

Entree – Diabc 2005

Inhoud:

Ziektekostenverzekering	4
Stoppen met roken vraagt voorbereiding	4
15.000 mensen geprikt op diabetes	4
De nieuwe Diabetes Actiefkrant van de DVN	5
Pacemaker voor de maag	5
Herhaalrecepten	6
Spreekuur Thuis: Obesitas en overgewicht	6
Huisarts met steun levert betere zorg	6
Zuivel versterkt dieet	7
Pen als lotgenoot	7
Vier feest met de DVN!	7
Het Tijdschrift	8
Uitgesproken	8
Droom of werkelijkheid ?	9
Vaccin tegen diabetes	9
Overstap zorgverzekeraar	10
Financiële compensatie	10
Met een Daisy mis je niks	10
Het DVN-aanbod is groot	11
Voordeel voor DVN-leden bij Agis	11
Rectificatie	11
Inhoudsopgave Diabc 2004	11
Uitgesproken	12
Oproep fotowedstrijd	12
Kom naar de reunie!	13
Feestsite	13
Informatie en communicatie	13
Commotie rond nieuwe richtlijn behandeling type 2 diabetes	14
Naar het ziekenhuis? Informeer naar de vergoeding	14
Diabetes in 'Onder Specialisten'	15
Belastingaangifte 2004	15
Werf een nieuw lid en krijg zelf een stappenteller	15
Uitgesproken	16
Voor alle leden	16
Taakherschikking	17
In memoriam Constant van Gestel	17
Waarschuwing voor vitamine E	18
Aviva meter	18
Balance meter	18
Diabetesverpleegkundigen boeken prima resultaat	18
MATADOR verkozen tot glanzend voorbeeld	19
Pijnstiller voor neuropathische pijn	19
DVN viert feest!	20
60 jaar diabetes	20
Speciale activiteiten voor doelgroepen	20

Sam komt ook!	21
Let op: dubbeldik jubileumnummer!	21
Meer dan 60 jaar	21
Welkom op het jubileumfeest op 28 mei!	22
Betere vergoedingen aangekondigd.....	22
Geen 'slecht' risico meer.....	23
Vitamine Kaas tegen vaatschade.....	23
Aandachtsvelders in Ziekenhuis Eindhoven.....	23
OnderOnsjes gebundeld	24
Apothekers bedankt!	24
Oproep EADV-Award	24
Mediterraan dieet, ook op latere leeftijd gunstig.....	24
60 jaar diabetes.....	25
En toch.....	26
Grapefruitsap en medicijnen	26
60 jaar DVN - het feest!.....	27
Type 2: mono- of combinatie therapie?.....	29
'Nieuwe' Geneesmiddelenwet.....	30
Dubbele cholesterol-remmer	30
Overgewicht en hersenonderzoek	30
Studiefinanciering	31
Diabetesbus bezoekt dorpen.....	31
Hartverwarmend en zelfverzekerd	31
Alternatieve geneeswijzen	32
Nieuw: de DVN Autoverzekering!.....	32
Koele fietstas	32
Inspectie in verzet tegen internet-recept	32
Geen discriminatie in beroep	32
Hoog cholesterol en de ogen	33
Onbezorgd op vakantie!.....	33
Zelfzorg weer in het ziekenfonds	33
En nu verder	34
Vergoeding medicijnen.....	34
Novo Nordisk prijs naar Tholen.....	35
Stress in de familie speelt mee bij ontstaan diabetes type 1	35
Collecteer mee!.....	35
Prijswinnaars DVN-feest	36
Medisch Paspoort in Marokkaans en Turks	36
Benefietconcert Diabetes Fonds	36
Weet u het al?	37
Korting voor DVN-leden bij zorgverzekeraar.....	37
Problemen met OneTouch GlucoTouch meters.....	38
Geen gevaar op de weg.....	38
Atleet met diabetes zwemt wereldrecord	39
Opnieuw: 'Suiker'	39
Rekkende schoen	39
Diabetes Fonds.....	40
Hart en vaten	40
Broze botten.....	40
AGE-reader voorspelt vaatziekten	41
Nog even geduld a.u.b.	41

Foutje van Menzis	41
Spannend.....	42
Diabetes in de media	42
Nieuwe insulinepomp: Cozmo.....	43
Explosieve groei.....	43
Nieuwe site DVN.....	43
Verborgten vetten.....	44
Hoe overleef ik mijn huisarts?	44
Erectieproef.....	45
Vitamine B12-tekort en metformine.....	45
Bloeddrukdaling en type voeding	45
Statines en type 2	46
Reanimeren met de Cardicard	46

Ziektekostenverzekering



Het afsluiten van verzekeringen is lastig en geeft vaak een ongemakkelijk gevoel. Ben ik wel voldoende verzekerd? Is de premie die ik moet betalen redelijk? Als ik gebruik moet maken van die verzekering, zal de kwaliteit van wat ik dan krijg goed genoeg zijn?

Per 1 januari 2006 gaat er veel veranderen. Het verschil tussen het ziekenfonds en de particuliere verzekering verdwijnt en als u dat zou willen, mag u elk jaar van zorgverzekeraar veranderen. Zorgverzekeraars moeten veel meer gaan letten op de te leveren en geleverde zorg dan nu het geval is. Bovendien is iedereen straks verplicht om zich te verzekeren tegen ziektekosten. En verzekeraars zijn verplicht iedereen die zich aanmeldt te accepteren. Ondanks allerlei discussies die nu nog gaande zijn, kunt u ervan uitgaan dat de veranderingen per 1 januari 2006 doorgaan. Inmiddels zijn veel voorbereidingen gestart. De veranderingen bieden namelijk ook nieuwe kansen. Verzekeraars kunnen zich gaan onderscheiden van elkaar. Essentieel is dat verzekeraars diabeteszorg aanbieden die voldoet aan de Zorgstandaard voor goede diabeteszorg van de Nederlandse Diabetes Federatie. Deze Zorgstandaard gaat uit van ketenzorg, dwars door de afzonderlijke hokjes van huisarts, internist, verpleegkundige, diëtist, enzovoorts heen. Verzekeraars kunnen deze diabeteszorg inkopen bij zogeheten diabeteszorggroepen en bewaken de kwaliteit. De overheid registreert de geleverde prestaties, bevordert de kwaliteit en beheerst de kosten.

De DVN is nauw betrokken bij deze nieuwe ontwikkelingen op het gebied van ziektekostenverzekeringen. We houden u op de hoogte!

Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Stoppen met roken vraagt voorbereiding

Behoort u tot de rokers die deze maand een stoppoging wagen? Geweldig! Vooral volhouden! Het is een goed idee om ook even bij uw arts en diëtist langs te gaan. Stoppen met roken heeft meestal ingrijpende gevolgen voor de eetgewoonten en veroorzaakt vaak gewichtstoename. Sommige aanbevolen stopmethoden bevatten eet- of beweegadviezen die in combinatie met diabetes drastische vormen kunnen aannemen. Samen met de huisarts en de diëtist kunt u een plan maken om overgewicht en andere ontregelingen te voorkomen. Stoppen onder begeleiding geeft bovendien een grotere kans van slagen!



15.000 mensen geprikt op diabetes

Niet minder dan 15.000 mensen hebben zich in de weken rond Wereld Diabetes Dag (14 november 2004) laten controleren op diabetes. Dat gebeurde tijdens de 'prikacties' van de Diabetesvereniging Nederland en het Diabetes Fonds op meer dan negentig locaties in het hele land.

Van de 15.000 gecontroleerde mensen zijn er 950 doorgestuurd naar de huisarts. Dat is 6 procent, een percentage dat ook werd verwacht. Alleen mensen uit de risicogroep werden geprikt. Of iemand tot de risicogroep behoorde, kon worden bepaald door het invullen van een lijstje met tien vragen. Vervolgens werd bij die persoon de bloedglucose gemeten door middel van de vingerprik. Als het gehalte te hoog was, boven de 10 mmol/l, werd aangeraden naar de huisarts te gaan voor verder onderzoek.

De prikacties vonden plaats in onder meer buurthuizen, wijkcentra, bibliotheken en gemeentehuizen. De opkomst was vaak veel hoger dan verwacht. De gecertificeerde vrijwilligers van de lokale afdelingen van de Diabetesvereniging en de ingeschakelde diabetesverpleegkundigen hadden dan ook hun handen vol.

De nieuwe Diabetes Actiefkrant van de DVN



Elk jaar hetzelfde cursusprogramma en dezelfde activiteiten? Niet bij de Diabetesvereniging Nederland! Ons cursus- en activiteitenpakket wordt voortdurend aangepast aan de wensen van mensen met diabetes en aan de maatschappelijke ontwikkelingen. Het tot nu toe uitgegeven jaaroverzicht 'Complete Gids van de DVN' voldoet dan ook niet meer.

In plaats van De Complete Gids komt er voortaan drie keer per jaar, in maart, juli en december een activiteitenkrant uit. De Diabetes Actiefkrant zal op den duur verkrijgbaar zijn op alle plekken die voor mensen met diabetes belangrijk zijn. Omdat de eerste krant in

maart verschijnt, vindt u verderop in deze Diabc een overzicht van de landelijke cursussen en activiteiten in het eerste en tweede kwartaal (zie pag. 38 en 39).

In de Complete Gids stond ook altijd het pakket aan informatiematerialen van de DVN. Voor deze folders, brochures, boeken en hulpmiddelen is er nu een aparte brochure: 'Diabetes. Wat wilt u weten?' Deze brochure is te bestellen via de Diabeteslijn, tel. (033) 463 05 66, info@divn.ril en ook te downloaden via: www.divn.nl.

Pacemaker voor de maag

In Duitsland en België kunnen mensen met fors overgewicht sinds kort een zogenoemde 'pacemaker voor de maag' geïmplantéerd krijgen. Dit apparaatje belemmert een normale werking van de maag. De maag blijft daardoor langer gevuld en dit geeft een vol gevoel. Voor iemand met diabetes is zo'n maag-pacemaker tamelijk riskant, omdat de maag vaak al (veel) trager werkt dan normaal. Daarnaast gooit deze maag-pacemaker het subtiele samenspel van medicatie en voeding in de war en dat kan leiden tot onvoorspelbare glucosewaarden en een sterk verhoogde kans op hypens en hypo's.

Alleen in de VS is momenteel nog een andere maag-pacemaker verkrijgbaar, met een 'omgekeerde' werking. Dit apparaatje versnelt namelijk de maaglediging en dat kan voordelen bieden bij maag-darmcomplicaties, zoals diabetische neuropathie. Toch wordt ook het implanteren van dit apparaatje ontraden tenzij u in VS woont. Medische nazorg en controle zijn namelijk niet in Europa beschikbaar.

Tip: Voor mensen met diabetes die willen afvallen, heeft minder eten en meer beweging de meest gunstige effecten. In dit themanummer over Gewicht vindt u heel veel informatie over afvallen, afslankmiddelen, bewegen en overgewicht.

Herhaalrecepten

Bijna niemand wist het, maar door een wetwijziging in 1997 is een door een arts uitgeschreven recept voor insuline geldig als herhaalrecept. Dit garandeert dat u een nieuw voorraadjie insuline bij de apotheek kunt ophalen, zonder dat u eerst naar de dokter hoeft te gaan voor een nieuw recept. Er zijn echter een paar haken en ogen aan deze regeling.

Niet alle apotheekmedewerkers zijn van het wetsartikel op de hoogte, zo blijkt in de praktijk. Daarnaast heeft de zorgverzekeraar het laatste woord over de vergoeding. Sommige verzekeraars vergoeden alleen medicijnen die worden verstrekt via een 'officieel' herhaalrecept. krijgt dus wel de insuline mee, maar de vergoeding blijft achterwege! Een recept waarop uw arts heeft aangekend dat het een herhaalrecept betreft, wordt wél door verzekeraars erkend.

Vanzelfsprekend is de arts niet verplicht om u zo'n officieel herhaalrecept te geven. De dokter kan ook een recept voor 'eenmalige' verstrekking uitschrijven, bijvoorbeeld omdat hij u eerst voor de noodzakelijke controles wil terugzien. De apotheker dient zich aan de aanwijzingen van de arts te houden. in dat geval kunt u dus geen beroep doen op de wet.

