



HOE VOLGT MEDISCH CENTRUM OOST PATIËNTEN MET DIABETES TYPE 2 OP?


Een infobrochure van jouw huisarts



Multidisciplinaire samenwerking	3
Eerste diagnose.....	4
Wat is suikerziekte of diabetes?	4
Meer achtergrondinformatie over diabetes:	5
Hoe volgt medisch centrum oost diabetespatiënten op	6
De vier consulten bij onze verpleegkundigen	9
consult 1 = volledige check-up.....	9
consult 2 = controle voeten.....	9
consult 3 = afsprakenplanning bij andere hulpverleners en attesten controleren.....	10
consult 4 = eind van het jaar = griepvaccinatie.....	10
Knipperlichten op het dashboard.....	11
De zorgsystemen en voorzieningen in België.....	12
Vragen aan MCO?	15

Multidisciplinaire samenwerking





Via dit document kom je te weten hoe Medisch Centrum Oost jou graag wil begeleiden. We proberen op maat van de patiënt te werken, maar we houden ook rekening met de huidige kennis en wetenschap over het opvolgen van diabetes.

Eerste diagnose

Bij u werd recent de diagnose diabetes of suikerziekte gesteld.

Wat is suikerziekte of diabetes?

Diabetes is een aandoening waarbij het lichaam de suiker in het bloed niet goed kan regelen. Normaal gesproken maakt het lichaam insuline aan, een hormoon dat helpt bij het reguleren van de suikerspiegel in het bloed. Bij mensen met diabetes maakt het lichaam echter niet genoeg insuline aan of reageert het niet goed op insuline. Hierdoor blijft er te veel suiker in het bloed zitten en kan het schade veroorzaken aan het lichaam. Diabetes kan behandeld worden met voedingsaanpassingen, meer lichaamsbeweging en zo nodig geneesmiddelen.

Er zijn 2 soorten diabetes. Type 1 diabetes ontstaat meestal al op jongere leeftijd, de oorzaak is de pancreas die geen insuline meer aanmaakt. Daarnaast heb je ouderdomsdiabetes of type 2 diabetes. Vaak zit diabetes type 2 in de familie en is er een genetische aanleg voor. Daarnaast is bij diabetes type 2 heel vaak de voeding de boosdoener. Met name de voeding waar veel suiker inzit.

Meer achtergrondinformatie over diabetes:

<https://www.diabetes.be/nl/leven-met-diabetes>: een website van de diabetesliga, waarop heel veel informatie te vinden is, speciaal voor personen met diabetes.

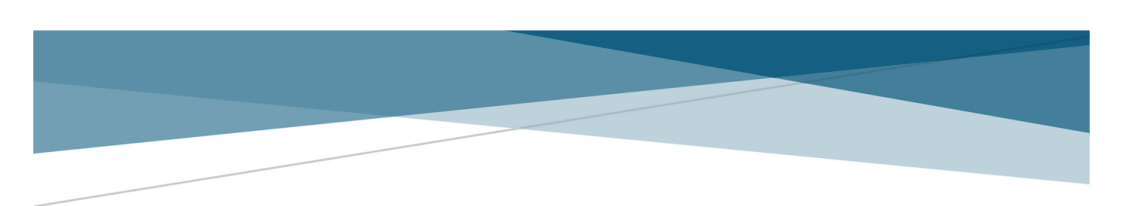
<https://www.gezondheidenwetenschap.be/richtlijnen/diabetes-suikerziekte>: een betrouwbare wetenschappelijke website deze pagina geeft uitleg over diabetes.

<https://www.gezondheidenwetenschap.be/richtlijnen/diabetes-type-2-opvolging>: dezelfde website als hierboven, maar geeft informatie wat na de diagnose van diabetes type 2.

<https://www.thuisarts.nl/diabetes-type-2>: een website door huisartsen samengesteld waar informatie te vinden is over diabetes en behandelingen, met ook aandacht voor gezonde levensstijl.

Meteen na de eerste diagnose, zullen we je meestal aanraden om zoveel mogelijk informatie over diabetes in te winnen bij de diabeteseducator. Deze persoon kan je vertellen wat diabetes juist inhoudt, welke systemen van opvolging er bestaan in België en ook waar je allemaal recht op hebt. Parallel hiermee, zal er ook gestart worden met de medische opvolging aan de hand van bloedcontroles bij onze verpleegkundige.

