw nuchter glucose, de Hba1c waarde (gemiddelde bloedsuiker afgelopen drie maanden), cholesterol gehalte, nierfunctie en andere waarden indien aangewezen.
- De uitslagen verschijnen in het elektronisch patiëntendossier.

Diabetes Mellitus

Suikerziekte

Meer informatie

U kunt altijd contact opnemen met de huisarts.

U kunt ook bellen/mailen met:

Apotheek Achterveld

0342 452 588

Praktijkondersteuner

Augusta van Bonzel

0342 452 588

Fysiotherapeut

Elmar Zijl

0342 451 542

fysiotherapie.achterveld@heelkom.nl

Diëtiste

Maria Lunter

0342 451 856

juli 2015

W. van Amersfoortstraat 36

3791 AR Achterveld

www.heelkom.nl