Spreekuur Thuis: Obesitas en overgewicht

In de serie Spreekuur Thuis is dit jaar het boek 'Obesitas en overgewicht' verschenen, geschreven door internist-endocrinoloog Pierre Zelissen in samenwerking met de Nederlandse Obesitas Vereniging. Het boek geeft een overzicht van de huidige stand van zaken op het gebied van overgewicht en obesitas. Vanwege de medisch-wetenschappelijke uitleg is het een behoorlijk pittig boek dat diep op de materie ingaat. Dat is een voordeel voor mensen die heel goed op de hoogte willen zijn. Het boek gaat onder meer in op gezondheidsrisico's, behandelingen en diabetes.

'Obesitas en overgewicht' (ISBN 9066110872) is verkrijgbaar bij de boekhandel voor € 9,95. Uitgave Inmerc bv Wormer.

http://books.google.be/books?id=qYZF2AKKJABC&pg=PA95&lpg=PA95&dq=%22SPREEKUUR+THUIS%22+Obesitas+en+overgewicht&source=bl&ots=EdmXCnAE&sig=zN5yWMLtANxIG_IQTpwPv5I54&hl=nl&ei=rXk-SoX8CY3Q-QbS0-zbDA&sa=X&oi=book_result&ct=result&resnum=1



Huisarts met steun levert betere zorg

De zorg voor mensen met type 2 diabetes is bij de meeste huisartsen verre van optimaal. Dit concludeert onderzoekster Lielith Ubink-Veltmaat op basis van een recent onderzoek naar huisartsenzorg (Universiteit van Groningen). De beste diabeteszorg wordt geleverd door huisartsen die worden ondersteund door diabetesspecialisten, zoals internisten, diabetesverpleegkundigen en praktijkondersteuners. Bij deze huisartsen is er een betere opsporing en behandeling van allerlei risicofactoren, zoals verhoogde bloeddruk, te hoog cholesterol en eiwitverlies in urine (microalbuminurie).

Zuivel versterkt dieet



Wilt u afvallen of op een gezond gewicht blijven? Dan kunt u beter niet de zuivel van het dagelijks menu schrappen. Wie dagelijks zuivelproducten consumeert, heeft meer profijt van een energiebeperkt dieet en blijft ook beter op gewicht, zo blijkt uit studies. Op welke wijze de inname van zuivel bijdraagt aan het bereiken én het behouden gezond gewicht, is nog niet helemaal duidelijk. De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid zuivel is 2 á 3 bekers (magere of halfvolle melk of yoghurt), en 1 plak kaas (20+ of 30+). Méér zuivel consumeren dan de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid is niet verstandig. Dit leidt niet tot gewichtsverlies, maar juist tot extra kilo's.

Pen als lotgenoot

Vertel mij wat! Onder dit motto organiseert het Fonds PG0 om het jaar een schrijfwedstrijd voor mensen met een ziekte, handicap of aandoening. Want schrijven helpt! U kunt uw hart luchten en anderen begrip of herkenning schenken. Schrijft u al? Over uw eigen ervaringen of over iemand in uw omgeving? Stuur dan uw korte of lange verhaal, column of internetpagina op en maak kans op geldprijzen van 1000 tot 2500 euro.

Informatie over de wedstrijdvoorwaarden is te vinden op www.penalslotgenoot.nl. U kunt ook per telefoon een informatiekrant aanvragen, via tel. (026) 383 0442.



Vier feest met de DVN!

De DVN bestaat 60 jaar en dat vieren we het hele jaar door. Maar één dag wordt extra bijzonder: zaterdag 28 mei. Dan zet de DVN al haar leden en vrijwilligers in het zonnetje door hen te verwennen met een groot feest in de Amsterdamse RAI. Komt u ook?

Om 13.00 uur is de opening door DVN voorzitter Wim Wientjens en Erica Terpstra met daarbij een speciaal optreden van de luchtdansers van het Corpus Acrobatic Theatre.

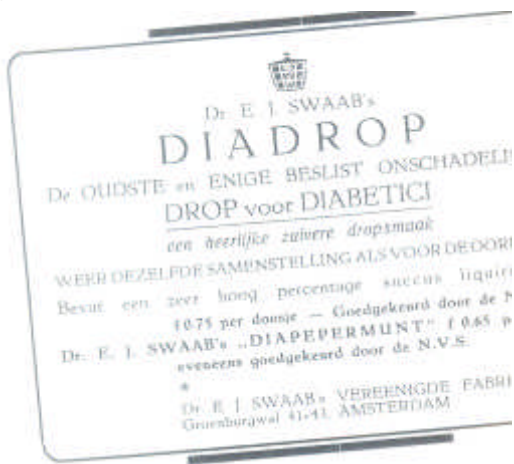
Op het hoofdpodium zijn vanaf 12.00 uur de gehele middag optredens van onder andere Antje Monteiro, Karin Bloemen, Mariska van Kolck en Joost de Jong. In vier paviljoens vinden activiteiten plaats voor jongeren, ouderen en kinderen en natuurlijk is er een beweeghoek. Verder zijn er bijzondere informatiestands, er is een museum, een kookeiland en een reünie.

Blijf op de hoogte van de ontwikkelingen en kijk regelmatig op: www.60jaar.dvn.nl

Het Tijdschrift

‘Met het verschijnen van het eerste nummer van dit orgaan voor de leden van de Nederlandsche Vereeniging tot Behartiging van de Belangen van Suikerzieken (NVS) gaat een lang gekoesterd verlangen van het bestuur in vervulling.’

Zo werd het allereerste Tijdschrift, de voorloper van de huidige Diabc, in december 1946 geïntroduceerd bij de leden. Een jaar eerder was op 25 augustus de NVS opgericht in den Haag. De



medisch adviseur, dr. F. Gerritzen, meldt even verderop in Het Tijdschrift: ‘De NV Princenhage-Kapelle te Breda heeft jam en chocoladepasta voor diabetici gefabriceerd die door hun laag suikergehalte volkomen onschadelijk voor suikerzieken moeten worden geacht.’ En ook de diëtist geeft haar eerste voedingsadvies: Bij het klaarmaken van het dieet gebruiken we steeds een weegschaal of brievenweger en een maatglas: Gevolgd door de opmerking dat ‘suiker en met suiker toe bereide levensmiddelen nooit in het dieet van suikerpatiënten mogen voorkomen.’ Gelukkig is er in 60 jaar veel veranderd! Ook wat uiterlijk betreft. Het Tijdschrift bevatte geen kleur en geen foto's, maar wel enkele advertenties...

Uitgesproken

Henk Seeger (58) is lid van het algemeen DVN-bestuur en voorzitter van de jubileumcommissie die het jubileumfeest op 28 mei voorbereidt. Henk heeft 15 jaar diabetes en is 2 jaar werkzaam als vrijwilliger bij de DVN.

Waarom bent u vrijwilliger van de DVN?

“Omdat ik graag, naast mijn werk als kleine zelfstandige, ook iets ‘maatschappelijk relevants’ wil doen. De keuze voor de DVN ligt voor de hand. Nu ik onze vereniging beter ken ben ik blij met deze keuze. Veel dynamiek, veel te doen, soms spannend en inspannend, maar het geeft veel voldoening.”

Wat doet de jubileumcommissie?

“Het jubileum organiseren en wel zodanig dat het een feestelijke bijeenkomst wordt voor al onze leden, maar ook een bijeenkomst waar je als lid van een patiëntenvereniging wat aan hebt. Ontspanning en vermaak, én ‘nuttige’ activiteiten.”

Waarom vieren we zo'n groot feest?

“60 jaar is niet niks. Eigenlijk willen wij met dit jubileum elkaar bedanken. Al die leden en kaderleden voor hun inzet en betrokkenheid bij de vereniging. Nu eens geen beurs of congres, maar in een ontspannen sfeer elkaar ontmoeten.”

Een feest voor alle leden?

“6000 leden zullen een onvergetelijke dag beleven. De overige 90% zal spijt hebben er niet bij geweest te zijn. Misschien moeten wij voor hen maar een videoimpressie of iets dergelijks maken.”

Wens voor de DVN (in de toekomst)?

“Omdat het aantal mensen met diabetes alsmaar toeneemt, moeten wij nog groter, sterker en beter worden om hun collectieve en individuele belangen goed te kunnen behartigen. Voor alle vrijwilligers en beroepskrachten die daaraan bijdragen wens ik dat zij optimaal voor hun rollen en taken zijn en worden toegerust en blijvend plezier en voldoening vinden in hun werk voor onze vereniging.”

Diabc, februari 2005, jaargang 59, nummer 2 – pg. 4-9

Droom of werkelijkheid ?

Wie met klachten naar de huisarts gaat, is allerm minst zeker van uitsluitel op korte termijn. Vooral wanneer de klachten het begin van diabetes zouden kunnen zijn, wordt lang niet altijd op tijd ingegrepen. Het is zinloos daarvan iemand of iets de schuld te geven, maar het probleem is er niet minder om.

De Taakgroep die aan de minister rapporteert over de mogelijkheden voor betere diabeteszorg, heeft de vorming van ‘diabeteszorggroepen’ geadviseerd. Deze diabeteszorggroepen zijn rechtspersonen en bestaan uit huisartsen, diabetesverpleegkundigen, praktijkondersteuners, diëtisten en thuiszorgmedewerkers. Internisten, diabetologen of andere medische specialisten zijn er in een consultatieve rol bij betrokken. Iemand met klachten krijgt dus direct te maken met een concentratie van kennis en kunde. Mensen met diabetes kunnen veel indringender op hun verantwoordelijkheden worden gewezen. Ze kunnen vervolgens direct beginnen hun dagelijks leven zo in te richten dat ze optimaal omgaan met hun diabetes.

Zou deze droom werkelijkheid kunnen worden? Ik ben ervan overtuigd. Er zijn reeds acties in de richting van ketenzorg. De droom moet wel werkelijkheid worden, omdat de huidige zorg de omvang van diabetes niet meer aan kan. En deze nieuwe vorm van diabeteszorg is ook werkelijk mogelijk en veel dichterbij dan voor mogelijk wordt gehouden.

Wie straks aan de deur klopt van een diabeteszorggroep, moet ervan ‘verzekerd’ kunnen zijn achter die deur maximaal behandeld te worden.

Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Vaccin tegen diabetes

Britse wetenschappers gaan vanaf augustus 2005 een vaccin tegen (type 1) diabetes testen op mensen. Het nieuwe vaccin wordt aangekondigd als de grootste doorbraak in de behandeling van diabetes sinds de uitvinding van insuline.

Het vaccin bevat een proteïne dat de vernietiging afremt van de insulineproducerende cellen. Inenting met het vaccin gaf proefmuizen levenslange bescherming. Na drie jaar proefnemingen met bloedmonsters menen de onderzoekers nu het humane equivalent van dit proteïne te hebben ontdekt: een molecuul die identiek is aan

een deel van de insulineproducerende cellen in de eilandjes van Langerhans. Wanneer deze moleculen in het menselijk bloed worden gebracht, ontstaan 'beschermende' cellen, die de eilandjes wapenen tegen de invloed van agressieve witte bloedlichaampjes.

De studie wordt uitgevoerd door de universiteit van Bristol en het Kings College in Londen. In de proef die nu volgt krijgen achttien mensen met type 1 diabetes het vaccin in lage dosering toegediend. Als de resultaten goed zijn, volgt een nieuwe studie van anderhalf jaar naar eventuele bijwerkingen.

Als het vaccin de ontwikkeling van diabetes bij mensen met net ontdekte type 1 diabetes kan stoppen, zou dat al een hele grote stap voorwaarts zijn. Volgens de Britse onderzoekers zal het zeker nog tien jaar duren voordat het nieuwe vaccin eventueel voor iedereen beschikbaar kan zijn.

Overstap zorgverzekeraar

Tot 15 maart 2005 kunt u op een speciaal telefoonnummer terecht met klachten en problemen bij de overstap naar een nieuwe zorgverzekeraar en/of het wijzigen van de ziektenkostenpolis. De meldactie is georganiseerd door de NCPF, waarbij ook de DVN is aangesloten. De resultaten van de actie worden half april aangeboden aan minister Hoogervorst.