Via deze weg willen we u alvast een beetje informeren wat dit allemaal inhoudt.



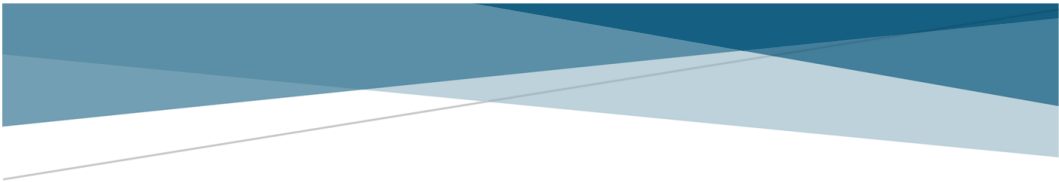
Hoe volgt medisch centrum oost diabetespatiënten op

Om diabetes zo goed mogelijk op te volgen, is het belangrijk dat het bloed regelmatig wordt gecontroleerd. Maar dat is zeker niet het enige dat belangrijk is.

Dankzij de aanwezigheid van onze verpleegkundige, hebben we de opvolging van patiënten met diabetes verbeterd. Het gebeurde maar al te vaak dat een routine consult voor diabetes, samenviel met een specifieke klacht. Hierdoor ging jammer genoeg alle aandacht naar de acute klacht en werd de opvolging van diabetes beperkt tot enkel een bloedname. Nu tracht Medisch Centrum Oost de routine opvolging duidelijk te scheiden van acute problemen. Zodoende heeft de arts alle aandacht voor uw klacht én wordt uw diabetes ook correct opgevolgd.

Hoe de opvolging van diabetes precies verloopt, lees je verder.

	Diabeteseducator	Verpleegkundige
Opvolging diabetes	MCO raadt aan een afspraak bij de diabeteseducator te maken voor je opvolging.	MCO raadt aan 2-4x/ jaar naar onze VPK te gaan ter opvolging van je bloedwaarden en gewicht.
Aantal sessies per jaar	Je hebt recht op minstens 4 sessies diabeteseducatie per jaar De consultatie dien je eerst zelf te betalen, terugbetaling gebeurt nadien door de mutualiteit.	De arts of verpleegkundige geeft de frequentie van opvolging aan. Meestal zal er om de 3 maanden een controle nodig zijn.
Kostprijs (tarief 2024)	33.45 euro volledig terugbetaald door ziekenfonds	Dit zit inbegrepen in het abonnement en zijn dus gratis.
Ter info	Je hebt een attest van de arts nodig om de terugbetaling in orde te krijgen.	Je kan zelf online een afspraak inplannen bij de verpleegkundige.



Dankzij de aanwezigheid van onze verpleegkundigen en de goede samenwerking tussen onze diëtist/diabeteseducator, wordt er een plan opgemaakt hoe de verdere opvolging zal gebeuren. We proberen aan de hand van verschillende parameters de evolutie van de suiker in je lichaam op te volgen. **In principe zal je minstens 2 tot 4 keer per jaar op consultatie komen in MCO.**

Onze verpleegkundige zal bij iedere consultatie bloed afnemen om de suiker te controleren en je gewicht en medicatieschema opvolgen.

Gespreid over het jaar, gebeuren er **ook extra onderzoeken**. Zo kunnen we jouw gezondheid beter opvolgen en de nodige zaken gespreid over het jaar voor jou mee opvolgen. Dit gebeurt steeds onder het toezien van jouw huisarts. Ook dit proberen we in samenwerking te doen met onze diabeteseducator.

Zolang alles goed verloopt, ben je in goede handen bij onze verpleegkundigen. Die altijd nauw zullen samenwerken met de diëtist/diabeteseducator. Op de achtergrond volgen de artsen natuurlijk jouw parameters (bloedwaarde, gewicht,...) op de voet mee op om tijdig in te grijpen als het nodig is.

De vier consulten bij onze verpleegkundigen

consult 1 = volledige check-up

Eén keer per jaar gebeurt er een uitgebreid bloedonderzoek (cholesterol, nierfunctie en andere zaken). De urine wordt aan de hand van een urinestaal gecontroleerd. Onze verpleegkundige doet een **volledige check-up**. Dit wil zeggen dat de verpleegkundige met jou een reeks vragen zal overlopen over je huidige gezondheidstoestand.