Het meldpunt is bereikbaar via tel. (030) 291 67 77 op werkdagen van 10.00 tot 16.00 uur. U kunt ook een vragenlijst invullen over dit onderwerp, via de website www.npcf.nl

Financiële compensatie

Een financiële vergoeding vinden voor extra gemaakte kosten kan behoorlijk ingewikkeld zijn. De folder 'Ik heb wat, krijg ik ook wat?' geeft een overzicht van de bestaande compensatieregelingen voor mensen met een chronische ziekte, handicap of hoge leeftijd. De folder is gratis aan te vragen via Postbus 51, op werkdagen van 9.00 tot 21.00 uur, via tel. (0800) 80 51.



Met een Daisy mis je niks

Mensen met een leeshandicap kunnen veel plezier beleven aan Daisy cd's. Kranten, romans, studieboeken, bladmuziek, maar ook tijdschriften als Margriet en Diabc: het is allemaal in gesproken vorm, op Daisy cd beschikbaar. Sinds 1 januari 2004 vervangen Daisy cd's de oude, vertrouwde cassettebandjes.

Daisy cd's kunnen worden afgespeeld met een Daisy speler of met een PC waarop speciale software is geïnstalleerd. Desnoods kan ook een MP3- of DVD-speler worden geprobeerd. Daisy cd's moeten net als bibliotheekboeken na afloop van de uitleen worden geretourneerd.

Wie Diabc op Daisy cd-rom wil krijgen, kan dit doorgeven via de Diabeteslijn, tel. (033) 463 05 66 of via info@dvn.nl. U moet wel zelf de apparatuur, een speciale Daisy-speler aanschaffen. Voor vergoeding hiervan kunnen blinden en slechtzienden een beroep doen op hun zorgverzekeraar. Bedrijven die de Daisy-speler leveren zijn Alva, tel. (0900) 258 25 55 en Tienvan, tel. (010) 231 35

Meer informatie over de Daisy is verkrijgbaar bij de FNB, tel. (0486) 486 486 en op internet via: www.fnb.nl. Veel informatie over Daisy spelers is te vinden op dit internet-adres: http://www.blindenzorglichtenliefde.be/bdm/hmdb/PC/Div_Info_Daisy.html

Het DVN-aanbod is groot

Activiteiten en cursussen van de DVN staan vanaf 2005 in de nieuwe Diabetes Actiefkrant. De drie maal per jaar verschijnende krant neemt de plaats in van de Complete Gids. IJ ontvangt de eerste Diabetes Actiefkrant volgende maand, bij de Diabc van maart. Alle DVN-activiteiten tot en met april staan in de Diabc van januari. De volgende kranten verschijnen in juli en december.

Het complete aanbod van DVN-boeken, brochures, folders en hulpmaterialen is opgenomen in een nieuwe 24 pagina's tellende brochure 'Diabetes. Wat wilt u weten?' De brochure is te bestellen via de Diabeteslijn, tel. (033) 463 05 66, info@dvn.nl en ook te downloaden via: www.dvn.nl. Kijk voor een voorproefje op pagina 34 in deze

Voordeel voor DVN-leden bij Agis

Agis Zorgverzekeringen biedt sinds december 2004 een aanvullende verzekering voor alle chronisch ziekten en gehandicapten. Iedereen kan deze verzekering afsluiten, tegen dezelfde prijs. Verzekeraars zijn tegenwoordig verplicht om iedereen voor het basispakket te accepteren, maar niet voor de aanvullende verzekering. Agis en de Chronisch Zieken en Gehandicapten Raad bieden daarom nu een aanvullende verzekering die niemand uitsluit.

De Diabetesvereniging Nederland vindt dit een heel goed initiatief en heeft daarom in samenwerking met Agis een speciaal pakket samengesteld. Leden van de DVN die een verzekering bij Agis afsluiten worden zonder selectie geaccepteerd, ook voor de aanvullende verzekering. Verder krijgen DVN-leden 10 procent korting op alle aanvullende verzekeringen van Agis én zij krijgen jaarlijks maar liefst € 20,- korting op het lidmaatschapsgeld van de DVN (normaal € 40,-). Dit geldt ook voor de mensen met een AOW of sociaal minimum inkomen die de helft van de contributie betalen. Zij krijgen het lidmaatschap dus geheel vergoed!

Kijk voor meer informatie in de flyer die met deze Diabc is meegestuurd, kijk op www.agisweb.nl of bel tel. (0900) 86 85.

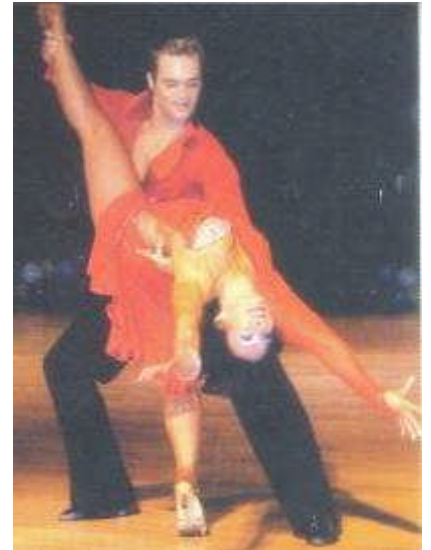
Rectificatie

In het decembern timer stond een reportage over de kinderpoli. Hierin werden ook een meisje, Joos, en haar moeder, Judith van Buren, geciteerd. Het betrof echter niet het verhaal van Joos, maar van een ander meisje. Hun namen zijn per ongeluk verwisseld.

Inhoudsopgave Diabc 2004

Wilt u alle Diabc's overzichtelijk op een rij? Wilt u makkelijk informatie kunnen opzoeken over een bepaald onderwerp? Vraag dan nu de inhoudsopgave Diabc over 2004 op bij de DVN. Bel daarvoor tel. (033) 463 05 66, keuze 2, of stuur een e-mail naar: info@dvn.nl.

Op een feest wordt gedanst! Ook op de jubileum feestdag 28 mei in de RAI. Door de Nederlands kampioenen La tin American Dancing Roemjana de Haan en Koen Wouters en door de wereldkampioenen rolstoeldansen Sandra Kuipers en Ed van der Vall. En misschien kunt u zelf ook wel een dansje wagen!



Uitgesproken

Leo Heere (56) is sportarts, voorzitter van de DVN-themagroep Sport en Bewegen en lid van de jubileumcommissie die het jubileumfeest op 28 mei voorbereidt. Leo heeft 22 jaar diabetes en is 22 jaar werkzaam als vrijwilliger bij de DVN.

Waarom bent u vrijwilliger van de DVN?

“Als sportarts, mens met diabetes en marathonloper vond ik dat ik mensen met diabetes van dienst moest zijn om meer over het grote belang van regelmatig sportief bewegen te vertellen, het bewegen te stimuleren en daarbij ook een voorbeeld te zijn voor zowel de mens met diabetes als de medische wereld.”

Waarom is gekozen voor het jubileumthema In Beweging?

“Ik heb erop aangedrongen dit thema te kiezen vanwege het steeds grotere belang dat aan bewegen bij diabetes wordt gegeven. Tevens is dit thema ook goed te vertalen naar het dynamische karakter van de DVN, die immers 60 jaar jong en steeds in beweging is.”

Is de DVN zelf in beweging?

“Jazeker, door de positieve aandacht voor bewegen in woord en geschrift; door ondersteuning van het bewegen met Sport Educatie Weekenden; door het meedoen aan de Vierdaagse; door allerlei activiteiten voor jongeren en de vernieuwende activiteiten van het DVN-hoofdbureau in Leusden.”

Is het feest alleen voor actieve mensen of ook voor mensen die wat minder goed ter been zijn?

“Iedereen kan op zijn of haar manier in beweging komen, niet alleen op de jubileumdag, maar ook in de eigen woonomgeving. Het gaat dus niet (alleen) over sport, maar meer over hoe we meer sportief kunnen bewegen, passend bij ieders capaciteiten en mogelijkheden.”

Wens voor de DVN (in de toekomst)?

“Dat de DVN een warm pleitbezorger mag zijn voor de mensen met diabetes en aandacht heeft voor de kansen die bewegen -leuk, sociaal, gezondheidsbevorderend- aan de mensen met diabetes extra geeft.”

Oproep fotowedstrijd

Doe mee aan de fotowedstrijd en win een digitale video-camera! Het thema waaraan de foto moet voldoen is: DVN 60 jaar. Het kan gaan om oude foto's van activiteiten, kampen of uitjes, maar bijvoorbeeld ook om oude diabetes- materialen of om een foto die u nu maakt van bijvoorbeeld het getal 60 op een (suikervrije?) taart of een foto waarin op creatieve wijze het jubileumlogo is verwerkt.

Alle foto's worden getoond op de jubileumdag 28 mei, in het 'museum' en de mooiste foto's krijgen ook een plekje in de Diabc.

Stuur uw foto, vergezeld van een toelichting met daarin informatie over de foto vóór i april naar: redactie Diabc, o.v.v. fotowedstrijd, postbus 470, 3830 AM Leusden of mail de foto met toelichting naar: diabc@dvn.nl

Kom naar de reünie!

60 jaar Diabetesvereniging Nederland betekent 60 jaar lang activiteiten, cursussen en bijeenkomsten, met een groot aantal deelnemers. Veel mensen hebben fijne herinneringen aan die DVN-activiteiten en aan de ontmoetingen met anderen. Maar waar zijn die mensen nu en hoe ontmoet u ze weer eens? Tijdens een reünie!

De DVN organiseert daarom een reünie tijdens het grote jubileumfeest op 28 mei. U kunt zich op de feestsite (kies het subkopje reünie) aanmelden voor de reünie. Aanmelden kan ook per post: DVN, postbus 470, 3830 AM in Leusden, o.v.v. reünie; per telefoon: (033) 463 05 66 of per [e-mail: info@dvn.nl](mailto:info@dvn.nl). Het is wel handig als u gegevens paraat hebt over de activiteit, jaar, locatie en wie u eventueel hoopt te ontmoeten.

Feestsite



Speciaal voor het 60-jarig jubileum van de DVN is er een feesttent ingericht op de DVN-site. U kunt hier een kijkje nemen via www.dvn.nl (klik op de feesttent) of via www.60jaar.dvn.nl. Hier vindt u steeds de meest actuele info over het jubileumprogramma, de reünie, de optredens en activiteiten. Verder kunt u er binnenkort leren dansen, u kunt een virtuele rondleiding door de geschiedenis krijgen in het museum en er komt een jubileumquiz.

Diabc, maart 2005, jaargang 59, nummer 3 – pg. 4-9

Informatie en communicatie

Kent u het verleden nog? Het geknoei met carbonpapier en typex? Faxpapier, waarop de woorden langzaam maar zeker verdwenen? Telex-geratel? Heel veel snoeren tussen evenveel apparaten? Waardeert u het heden en kijkt u uit naar de toekomst? Waarin alles draadloos is. Geen brieven meer, maar e-mails. Conferenties met mensen in andere werelddelen via internet en webcam. Een scala aan nieuwe geluidsdragers. Navigatiesystemen voor onderweg. Enzovoort.

Ook in de gezondheidszorg zijn er volop ontwikkelingen en dat is maar goed ook. Want voor een chronische aandoening als diabetes is een goede communicatie tussen alle zorgverleners bijzonder belangrijk. Zodat alle zorgverleners een dossier snel kunnen bekijken. Helaas is de toepassing van elektronisch patiëntendossiers in de diabeteszorg er nog lang niet. De weerstand tegen veranderingen is ook in de diabeteszorg groot.

Mensen met diabetes staan aan het eind van de keten. Of aan het begin ervan, net hoe je het bekijkt. In elk geval hebben mensen met diabetes in de ketenzorg een duidelijke eigen plaats. Ze kunnen en moeten meestal veel zelf doen. Eigen verantwoordelijkheid en zelfmanagement, maar dan wel met eigentijdse middelen. Niet alleen op het gebied van elektronische patiëntendossiers, maar ook op het gebied van het meten van bloedglucose, bloeddruk en cholesterol; het snel en

simpel terugmelden van de resultaten van laboratoriumonderzoek; heldere toepassing van medische richtlijnen en motiv'erende begeleiding bij het omgaan met diabetes, thuis en op het werk. Want: met betere communicatie komt betere informatie.

Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Commotie rond nieuwe richtlijn behandeling type 2 diabetes

De Nederlandse Diabetes Federatie (NDF) heeft onlangs een nieuwe richtlijn gepubliceerd voor de behandeling van type 2 diabetes. De nieuwe richtlijn is het resultaat van een breed overleg tussen huisartsen, diabetesverpleegkundigen en specialisten, en is het richtsnoer voor de best mogelijke behandeling van type 2.

De nieuwe NDF-richtlijn is gemaakt omdat de NHG-standaard van het Nederlands Huisartsen Genootschap uit 1999 sterk verouderd is. De komst van twee nieuwe medicijnen voor type 2 diabetes maakte een nieuwe richtlijn noodzakelijk. Artsen zijn ook niet langer gebonden aan één voorgeschreven standaardbehandeling voor alle mensen met type 2. Belangrijk, want de arts kan nu voor elke individu direct de meest gunstige behandeling kiezen. Verandering van leefstijl blijft ook in de nieuwe richtlijn de basis voor de behandeling van type 2 diabetes.

De nieuwe richtlijn is niet door iedereen met enthousiasme ontvangen. Het Nederlands Huisartsen Genootschap vindt dat in de richtlijn de nieuwste orale middelen thiazolidinedionen (TZD's) en meglitiniden een te belangrijke plek krijgen toebedeeld. Volgens de NHG is niet bewezen dat deze middelen het beter doen dan de veel minder dure metformine en sulfonylureumderivaten. De NHG adviseert professionals daarom de richtlijn niet toe te passen en te wachten op de eigen, herziene NHG-richtlijn.

De Diabetes Federatie ontkent bijzondere aandacht voor de twee middelen, zij vindt dat elk nieuw en (Europees) erkend medicijn bij type 2 diabetes moet zijn opgenomen in een behandelrichtlijn. Als dat middel duurder is, maar op termijn een betere diabetesregulatie geeft, kan het juist een goede investering zijn. Om echter te dure middelen te voorkomen en goed geneesmiddelengebruik te bevorderen, staan in de nieuwe richtlijn ook adviezen voor een jaarlijkse evaluatie en meer onderzoek onder de gebruikers van diabetesmiddelen zelf. Ook de Diabetesvereniging, als onderdeel van de overkoepelende Diabetes Federatie, betreurt de reactie van het Huisartsen Genootschap. Zij pleit wel voor het invoeren van de nieuwe richtlijn.

De nieuwe richtlijn is te vinden op: www.dvn.nl en www.diabetesfederatie.nl.

Naar het ziekenhuis? Informeer naar de vergoeding

De diabetesbehandeling bij de internist of de kinderarts, een heupoperatie, het aanbrengen van een nieuwe knie, de behandeling van een liesbreuk, hernia of nierstenen. Allemaal zaken die in het ziekenhuis gebeuren. Vanaf 1 januari 2005 worden deze en andere veel voorkomende behandelingen in het ziekenhuis, ondergebracht in zogenaamde diagnose behandel combinaties (DBC's). Dit is een nieuwe methode van financiering van de ziekenhuiszorg. Gaat u voor zo'n behandeling naar een ziekenhuis, dan dient u te informeren naar de vergoeding. De



mogelijkheid bestaat namelijk dat het ziekenhuis géén afspraken heeft met uw zorgverzekeraar over de vergoeding van de behandeling. In dat geval krijgt u te maken met een bijbetaling. Uw zorgverzekeraar kan u hierover nader informeren. Op onze website www.dvn.nl staat een overzicht van de vaak voorkomende, niet spoedeisende behandelingen die onder deze regeling vallen. U vindt daar ook de meest gestelde vragen over dit onderwerp. Verder kunt u informatie vinden op: www.ctg-zaio.nl, www.dbczorg.nl of www.zorgverzekeraars.nl. Telefonisch is informatie verkrijgbaar bij: Postbus 51: tel. (0800) 80 51 en de helpdesk van DBC-zorg: tel (030) 273 96 85.

'Mensen eten te veel en bewegen te weinig. Overgewicht is nu een mondiale epidemie. In alle culturen zie je dat er sociale regels bestaan die de seksuele driften intomen. Voor ons eetgedrag zou ook iets dergelijks op gang moeten komen.

Prof. Martijn Katan, hoogleraar Humane Voeding Wageningen Universiteit in MC 59 nr 52

Diabetes in 'Onder Specialisten'

Internist Marian Tervoort van het Reinier de Graaf ziekenhuis in Delft wordt gevolgd in de tiende aflevering van de documentaire-serie Onder Specialisten. Diabetes en het belang van een diabetespoli in het ziekenhuis zullen belangrijk gespreksonderwerpen zijn in het programma. Onder Specialisten is te zien op woensdag 9 maart, Nederland 1, rond 23.30 uur; de herhaling is vrijdag 11 maart, Nederland 1, 11.30 uur.

Belastingaangifte 2004



Voor mensen met een chronische ziekte of handicap bestaat de mogelijkheid belasting terug te vragen voor allerlei bijzondere uitgaven. Wilt u in detail weten hoe de regeling voor de aftrek van buitengewone uitgaven er uit ziet, bestel dan de uitgebreide brochure 'Belastingaangifte 2004 in verband met handicap of ziekte' bij de CG-Raad. De uitgave kan worden besteld door overmaking van € 5,- op girorekening 318 85 22 ten name van de CG-Raad te Utrecht, onder duidelijke vermelding van 'Belastingbrochure 2004' en uw volledige naam en adresgegevens. De hoofdlijnen van de regeling zijn te vinden op de website van de CG-Raad: www.cg-raad.nl

Ook de Belastingdienst geeft goede, algemene informatie over alles wat met buitengewone uitgaven te maken heeft. Bel met de Belastingtelefoon particulieren, tel. (0800) 05 43 of kijk op: www.belastingdienst.nl. Telefonisch advies over belastingzaken is ook verkrijgbaar bij het Juridisch Steunpunt, tel. (035) 672 26 66, of stuur een e-mail naar: info@juridischsteunpunt.nl

Werf een nieuw lid en krijg zelf een stappenteller

2005 is voor de Diabetesvereniging het jaar van Beweging, dat is inmiddels vast wel duidelijk. Beweging is namelijk het thema van ons 60-jarig jubileum. We hopen dan ook dat u in beweging komt en ons als cadeau een nieuw lid geeft. Als dank daarvoor krijgt u dan van ons een stappenteller inclusief klokje en radio toegezonden.



En het nieuwe lid dat u heeft aangebracht? Die krijgt ons welkomstpakket, elf keer per jaar Diabc, elk kwartaal Sugar.nl (voor 12- tot 22-jarigen), twee keer per jaar SugarKids en verder hoge kortingen op cursussen, activiteiten, informatiemateriaal en verzekeringen. Genoeg dus om voor in actie te komen!

Uitgesproken

Jac Engelen (53) is met zijn bureau Aenit Congresproducties door de DVN gevraagd het jubileum mede te organiseren. Jac heeft geen diabetes, hoewel het in de familie voorkomt, maar is wel lid van de DVN.

Waarom organiseert de DVN zo'n groot feest?

"Het is een gigantische prestatie als grootste patiëntenvereniging van Nederland 60 jaar te bestaan. Er is heel wat gebeurd en dat mag iedereen weten. Bovendien krijgen zowel industrie als andere organisaties en groeperingen de gelegenheid hun betrokkenheid met de DVN te laten zien in het bijzijn van nogal wat leden en pers."

Omschrijf het feest 28 mei in de RAI eens in één zin?

"28 mei wordt een superdag, met informatie, entertainment en ontmoeting op hoog niveau."

Wie zijn de publiekstrekkingen?

"Dat zijn Erica Terpstra en minister Hoogervorst, maar ook Antje Monteiro, Karin Bloemen, Joost de Jong en Mariska van Kolck."

Wat voor beweging kunnen we allemaal vinden op dit feest?

"Er is beweging op het podium met een (rolstoel)dansdemonstratie en een acrobatiekact. Er is beweging in de verschillende paviljoenen door middel van bewegingsworkshops en tai chi en er is bewegingsapparatuur om uit te proberen: loopbanden, hometrainers, fitnessapparatuur, een skatebaan en de Flashbus."

Is er voor elk wat wils?

"De podiumactiviteiten zijn zo uitgezocht dat alle leeftijdsgroepen aan bod komen. De stands zijn zeer breed qua aanbod, de werkgroepen van de DVN bieden een specifiek op doelgroepen gericht aanbod aan, en daarnaast zijn er de reunie, de tentoonstelling en veel ruimte voor ontmoeting, hapjes en drankjes en niet te vergeten het afscheid van DVN-voorzitter Wim Wientjens."

Wat is je wens voor de DVN?

"Aan de ene kant wens ik de DVN minstens 100.000 leden toe, ruim voor hun 100-jarig bestaan, maar eigenlijk hoop ik dat de vereniging zichzelf met veel tamtam opheft, omdat er geen mensen met diabetes meer zijn."

Voor alle leden

De DVN organiseert het grote jubileumfeest op 28 mei in de RAI Amsterdam voor alle leden. Niet alleen volwassenen, maar ook jongeren en kinderen (met hun ouders) zijn van harte uitgenodigd. Ook voor hen zijn er bijzondere activiteiten. Ook heel handig: de toegang is gratis en voor elk lid ligt er een leuke rugzak klaar. In de Diabc van mei vindt u het complete programma en een plattegrond.



Er is veel muziek te horen op de jubileumdag 28 mei in de RAI. Zo presenteert Antje Monteiro het muziekprogramma 'Het Gevoel Van...60 jaar DVN' waarin zij met muziek en tekst zes decennia doorloopt. Musicalhits uit verschillende musicals zullen ten gehore worden gebracht door Joost de Jong en Mariska van Kolck. Karin Bloemen sluit de dag af met een optreden waarin zij eigen nummers zingt, maar ook nummers die speciaal zijn toegeschreven op de DVN én een apart 'cliabeteslied'

Kijk voor het meest actuele jubileumnieuws regelmatig op: www.60jaardvn.nl.



www.antje.nl

Diabc, april 2005, jaargang 59, nummer 4 – pg. 4-9

Taakherschikking



Stel, u werkt in een heel groot bedrijf. Uw baas komt op een ochtend binnenstappen en legt uit dat er wat veranderingen moeten plaatsvinden, omdat er heel veel extra klanten op komst zijn. Hij vraagt of u bereid bent precies die dingen te gaan doen die u leuk vindt en waarvoor u jarenlang bent opgeleid. Terwijl de overige zaken worden gedaan door lager opgeleide collega's, die deze taken effectiever, efficiënter, beter en met groter enthousiasme kunnen uitvoeren. Ik denk dat u zult smullen van zo'n voorstel en er nu al van droomt dat uw baas morgenochtend met deze boodschap bij u zal binnenkomen.

Welnu, dit is gaande in de gezondheidszorg. Patiënten, overheid en verzekeraars willen het al jarenlang, een 'taakherschikking' tussen de medewerkers in de gezondheidszorg. Maar waarom gebeurt het dan niet? Waarom ontmoet deze verandering zo'n weerstand? De belangrijkste reden is dat de patiënten, zoals u en ik, waar voor hun geld willen hebben. Zij willen dat de kwaliteit van de gezondheidszorg wordt beoordeeld en ook de prijs/kwaliteitsverhouding van de diensten van de gezondheidszorg. Dan zal voor mensen met diabetes blijken hoezeer de kwaliteit van de huidige diabeteszorg tekortschiet.

De diabeteszorg kan en moet hoognodig worden verbeterd. Hoe dan? Men zou heel simpel kunnen beginnen met de juiste persoon, op de juiste plaats, het juiste werk te laten doen!

Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

In memoriam Constant van Gestel



Geschokt en verslagen hebben wij kennis genomen van het onverwachte overlijden van Constant van Gestel op 66-jarige leeftijd. Constant van Gestel was sinds juni 2003 lid van de Raad van Toezicht, sinds juni 2004 voorzitter van de Raad van Toezicht en zou in de eerstvolgende Ledenraad worden voorgedragen als nieuwe voorzitter van het Algemeen Bestuur van DVN.