Ook je vaccinatiestatus wordt gecontroleerd. Dit is uitgebreider dan alleen je diabetesnazicht.

Het resultaat van de check-up wordt nadien best bij de arts besproken in een aparte consultatie.

consult 2 = controle voeten



Er gebeurt een gewichtsoopvolging en een klein bloedonderzoek, dit wil zeggen dat enkel de suiker wordt gecontroleerd. De verpleegkundige kijkt tijdens dit consult ook de **voeten** na. Indien je voeten opgevolgd worden in het ziekenhuis en je meld zelf geen klachten kan dit overgeslagen worden bij onze verpleegkundige. Is de doorbloeding nog oké? Zijn er wondjes? Hoe is het gesteld met de verzorging van de nagels? Met een fijn pennetje zal er getest worden of je zenuwbanen ter hoogte van de voeten nog goed zijn. Samen met jou overlopen we het medicatieschema. Het resultaat van de kleine bloedonderzoeken worden telefonisch besproken.

consult 3 = afsprakenplanning bij andere hulpverleners en attesten controleren

Er gebeurt opnieuw een gewichtsoopvolging en een klein bloedonderzoek. Deze keer overloopt de verpleegkundige met jou **jouw afsprakenplanning** bv bij de bij de oogarts, endocrinoloog en eventueel cardioloog. Ze kijkt na of je correct wordt opgevolgd. Van zodra je spuitjes dient ze zetten worden je spuitplaatsen mee nagekeken. Ook overloopt ze of **jouw rijbewijs** nog in orde is en wanneer deze mogelijks vernieuwd dient te worden. Wist je trouwens dat elke diabetespatiënt wettelijk gezien een aangepast rijbewijs nodig heeft met een welbepaalde geldigheidsduur? Meer informatie in verband met het rijbewijs, lees je op de website van de diabetesliga:

<https://www.diabetes.be/nl/wie-zijn-we-wat-doen-we/kenniscentrum/publicaties/aangepast-rijbewijs-personen-met-diabetes>

consult 4 = eind van het jaar = griepvaccinatie



Er gebeurt opnieuw een gewichtsoopvolging en een klein bloedonderzoek. Vanaf oktober starten we met de griepvaccinatie.

Knipperlichten op het dashboard



Indien we merken dat er parameters minder goed zijn dan we gehoopt hadden, kan er beslist worden om andere hulpverleners bij in te schakelen. Dit kan gaan over extra consulten bij de diabeteseducator, afspraak bij podoloog, of naar een diabetesspecialist gaan. Zodat we in totaliteit voor je kunnen zorgen en je beter kunnen opvolgen.

De belangrijkste parameters die voor ons een knipperlicht doen branden zijn: HbA1c, Nuchtere Bloedsuiker en Gewicht

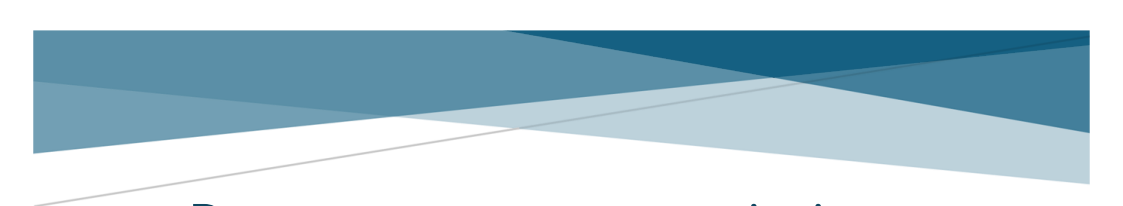
Bij diabetes is het belangrijk om je HbA1c, nuchtere bloedsuiker en gewicht regelmatig te controleren. Dit helpt je bloedsuiker goed onder controle te houden en complicaties te voorkomen.

De HbA1c geeft de gemiddelde bloedsuiker over de afgelopen 2-3 maanden weer. Het streefdoel voor de meeste mensen met diabetes is tussen de 6,5% en 7%. Als de waarde hoger is, kan dit wijzen op onvoldoende controle.