Constant zag hiernaar uit en wilde zich er volop voor gaan inzetten. Constant gaf op uiterst deskundige en beminnelijke wijze leiding aan de Raad van Toezicht. Door zijn humor, energie, kunde en betrokkenheid was hij voor iedereen een grote stimulant.

Wij wensen zijn echtgenote en iedereen die hem liefhad veel sterkte en troost. Namens allen bij DVN, Dr. W.H.J.M. Wientjens, Voorzitter Diabetesvereniging Nederland en J.J. Gillissen, Directeur

Waarschuwing voor vitamine E

Vitamine E heeft schadelijke effecten bij overdosering. Het risico van sterfte neemt toe vanaf 150 internationale Eenheden (I.E.) vitamine E per dag, zo blijkt uit onderzoek, en dat is 100 mg. De tot nu toe veilig geachte dagdosis was aanzienlijk hoger, namelijk 373 I.E. (250 mg) in Nederland en zelfs 1490 I.E. (1000 mg) per dag in de VS! Bij gebruik van minder dan 150 I.E. vitamine E per dag, bestaat géén verhoogde sterftkans. Afbouwen van hoge doseringen vitamine E dient geleidelijk te gebeuren. Acut stoppen kan onthoudingsverschijnselen geven, zoals pijn op de borst. Op de verpakking van het vitaminesupplement kunt u de dosering nazien. Bespreek het gebruik van voedingssupplementen altijd met uw arts en diëtist en laat hen ook de samenstelling van het preparaat beoordelen. - (Bron: Huisarts & Wetenschap, 48 (1) januari 2005).

Aviva meter

Aviva, de nieuwe bloedglucosemeter van AccuChek heeft maar een klein bloedmonster nodig (niet per se van de vinger, het mag ook van andere plaatsen) en beschikt over een snelle testtijd. De meter is uitgerust met een 'onderdoseringdetectie', zodat de gebruiker bloed kan bijvoegen op de teststrip. De meter kan desgewenst vier keer per dag een testsignaal geven. Gemiddelden kunnen worden weergegeven over 7, 14 en 30 dagen; de laatste 500 testresultaten blijven bewaard.

Meer informatie: www.accu-chek.nl of bel tel. (0800) 022 05 85 (gratis).



Balance meter

Ook Balance heeft een nieuwe bloedglucosemeter op de markt gebracht, deze is voorzien van een groot display met duidelijke cijfers en een geheugenfunctie voor 7, 14, 21 en 28 dagen. De nieuwe meter zit in een handig etui, compleet met prikpen en lancetten.

Meer informatie: www.mybalance.nl of bel tel. (0800) 225 26 23 (gratis).

Diabetesverpleegkundigen boeken prima resultaat

Diabetesverpleegkundigen veroveren snel meer terrein in de diabeteszorg. In de Isala Klinieken in Zwolle en het Bethesda Ziekenhuis Hoogeveen werd onlangs een opmerkelijk onderzoeksresultaat geboekt. Diabetesverpleegkundigen kregen toestemming om zelfstandig mensen met diabetes te gaan behandelen. Zij mochten volgens een protocol medicijnen voorschrijven en doseringen aanpassen. De resultaten waren erg goed: het merendeel van de patiënten die door de diabetesverpleegkundigen werd behandeld, kon goed ingesteld terugkeren naar de huisarts. Het

onderzoek betrof 50 mensen met type 2 diabetes met een onregelde bloedglucoseregulatie die door hun huisarts naar de Isala Klinieken waren doorverwezen. In een controlegroep werden 43 mensen met dezelfde problematiek behandeld door internisten van de Isala; de indeling van de groepen werd door lootjestrekken bepaald.

Arts-onderzoeker Bas Houweling: "Een jaar na aanvang van het onderzoek was de bloedglucoseregulatie van beide patiëntengroepen sterk verbeterd. De resultaten waren in beide groepen gelijk. Maar de bloeddruk en de tevredenheid waren veel beter bij de patiënten van diabetesverpleegkundigen. Je ziet dat de verpleegkundigen hier goed werk doen, zij zien de mensen regelmatig en verhogen direct de medicatie bij verhoogde bloeddruk. De verpleegkundigen werken uiterst veilig en nauwkeurig en houden zich heel goed aan de afgesproken protocollen." internisten van de Isala Klinieken hadden in dit experiment de supervisie over de behandeling en waren direct beschikbaar voor consultatie en behandeling bij complicaties, bijvoorbeeld bij een verslechterde nierfunctie.

MATADOR verkozen tot glanzend voorbeeld

De Maastrichtse Transmurale Diabetes Organisatie (MATADOR) is verkozen tot Voorbeeldproject door de Nederlands Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) en tot Parelproject door ZonMw. Patiënten en zorgverleners konden namen van projecten indienen die zij een toonbeeld vonden van goede (diabetes)zorg.

Het MATADOR-project betreft een samenwerking tussen het Academisch Ziekenhuis Maastricht en 62 huisartsenpraktijken. Diabetesverpleegkundigen hebben in deze huisartsenpraktijken de behandeling van een groot aantal mensen met diabetes overgenomen, onder supervisie van de huisarts. De huisarts bepaalt welke patiënten in aanmerking komen voor behandeling. Eenmaal per jaar komt een internist van het ziekenhuis bij de huisarts op bezoek om de behandeling van de mensen met diabetes te bespreken en zonodig te adviseren. "Een groot voordeel voor de patiënten is dat alle bij MATADOR aangesloten zorgverleners gelijke behandeldoelen nastreven en ook gelijke richtlijnen hanteren", vertelt hoofdverpleegkundige Bea Ribses. "Nu de financiering van diabeteszorg verandert, wordt het kostenaspect steeds belangrijker. Wij willen goede zorg kunnen blijven bieden. De ketenzorg van MATADOR betekent dat een patiënt zo lang mogelijk in de eerstelijnszorg kan blijven." De onderscheidingen door ZonMw en door de NPCF vielen in goede aarde bij de deelnemers. "We zijn allemaal enorm trots op deze onderscheidingen. Het maakt onze onderhandelingspositie naar verzekeraars en zorgmakelaars weer sterker," aldus Bea Jobses. Inmiddels is in Maastricht een vervolgstudie begonnen waarbij diabetesverpleegkundigen zelfstandig patiënten van de internisten gaan behandelen. Bij de diabetesverpleegkundigen in het ziekenhuis mag het consult een halfuur duren, een kwartier langer dan bij de internist, zodat naast medische aspecten ook aandacht kan worden geschonken aan bijvoorbeeld verpleegkundige aspecten en psychosociale problematiek.

http://www.nvma.nl/index.php?option=com_content&view=article&cat_id=1:nieuwsitem&id=706

http://www.michielvandamme.be/BronnenEADV/Jaargang19_2004/E0403o.pdf

http://www.michielvandamme.be/BronnenEADV/Jaargang15_2000/E0004i.pdf

<http://nhg.artsennet.nl/expertgroepen/steunpunt-diabetes/nieuws/Nieuwsartikel-Steunpunt/MATADOR-beste-voorbeeldpraktijk-in-de-curatieve-ketenzorg-1.htm>

Pijnstiller voor neuropathische pijn

Pregabaline is onder de merknaam Lyrica (Pfizer) als eerste pijnstiller toegelaten voor het bestrijden van neuropathische pijn. Neuropathische pijn wordt veroorzaakt door beschadiging of ontsteking van de zenuwuiteinden en kan leiden tot moeilijk behandelbare pijnklachten, zoals

aangezichtspijn en slaperigheid. Bekende bijwerkingen van pregabaline zijn slaperigheid en duizeligheid. Bij voorschrift door de specialist is vergoeding mogelijk van pregabaline.

DVN viert feest!



Inmiddels weet u al wel dat het programma op de jubileumdag 28 mei in de RA1 veelzijdig en gevarieerd is. Elk uur vindt op het hoofdpodium een optreden of act plaats, zoals musicalhits gezongen door Mariska van Kolck en Joost de Jong. Of een dansduet van de wereldkampioenen rolstoel- dansen.

Tussendoor kunt u terecht voor een leuke activiteit in een van de omringende paviljoens, bij het kookeiland, in de grote DVN-stand of bij een van de vele andere stands. Elke standhouder heeft voor de bezoekers een verrassing in petto.

Op het gebied van bewegen is er ook veel te doen. De DVN-werkgroepen bieden allerlei bewegingsvormen aan, u kunt naar veel beweging kijken, maar u kunt natuurlijk ook meedoen. Met linedance, fitnessapparaten of in de Flashbus. Wat u wilt! Wilt u het even wat rustiger aan doen, dan kunt u een kijkje nemen in ons museum waar de geschiedenis van diabetes(hulpmiddelen) tot leven komt of lekker ergens een hapje gaan eten.

Kijk voor het meest actuele jubileumnieuws regelmatig op: www.60jaar.dvn.nl



60 jaar diabetes

De Diabetesvereniging bestaat 60 jaar en daarom is er extra aandacht voor mensen met 60 jaar of meer diabetes. De DVN wil deze mensen graag in het zonnetje zetten op 28 mei 2004. Hoe? Dat is nog een verrassing! Alle mensen die hebben gereageerd op de eerdere oproepen in Diabc ontvangen hiervoor een VIP-uitnodiging.

Speciale activiteiten voor doelgroepen

Naast het hoofdprogramma worden er activiteiten speciaal voor de doelgroepen van de DVN georganiseerd.

Senioren (50+)

De DVN-werkgroep Senioren geeft een presentatie van haar werkgroepactiviteiten. Verder kunt u uw rijvaardigheid testen, u kunt u uitleven tijdens een line-danceworkshop, een sessie 'bewegen voor ouderen' of, onder begeleiding, op diverse apparaten zoals een loopband.

Volwassenen (25 tot 50 jaar)

De DVN-werkgroep Diactief presenteert zich in de RAI voor het eerst als nieuwe werkgroep met haar programma en activiteiten. Met onder andere een golfbaan, een raadspel en een cartoonist.

Jongeren (16-25 jaar)

De DVN-werkgroep Jongeren richt een informatiestand in als verzamelpunt voor een geheel eigen programma genaamd: Theo's Tulpentoer. Een tocht met een dakloze door Amsterdam gevolgd door pannenkoeken eten en een smartlappenfestival.

Kinderen (0-16 jaar)

De DVN-werkgroepen Ouders-Kinderen en DJVN hebben een gevarieerd programma opgesteld met voor elk wat wils: een speurtocht door de hal, luchtkussen, clown, ballenbak, knutselen en spellen zoals Triviant, Kolonisten en Twister. Voor de ouders van kinderen met diabetes is er een speciaal programma met verschillende thema's en lezingen.



Sam komt ook!

Sam, de mascotte van SugarKids, komt ook op de feestdag 28 mei in de RAI. Dat is gezellig! Het lijkt hem heel erg leuk om jou te ontmoeten en om met jou op de foto te gaan! Sam zal ook de prijzen uitdelen die je kunt winnen met het maken van de kijkdoos. Bij de volgende Diabc zit namelijk speciaal voor jou een bouwplaat van een Sam-kijkdoos. Deze kun je maken en inleveren op 28 mei. De mooiste kijkdozen krijgen een prijs!

Let op: dubbeldik jubileumnummer!

Mis 'm niet: de Diabc van mei! De maand mei is de jubileummaand van de DVN. Niet alleen is er groot feest op 28 mei, de Diabc staat ook helemaal in het teken van het 60-jarig jubileum. Het wordt een dubbeldikke Diabc, boordevol interessant jubileumnieuws, interviews met mensen die 60 jaar of meer diabetes hebben, een interview met DVN-voorzitter Wim Wientjens én een interview met minister van Volksgezondheid Hans Hoogervorst. En natuurlijk met allerlei extra's zoals een diabetesspel, een bouwplaat voor de kinderen en het complete programma van 28 mei inclusief plattegrond.

Bij de Diabc van mei krijgt u ook de bon waarmee u op 28 mei toegang krijgt tot het feest in de RAI, én een gratis rugzak met inhoud, waarmee u kans maakt op een geweldige prijs!

Diabc, mei 2005, jaargang 59, nummer 5 – pg. 4-9

Meer dan 60 jaar

Deze Diabc is extra dik. Het is dan ook een jubileumnummer ter gelegenheid van het 60-jarig bestaan van de DVN. Alle voorbereidingen zijn achter de rug. Heel veel mensen hebben keihard

gewerkt om het jubileum op zaterdag 28 mei a.s. in de RAI te Amsterdam tot een daverend feest te maken. Met zeer vele en gevarieerde activiteiten. U vindt het programma van deze feestdag in een bijlage bij deze jubileum-Diabc.

De DVN is een patiëntenvereniging die vooral naar de toekomst wil kijken. Niet zeuren over het verleden. Een DVN, die aan iedereen een spiegel van vandaag wil voorhouden. Aan mensen met diabetes en ook aan zorgverleners en andere betrokkenen. Vanuit het spiegelbeeld van het heden wil DVN informeren en impulsen te geven tot verbeteringen in de nabije en verre toekomst. Maar bij een verjaardag of bij een lustrum zoals nu mogen we ook best eens terugkijken. Om de tot stand gebrachte verbeteringen te vieren. Om de toegenomen eigen verantwoordelijkheid van mensen met diabetes te vieren. Om de toegenomen aandacht voor diabetes in de maatschappij te vieren.

Graag vraag ik uw bijzondere aandacht voor de interviews met mensen met 60 jaar of langer diabetes in dit jubileumnummer. Portretten, waarin mensen terugkijken op hoe zij meer dan 60 jaar diabetes hebben beleefd. Met alle hoogte- en dieptepunten die daarbij horen. Aangrijpend soms, maar vaak ook erg stimulerend. U zult er veel van in uzelf herkennen.

Tot slot hoop ik u te mogen begroeten op zaterdag 28 mei in de RAI.

U allemaal gefeliciteerd met de DVN!

Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Welkom op het jubileumfeest op 28 mei!

Op zaterdag 28 mei a.s. viert DVN het 60-jarig jubileum met een groots feest in de RAI. Het feest is speciaal voor DVN-leden, maar ook familie en partners zijn welkom. Bij deze Diabc vindt u het complete feestprogramma en een plattegrond van de RAI (om niet te verdwalen). U hoeft dus niet te reserveren, maar u kunt gewoon komen! Let op: de adreskaart bij deze Diabc geeft toegang tot de RAI! Door het inleveren van deze kaart maakt u kans op leuke prijzen. Zoals de vergoeding van een sport- of be-weegactiviteit naar keuze ter waarde van 150 euro! Wilt u een mooi cadeau voor de DVN meenemen, maar weet u niet wat? Kijk dan snel even naar de speciale jubileumledenwerfactie op de pagina's 6 en 80. In verband met het DVN-jubileum op 28 mei verschijnt de volgende Diabc op 6 juni a.s.

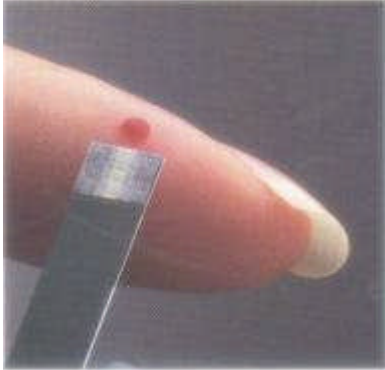


Betere vergoedingen aangekondigd

Al vele jaren bepleit de DVN betere zorg voor mensen met diabetes. Zorgverzekeraars gaan volgend jaar die diabeteszorg apart inkopen. Maar volgend jaar moeten de zorgverzekeraars iedereen in hun basisverzekering accepteren, ook mensen, die iets mankeren en dus duurder zijn. Voor een aantal categorieën duurdere patiënten, zoals mensen met diabetes, krijgen zorgverzekeraars al een vergoeding uit het vereveningsfonds. Minister Hoogervorst heeft op 20 april jl. op een bijeenkomst van de Nederlandse Patiënten en Consumenten Federatie gezegd, dat hij de vereveningsystematiek in het nieuwe stelsel voortdurend wil verbeteren. Hij kondigde voor volgend jaar al een belangrijke verbetering aan: ook voor mensen met diabetes type 2, die tabletten gebruiken, zal dan een verevening plaatsvinden. De DVN is verheugd dat minister Hoogervorst in het nieuwe zorgverzekeringsstelsel goede diabeteszorg zo een betere kans van slagen geeft.

Geen 'slecht' risico meer

Wim Wientjens, voorzitter van de DVN: "Hierdoor vormen mensen met diabetes geen 'slecht' risico meer voor zorgverzekeraars. Integendeel: als zorgverzekeraars de nieuwe regeling combineren met de inkoop van goede zorgarrangementen zijn mensen met diabetes voor hen een boeiende doelgroep, zeker gezien de grote stijging van het aantal mensen met diabetes." De bijzondere aandacht die minister Hoogervorst geeft aan mensen met diabetes, komt niet uit de lucht vallen.



Als grootste patiëntenvereniging van Nederland speelt de DVN al jaren een rol achter de schermen in onderhandelingen met zowel het ministerie als met zorgverzekeraars. "We kunnen nu met nog meer recht en reden praten over goede efficiënte zorgarrangementen," aldus Wim Wientjens. "Een goede ziektekostenverzekering én een goede diabeteszorg zijn vanzelfsprekend ook voor mensen met type 2 diabetes van groot belang, bijvoorbeeld om ernstige complicaties op latere leeftijd zoveel mogelijk te voorkomen. Nu kan ook de vergoeding van zelftestmaterialen opnieuw aan de orde worden gesteld, zodat iemand met diabetes type 2 zo goed mogelijk kan werken aan een zo stabiel mogelijke bloedglucosewaarde."

Vitamine Kaas tegen vaatschade

Vitamine K heeft een gunstige werking op vaatwanden, zo blijkt uit een onderzoek van Wageningen Universiteit (WUR). Vitamine K2, volop aanwezig in kaas en yoghurt, remt de kalkneerslag in de aderen. Vitamine K zit in groene bladgroenten, maar ook in melk en melkproducten, vlees, eieren, granen en fruit. Er zijn twee soorten vitamine K te onderscheiden. K1 zit vooral in plantaardige oliën en groene bladgroenten, zoals spinazie. K2 zit in producten die door bacteriën zijn gefermenteerd, zoals kaas, yoghurt en kwark. Onderzoekster Marianne Gelijns meldt: "Bij K1 vonden we niks, maar het verband met K2 was sterk. Mensen die veel vitamine K2 binnenkregen hadden de helft minder kans op hartaanvallen of ernstige aderverkalking. Als je weet hoeveel verzadigde vetten er in kaas zitten, zou je verwachten dat een hoge consumptie van kaas samengaat met meer hartaanvallen. Maar in de statistieken zie je zo'n verband niet. Misschien komt dat omdat vitamine K2 de negatieve effecten van de verzadigde vetten compenseert."

Bron: WUR en www.planet.nl



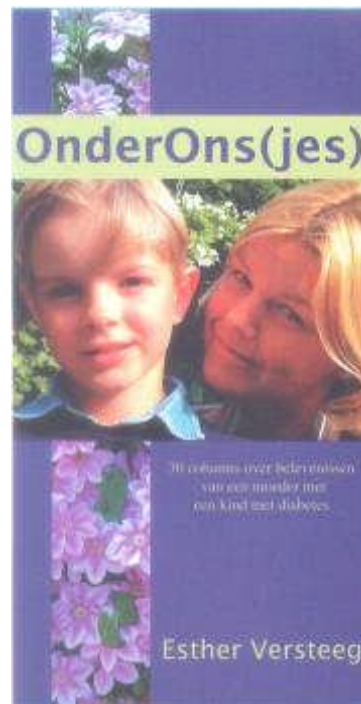
Aandachtvelders in Ziekenhuis Eindhoven

In het Catharina Ziekenhuis Eindhoven werken diabetesverpleegkundigen sinds kort samen met zogenoemde 'aandachtvelders'. Dit zijn gespecialiseerde, fulltime werkende zaalverpleegkundigen die de kwaliteit en de continuïteit van de diabetesbehandeling bewaken. Zij verlenen dagelijkse zorg aan mensen met diabetes, maar geven ook lessen aan collega-zaalverpleegkundigen. Uit een eerste onderzoek blijkt de bloedglucoseregulatie van opgenomen patiënten al met 16 procent te zijn verbeterd. "De tevredenheid van patiënten is ook enorm toegenomen," vertelt diabetesverpleegkundige Geke Hems. "Patiënten genezen sneller wanneer de bloedglucose goed gecontroleerd en gereguleerd is." De intensieve diabeteszorg wordt in het Catharina Ziekenhuis aangeboden op de hartbewaking, chirurgie

en cardiologie. Eén op de zes patiënten van het ziekenhuis heeft diabetes. Ongeveer de helft van deze patiënten wordt nu begeleid door 'aandachtvelders' en diabetesverpleegkundigen.

OnderOnsjes gebundeld

Ouders en jonge kinderen met diabetes moeten samen heel wat problemen overwinnen. Daar is humor bij nodig en optimisme, maar ook onvervalste heldenmoed. De columns met de belevenissen van Esther Versteeg en haar zoon Jan-Merijn - in 2003 en 2004 maandelijks gepubliceerd in de Diabc-rubriek OnderOnsje - zijn onlangs gebundeld tot een boekje. De uitgave is mede mogelijk gemaakt door het farmaceutisch bedrijf Sanofi Aventis. DVN leden kunnen het boekje bij DVN bestellen tegen betaling van de verzendkosten. Stuur een e-mail naar info@dvnl.nl of bel de Diabeteslijn, tel 033 - 463 05 66, keuze 2.



Apothekers bedankt!

Van 18 april t/m 2 mei hielden alle apotheken in Nederland alvast een actie rond de jubilerende DVN. De 1700 apotheken kregen allemaal een stapeltje Diabetes Actiefkranten, een stapeltje ledenwerffolders en de mogelijkheid een showkarton met DVN-folders te bestellen. De eerste 100 showkartons werden bij wijze van jubileumgeschenk door KNMP vergoed. Een mooi gebaar, dat vooral voor de nieuwkomers met diabetes, een wereld van verschil kan betekenen.

Oproep EADV-Award



Kent u een diabetesverpleegkundige, die afgelopen jaar een bijdrage heeft geleverd aan de vernieuwing van de diabeteszorg? Dan kunt u deze diabetesverpleegkundige voordragen voor de EADV-Award. Deze jaarlijkse onderscheiding van de beroepsvereniging van diabetesverpleegkundigen, gesponsord door Novo Nordisk, gaat vergezeld van een geldbedrag van 700 euro en een kunstobject. U kunt de voordracht indienen op maximaal 3 A4-tjes. Vermeld svp duidelijk het waarom van de voordracht, welke vernieuwing en welke persoon het betreft, en ook twee referenten (bijvoorbeeld artsen, onderzoekers of collega-verpleegkundigen) met hun namen, adressen en telefoonnummers. U kunt uw voordracht tot uiterlijk 31

mei a.s. sturen naar: EADVAward, p/a Gelre Ziekenhuizen, locatie Het Spitaal, t.a.v. mevrouw I. Wijsman-van Hummel, Postbus 9020, 7200 GZ Zutphen. Of via de e-mail: I.Wijsman@gelre.nl

Mediterraan dieet, ook op latere leeftijd gunstig

Ook 70 tot 90-jarigen kunnen hun levenskansen nog fors verbeteren door over te stappen op het mediterrane dieet en een gezonde leefstijl (stoppen met roken, het matigen van alcoholgebruik en meer



beweging). Dit halveert de kans op overlijden aan hart- en vaatziekten, kanker en andere risico's. Een en ander komt naar voren uit een analyse van de HALE-studie door onderzoekers van de Universiteit van Wageningen en het RIVM. In de studie werden ruim tweeduizend ouderen in elf Europese landen gevolgd. In Diabc van mei 2004 stond een groot artikel over het mediterrane dieet. Dit artikel is te vinden in de infotheek op www.dvn.nl
http://www.michielvandamme.be/BronnenDIABC/Jaargang58_2004/Dvn5805c.pdf

60 jaar diabetes

Nieuwe apparaatjes



“Nadat ik een lange periode erge dorst had gehad, ben ik uiteindelijk naar een dokter gegaan. Volgens de arts heb ik diabetes gekregen omdat ik tijdens de eerste maanden van de oorlog heel erg van iets geschrokken zou zijn. Hoewel het goed met me gaat en ik eigenlijk nergens last van heb, vind ik het een akelige ziekte. Mijn bloedglucosewaarden springen van hoog naar laag en van laag naar hoog en dat terwijl ik nog steeds mijn aardappels en groente afweeg. Sinds de bloedglucosemeters bestaan, meet ik meerdere keren per dag mijn bloedglucose. Dat was vroeger wel anders: toen moest je je urine in een reageerbuisje doen en boven een soort spiritusbrandertje verwarmen. Bleef de vloeistof groen, dan was er niets aan de hand, maar kleurde die oranje, dan was het foute boel. Ik ben dus erg blij met die apparaatjes van tegenwoordig!”