De nuchtere bloedsuiker wordt gemeten na een nacht vasten. Voor mensen met diabetes ligt de ideale waarde tussen 70 en 126 mg/dl. Bij hogere waarden kan je bloedsuiker niet goed gereguleerd zijn.

Een gezond gewicht helpt je bloedsuiker beter te reguleren en het risico op complicaties te verlagen. Zelfs een klein gewichtsverlies kan al een verschil maken.

Dus door je HbA1c, nuchtere bloedsuiker en gewicht goed in de gaten te houden, kun je je diabetes beter onder controle houden en je gezondheid verbeteren.



De zorgsystemen en voorzieningen in België

De overheid biedt verschillende opvolgtrajecten aan binnen de opvolging van Diabetes type 2. Zie afbeelding op de volgende pagina.

Er zijn verschillende fases of trajecten waarin je in België als diabetespatiënt kan zitten, we proberen op de 2^{de} afbeelding het starttraject en zorgtraject voor je te verduidelijken:

DIABETES LANDSCHAP

VANAF MAJAAR 2023

ALGEMENE GEZONDHEIDSBETROUWING
 IEDEREEN

Zoetzwanger
Diabetes Liga

half diabetes
Diabetes Liga

PREVENTIE EN VROEGOPSPORING
 VERHOOGD RISICO OP
 DIABETES TYPE 2

HUISARTS
 +
 DIABETOLOG

OPSTARTTRAJECT
 DIABETES TYPE 2
 LEEFSTIJLANPASSINGEN / ORALE MEDICATIE

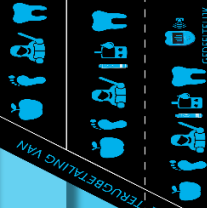
TOENEMENDE SPECIALISATIE VAN DE ZORG
 GESPECIALISEERD DIABETESTEAM
 + HUISARTS

ZORGTTRAJECT
 DIABETES TYPE 2
 1 OF 2 INSPUITINGEN / DAG OF MAX. ORALE MEDICATIE

CONVENTIE - C
 DIABETES TYPE 2
 ≥ 2 INSPUITINGEN / DAG + COMORBIDITEITEN

CONVENTIE - B
 DIABETES TYPE 2
 ≥ 3 INSPUITINGEN / DAG

CONVENTIE - A
 DIABETES TYPE 1



GEDEELTID

RECHT OP GEHELE OF GEDEELTELE TERUGBETALING VAN



PREVENTIE- EN ZORGLANDSCHAP IN VLAANDEREN VOOR VOLWASSEN PERSOENEN MET (RISICO OP) DIABETES TYPE 2 OF DIABETES TYPE 1.

	Starttraject	Zorgtraject
Wanneer starten?	Dit traject wordt opgestart indien er enkel medicatie of leestijladvies nodig is.	Dit traject wordt opgestart zodra medicatie (pilletjes) onvoldoende is en inspuiting overwogen wordt
Opvolging	Enkel in een huisartsenpraktijk.	Niet alleen bij de huisarts, minstens 1x per jaar is een consultatie bij de diabetesspecialist verplicht.
Je hebt daarnaast recht op:		
<ul style="list-style-type: none"> • 30 min bij de diëtiste - voorschrift arts nodig • 45 min bij de podoloog • Diabeteseducator • Tandartsbezoek • Extra 	2x per jaar Indien je een verhoogd voetriscico hebt – voorschrift arts nodig 4x 30 min per jaar 1x jaar per jaar	2x per jaar Indien je een verhoogd voetriscico hebt – voorschrift arts nodig 5x 30 min per jaar 1x jaar per jaar Zelfcontrolemateriaal, zoals glucosemeter, glucose-strips en lancetten

- TIP: Als je aan je tandarts laat weten dat je diabetes patiënt bent, krijg je de volledige consultatie terugbetaald.

Vragen aan MCO?

Noteer hier je vragen die je hebt, na het lezen van de infobrochure.

Medisch Centrum Oost	Huisartsenpraktijk
 Oude Meirstraat 30 2390 Oostmalle	<ul style="list-style-type: none">• Dr. Tom Eggers• Dr. Jessy Hoste• Huisgerelateerde zorg
 03 312 18 63	
 info@mcoost.be <small>(Uitsluitend voor administratieve doeleinden)</small>	