Greet Labree (78 jaar en 63 jaar diabetes)

Zwangerschap toen

“Er is me ooit verteld dat er één vorm van diabetes is waarbij het moeilijk is om zwanger te worden. Ik ben toch drie keer zwanger geweest: twee keer eindigde dat in een miskraam en de laatste keer heb ik na zeven maanden een zoontje gekregen. Ik was in coma geraakt, maar wist wel dat ik bevallen was. Wat ik niet wist, is dat het kind na drie dagen is overleden. Mijn man, die zo trots was op zijn zoon, heeft me dat moeten vertellen. Van de arts mocht ik niet meer zwanger raken. Een vierde keer zou ik niet overleven. ‘Dan ga je eraan’, zei hij. Als ik terugkijk, vind ik mezelf heel flink geweest. Ik was dertien jaar toen ik diabetes kreeg. Er werd veel om mij heen gesnoept. Toch heb ik nooit iets genomen wat niet mocht.”

Christina Hesselmans (81 jaar en 68 jaar diabetes)



Een keer spuiten

“Ik was 27 toen ik klachten kreeg die mogelijk duiden op diabetes. Omdat het niet in de familie voorkwam, stuurde mijn huisarts me naar huis en zei dat ik na een paar weken nog maar eens terug moest komen. ‘Ben je gek’, zei mijn moeder. ‘Ga maar naar een andere dokter en neem je urine mee!’ Dat heb ik de volgende morgen gedaan en toen bleek dat ik inderdaad diabetes had. Hoewel ik een flinke zoetekauw was, heb ik er geen enkele moeite mee gehad om me aan mijn dieet te houden. Dit kwam ook door de oorlog: er was niet veel te koop. Maar ook na de oorlog

hield ik me keurig aan de toegestane hoeveelheid sneetjes brood en aardappelen en ik had en heb nergens last van. Ik spuit nog steeds maar één keer per dag!”
Anna Prins (88 jaar en 60 jaar diabetes)

Diabc, juni 2005, jaargang 59, nummer 6 – pg. 4-9

En toch...

Het hele leven is absurd, dat is een feit er is uiteindelijk geen touw aan vast te knopen er is geen waarheid en totaal geen zekerheid en ook geen redding maar we moeten blijven hopen

ik heb mijn leven lang betwijfeld wat ik zag en wat ik hoorde en ik twijfel na mijn dood waarschijnlijk nog maar ik zal altijd overtuigd zijn van de kracht die schuilt in woorden en dat hele korte zinnetje: “En toch!”

En toch, en toch... laat de klagers nou maar klagen, er is altijd kans van slagen, wie de moed opgeeft verdient niet dat hij leeft

En toch, en toch... laat de pessimisten zeuren, er kan altijd iets gebeuren, dat het leven weer een nieuwe inhoud geeft

Neem onze wereld nou, vol afgunst en gevaar en vol geweld en haat en honger en bedrog toch wordt dat anders, ook al duurt het duizend jaar, als heel de wereld zegt: “En toch, en toch, en toch...”

Dus blijven vechten tegen koning Onbenul en tegen alles wat verzuurd is, dom en log verlies de moed niet ondanks alle flauwekul schreeuw door je tranen heen
“En toch, en toch, en toch!”

En toch, en toch, en toch, en toch! (Uit: Tjechov)
Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Grapefruitsap en medicijnen

Het eten van grapefruit of het drinken van grapefruitsap kan in combinatie met bepaalde medicijnen gevaar opleveren voor de gezondheid. Bestanddelen van grapefruitsap (de flavonoïden, naringine en quercetine, furanocoumarines en mogelijk andere stoffen) blokkeren de activiteit van het enzym CYP3A4 in de dunne darmwand. Hierdoor kan de concentratie van een medicijn in het bloed gevaarlijk hoog oplopen, waardoor zeer ernstige bijwerkingen kunnen optreden. Een voorbeeld: één tablet lovastatine (een cholesterolverlagende statine) ingenomen met een glas grapefruitsap kan hetzelfde effect hebben als 12 tot 15 tabletten die zijn ingenomen met water(!). Daarom wordt het veiliger geacht om grapefruitsap niet te combineren met de volgende medicijnen:

- ⇒ Statines: lovastatine, atorvastatine, simvastatine;
- ⇒ Antihistaminica: astemizol, terfenadine (zeer gevaarlijk, vanwege het risico van (fatale) hartritmestoornissen;



- ⇒ Calciumantagonisten: nifedipine, amlodipine, nimodipine, nitrendipine, felodipine, nisoldipine, nicardipine, (nor)verapamil;
 - ⇒ Psychofarmaca: buspiron, quetiapine, methadone;
 - ⇒ Benzodiazepines: diazepam, triazolam, midazolam;
 - ⇒ Immunosuppressiva: cyclosporine, tacrolimus, sirolimus, methylprednisolon;
 - ⇒ HIV proteaseremmer: saquinavir
 - ⇒ Oestrogenen: ethinylestradiol, 17B-estradiol.
- (Bron: DCN-Nieuwsbrief, april 2005)*

60 jaar DVN - het feest!

Foto's: Rodney Kersten - Tekst: John van Duin



Bijna 3500 vrolijke, uitbundige mensen vierden zaterdag 28 mei de zestigste verjaardag van de Diabetesvereniging Nederland mee. In twee grote hallen in de RAI Amsterdam kwamen leden en hun aanhang 'in beweging', zoals het jubileumthema luidt. En dat lukte goed! Zelfs bij een relatief rustig programmaonderdeel als het Diabetes Museum, dat continu geheel vol was. Een verslag in woord en beeld. En in beweging kwamen de feestvierders. Linedancen in het paviljoen van de DVNwerkgroep Senioren, putten in de golfsimulator van de werkgroep Diactief. De foto's spreken boekdelen! Er waren bijna geen urineuren, of het moeten die zes Brabanders zijn geweest, waarvan de bus er aan het eind van de dag vandoor was gegaan zonder hen mee te nemen. De DVN kreeg tal van complimenten. Niet alleen voor het geweldige feest, maar ook voor alles waar de vereniging voor staat. En dat niet van de eersten de besten. Onder meer oud-staatssecretaris Rogier van Boxtel liet weten dat de DVN een grote rol kan gaan spelen in vorm geven aan het nieuwe zorgstelsel. Ook de vergoeding van teststrips voor mensen met type 2 zit er aan te komen. Allemaal zeer grote verdiensten van de

DVN, kregen we links en rechts te horen. Goed om te horen, maar dat was niet waar het feest voor de bezoekers om ging! Plezier maken stond voorop. Voor het hoofdpodium gingen de voetjes van de vloer bij optredens Antje Monteiro, Joost de Jong, Mariska van Kolck en Karin Bloemen. Rustig zitten met een hapje en drankje en genieten van de spectaculaire optredens kon natuurlijk ook. De adem werd ingehouden bij de acrobatische act van het Bencha Theater. Oude relaties werden hernieuwd, niet alleen op de feestterrassen maar ook bij de reunie. Alles bij elkaar was er na afloop maar één conclusie mogelijk: de 60-jarige DVN is volop in beweging en bruist van energie!



Eén uur voordat de zaal eigenlijk open zou gaan, stonden er al dikke rijen voor de ingang van de RAI. Alle bezoekers kregen een rugtas vol informatie mee.



Nicole Johnson, Miss America 1999, was aanwezig als o.a. het levende bewijs dat je met diabetes veel kunt bereiken. Samen met DVN-voorzitter Wim Wientjens overhandigde zij aan tientallen mensen met zestig jaar of langer diabetes, een oorkonde voor bewezen moed en doorzettingsvermogen. 'You're all so fantastic!', zei de glamouruze Nicole, die o.a. actief is als belangenbehartiger en fondswerver voor het diabetesonderzoek in de V.S.



Op de jubileummeeting ZelfVerzekerd kwamen drie grote zorgverzekeraars onder leiding van Iris van Bennekom (NPCE) uitleggen hoe zij de diabetes-zorg in het nieuwe zorgstelsel gaan aanpakken. De drie hadden ook cadeautjes meegebracht voor de jarige DVN: o.a. een gratis beweegprogramma voor duizend DVN-leden (Apis), met DVN-afdelingen kennisprojecten opzetten (CZ) en deelname van dertig gezinnen aan het project 'Coaches for you' (Menzis).



Het optreden van het Bencha Theater was aangekondigd als spectaculair. Dat bleek nog zacht uitgedrukt. Klimmend in een lang doek liet de acrobate zich geregeld een stuk 'vallen' en draaide ze zich in standjes waar de gemiddelde mens niet aan moet denken.



Esther Versteeg signeerde in de DVNstand haar bundel OnderOnsjes. Er was veel belangstelling voor haar boek met columns over Jan Merijn, haar zoonpje met diabetes.



Mogelijkheden om in beweging komen waren er genoeg op het jubileumfeest. Amazing Wheels had een fietsparcours uitgezet, waar de bezoekers zich op de meest vreemde modellen konden wagen.



Dolgelukkig was Peter Frissen met de eerste prijs van de Diabc-fotowedstrijd: een digitale videocamera, overhandigd door DVN-internetredacteur Margot van den Beuken.



Op de eerste rang genoteniaal genodigde DVN-leden met 60 jaar of langer diabetes, van het hart onder de riem dat Nicole Johnson hen allen toestak.





Een heleboel hoeraatjes voor de DVN! Antje Monteiro kreeg de handen in de lucht, waaronder die van bewindsvrouw Sybilla Dekker die persoonlijk de vereniging kwam feliciteren.



Om 12.00 uur begon het programma met een optreden van musicalsterren Mariska van Kolck en Joost de Jong, die met een vrolijke medley van bekende musicalhits het publiek al aardig in beweging kregen.



Chef Pierre Wind: "Eet toch geen rotzooi uit pakjes, daar zitten ook allemaal onnodige toevoegingen in. Vers, vers, vers moet je gebruiken!" Het telkens weer overvolle kooktheater bulderde regelmatig van het lachen, 'wervelwind' Pierre weet hoe hij zijn kookdemonstraties moet brengen.



En dan was het zo ver: het afscheid voor de leden van DVN-voorzitter Wim Wientjens. Met een speciaal voor Wim geschreven lied bezong de onnavolgbare Karin Bloemen zijn jarenlange, tomeloze inzet voor de DVN!



Halverwege de middag opnieuw een optreden van Antje Monteiro. Zij zong nummers uit het TV-programma 'Het gevoel van...' en ging ook in op diabetes. Daarbij voelde zij naast mensen uit het publiek ook niemand minder dan Erica Terpstra aan de tand.



Kinderen waren niet weg te slaan bij Sam, de enige echte SugarKidsmascotte van de DVN. Levensecht liep hij rond in de feesthallen. Je kon zelfs met hem op de foto.



In de stands van tal van organisaties en bedrijven viel niet te klagen over de belangstelling. Zelfs de Vlaamse en Finse diabetesverenigingen lieten zien wat zij te bieden hebben.



Het feestpubliek was zeer gevarieerd, alle leeftijden waren vertegenwoordigd! Opvallend: het grote aantal kinderen en ouders. Eén van de gewilde attracties voor de kids was de klimwand.



Nederlands- en wereldkampioenen dansen lieten zien hoe het moet, zoals Sandra Kuipers en Ed van der Vall.

Type 2: mono- of combinatie therapie?

Wat is de beste behandeling voor mensen met type 2 diabetes, die met een maximale dosering tabletten geen goede instelling bereiken? Kunnen zij beter overgaan op insuline alleen (monotherapie) of op een combinatie van tabletten en insuline (combinatietherapie)?

Op zoek naar een antwoord vergeleken wetenschappers onlangs de resultaten van 20 studies (randomized controlled trials), waarbij in totaal 1811 personen betrokken waren met een gemiddelde leeftijd van 59,8 jaar en gemiddeld 9,6 jaar diabetes.

Conclusies van de vergelijking:

- ⇒ Belangrijke bevinding: een combinatietherapie van metformine en NPH-insuline leidt tot minder gewichtstoename dan wanneer alleen insuline wordt gebruikt;
- ⇒ Een combinatietherapie waarbij voor het slapengaan NPH-insuline wordt toegediend is qua diabetesinstelling (HbA1c) vergelijkbaar met een monotherapie die bestaat uit twee of meer injecties per dag;
- ⇒ Combinatietherapie is beter dan éénmaal daags een injectie met NPH-insuline;
- ⇒ Maar: tweemaal daags insuline monotherapie (NPH of mix) geeft een betere instelling dan een combinatietherapie waarbij de insuline 's ochtends wordt gespoten;
- ⇒ Bij de combinatie van insuline met tabletten was de insulinebehoefte 43 procent lager dan met insuline alleen. De keuze voor combinatie- of monotherapie gaf geen bijzondere verschillen te zien waar het ging om hypo's en kwaliteit van leven. De methodologische kwaliteit van de studies liet over het algemeen te wensen over.

(Bron: Cochrane Review, nr. 4/2004, www.cochrane.org).

'Nieuwe' Geneesmiddelenwet

Minister Hoogervorst van Volksgezondheid, Welzijn en Sport gaat artikel 19 schrappen uit de Wet op de Geneesmiddelenvoorziening (WOG). Hierdoor is het straks niet meer noodzakelijk dat in uitgeefpunten van geneesmiddelen een apotheker aanwezig is. Zo kunnen ook drogisterijen en winkelketens apotheekbalies inrichten. De minister doet dit om meer marktwerking en concurrentie op de geneesmiddelenmarkt mogelijk te maken.

(Bron: Ned. Tijdschr. Geneesk. 2005 26 februari;149-9)

Dubbele cholesterol-remmer

Inegy (stofnaam: ezetimibe(simvastatine) is een nieuwe pil, die zowel het cholesterol in de lever als darm aanpakt. Het is het eerste tablet dat twee bronnen van cholesterol in het lichaam tegelijk aanpakt. Ruim de helft van de Nederlanders heeft een te hoog cholesterolgehalte. Bij een deel van deze groep kan dat worden verlaagd door verandering van leefstijl. De richtlijnen benadrukken het belang van een actieve aanpak van te hoog cholesterol, met name bij de mensen met diabetes en hartziekten. DVN heeft een speciale folder over Diabetes en cholesterol - deze is aan te vragen bij de Diabeteslijn, tel: (033) 463 05 66 of te downloaden op de website www.dvn.nl

Overgewicht en hersenonderzoek

Onderzoekers hebben bewijs gevonden dat mensen met overgewicht in de hersenen minder receptoren bezitten voor dopamine. Dit brengt met zich mee dat zij meer voedsel nodig hebben om een gevoel van verzadiging te krijgen. Onderzoek met de MRI-scan leidde bovendien tot de aanwijzing, dat mensen met overgewicht meer plezier aan eten beleven, door een verhoogde prikkelsensatie van lippen, mond en tong.

(DocNews januari 2005)



Studiefinanciering

Voor studenten met diabetes bestaat de mogelijkheid - als dat noodzakelijk is i.v.m. de diabetes- om een jaar langer de prestatiebeurs te ontvangen. Dat is geregeld in de wet op de studiefinanciering 2000. Meer informatie over studiefinanciering vindt u in de infotheek van de DVN website, www.dvn.nl

Diabetesbus bezoekt dorpen

Mensen met type 2 diabetes in de regio Eindhoven en Kempen kunnen voor ogen- en voetenonderzoek tegenwoordig terecht in een Diabetesbus. De bus bezoekt twaalf dorpen in het circa 40 kilometer grote



werkgebied. De huisarts bepaalt wie wordt uitgenodigd voor een bezoek aan het mobiele onderzoekscentrum. In de bus worden de ogen (het netvlies) gecontroleerd via een fundusfoto en een podotherapeut controleert de voeten. Daarnaast worden vragen gesteld over de gezondheid. De gegevens van het onderzoek worden vervolgens naar de huisarts gestuurd, die bekijkt of een verwijzing naar de specialist of aanpassingen nodig zijn. De Diabetesbus is een initiatief van de Diabetesdienst Eindhoven, in samenwerking met huisartsen en een zorg- verzekeraar.

Diabc, juli-augustus 2005, jaargang 59, nummer 7-8 – pg. 4-7

Hartverwarmend en zelfverzekerd

Wat een verjaardagsfeest op 28 mei, de 60^e verjaardag van de DVN. Hartelijk dank aan allen die deze dag mogelijk maakten. Een schitterend programma met een warme uitstraling. Van mensen met diabetes die het bewijs leveren hoe positief met diabetes kan worden omgegaan. En hoe broodnodig het is om ondersteuning te geven aan hen die dat (nog) niet goed kunnen. Zeer waardevolle woorden van ministers Hans Hoogervorst en Sybilla Dekker voor de DVN. Benadrukkend hoe het kabinet zich wil inspannen om de diabeteszorg in Nederland kwalitatief en kwantitatief beter te maken.

En nu met groot zelfvertrouwen verder gaan. Een volgend succesje lijkt er aan te komen. Vlak voor 28 mei kreeg ik een concept-advies van het College voor zorgverzekeringen (CVZ), waarin een eerste vergoeding voor zelfcontrole (met inbegrip van materiaal) voor mensen met pas gediagnosticeerde diabetes type 2 wordt voorgesteld. Op te nemen als onderdeel van de diabeteseducatie in de zogenoemde 'keten-DBC diabetes'. Een eerste doorbraak van hetgeen de DVN al jarenlang nastreeft: teststrips niet alleen voor insulinegebruikers, maar ook voor tabletgebruikers. Het voorstel van CVZ is nog erg beperkt, maar na een eerste stap volgen altijd volgende stappen. Naar mijn vaste overtuiging zal blijken hoe goed deze eerste stap zal uitwerken op de diabeteszorg van en voor tabletgebruikende mensen met diabetes type 2.

Dr. W.H.J.M. (Wim) Wientjens, voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Alternatieve geneeswijzen

Jaarlijks bezoekt 6,6 procent van de bevolking de alternatieve sector voor een behandeling met bijvoorbeeld acupunctuur, alternatieve psychotherapie, aurahealing, touch for health, reiki, kraken van botten, kruidendranken, paranormale geneeswijzen, enzovoorts. Ook sommige huisartsen maken gebruik van alternatieve technieken, bijvoorbeeld acupunctuur bij hernia. De Raad voor de Volksgezondheid en Zorg (RVZ) meent dat patiënten de mogelijkheid moeten krijgen om vanaf 2006 ook te kunnen kiezen voor een aanvullende verzekering zonder alternatieve geneeswijzen. Op dit moment biedt slechts één enkele verzekeraar zo'n pakket.

Nieuw: de DVN Autoverzekering!

Geen beperkingen voor mensen met diabetes bij het afsluiten van een autoverzekering. De DVN heeft in samenwerking met Ocean Groepsverzekeringen onlangs een prima overeenkomst gesloten met verzekeringsmaatschappij Winterthur.

Met de speciale DVN-folder kunt u vrijblijvend offerte aanvragen voor deze nieuwe autoverzekering. Tijdelijk krijgen DVN-leden bij deze verzekering de auto-inzittenden verzekering het eerste jaar gratis; ook hier geldt dat ongevallen als gevolg van ziekte gewoon gedekt zijn. U kunt de gratis folder met meer informatie over de DVN autoverzekering aanvragen bij de Diabeteslijn, tel. 033 - 463 05 66 1 (keuze 2) of kijk op www.dvn.nl, bij de gratis folders.



Koele fietstas



Op warme zomerdagen is een DVN-fietskoeltas aan het stuur een handig ding. Bovenop kan een fietskaart en als u in de tas een bevroren koelelement doet, kunt u daarin van alles koel houden. Op de voorzijde van de tas staat in zwart het logo van de DVN (niet op de foto te zien). De fietskoeltas is deze zomer weer bij DVN te bestellen voor de ledenprijs van € 7,50 inclusief verzendkosten. (Zo lang de voorraad strekt). Bel de Diabeteslijn, tel. 033 - 463 05 66 keuze 2

Inspectie in verzet tegen internet-recept

Steeds vaker bestellen patiënten medicijnen via internet, zonder eerst te zijn gezien door een arts. De Inspectie Gezondheidszorg maakt zich zorgen over de forse toename van de internet-contacten tussen artsen en patiënten, en bepleit aanscherping van de regels. Sinds kort zijn er richtlijnen van de KNMG om risico's bij het voorschrijven zo veel mogelijk te beperken. De inspectie meent dat de regels nog verder moeten gaan. Voorschrijven van medicijnen via internet zou volgens de inspectie beperkt moeten blijven binnen de bestaande arts-patiënt relatie.

Geen discriminatie in beroep

De DVN is verheugd met de recente uitspraak van de Commissies Gelijke Behandeling dat het hebben van diabetes niet zonder meer als ontslaggrond mag worden aangevoerd. Dit kwam naar voren bij het beroep tegen een ontslag van een 21-jarige aspirant-politieman door de politiekorps

Haaglanden, bij wie tijdens de opleiding diabetes werd geconstateerd. Als gevolg hiervan werd de aspirant-politieman door de bedrijfsarts ongeschikt verklaard voor zijn functie. Wanneer een werkgever diabetes aanvoert als ontslaggrond, maakt hij onderscheid op grond van handicap of chronische ziekte en dat is bij wet verboden. Wanneer het ontslag niet wordt teruggedraaid, overweegt de advocaat van de ontslagen politie-agent een vervolg van de bezwaarprocedure.

De Commissie Klachtenbehandeling Aanstellingskeuringen bij de overheid velde een soortgelijk oordeel in de zaak van een sollicitant met diabetes, die op grond van zijn ziekte was afgewezen voor de functie van gevangenebewaarder bij justitie. De CKA oordeelde dat uitsluiting van iedereen met een insuline-afhankelijke diabetes niet in overeenstemming is met de mogelijkheden tot een goede instelling en controle. Op individueel niveau moet voortaan door de keuringsarts worden gekeken naar de mate waarin iemand niet diabetes in staat is zich aan te passen aan de functie-eisen.



Hoog cholesterol en de ogen

Uitkomsten van studies geven aan dat het behandelen van te hoog cholesterol bij mensen met diabetes type 1 ook het gezichtsvermogen kan beschermen.
(Bron: *Diabetes Voice*, maart vol. 50, issue 1 en *Diabetes* 2004, 53:2883-92).

Onbezorgd op vakantie!

Het is weer vakantietijd. Of u nu ver weg gaat of juist lekker thuis van het zonnetje gaat genieten: niet een goede voorbereiding kunt overal vakantie vieren met diabetes. In de gratis DVN-folder Vakantie staan de belangrijkste tips op een rij. U kunt de folder gratis aanvragen bij de Diabeteslijn, tel. 033 - 463 05 66 (keuze 2) of met een e-mail naar info@dyn.nl. De folder is ook beschikbaar op de website van de DVN (www.dvn.nl), kies DVN Shop, Folders, Vakantie. Of klik op de knop: folders downloaden, u kunt de folder dan direct op uw scherm lezen als PDF-document en/of downloaden naar uw eigen computer.

In de Infotheek van www.dvn.nl zijn de beste artikelen over vakantie uit voorgaande jaargangen Diabc te vinden

http://www.michielvandamme.be/BronnenDIABC/Jaargang56_2002/Dvn5607b.pdf

http://www.michielvandamme.be/BronnenDIABC/Jaargang54_2000/Dvn5406a.pdf

http://www.michielvandamme.be/BronnenMedisfeer/Msfr199607_spec.pdf

<http://www.michielvandamme.be/BronnenVDV/Jaargang48/Vdv48n4g.pdf>



Zelfzorg weer in het ziekenfonds

Een aantal zelfzorgmiddelen wordt sinds 1 januari 2005 toch weer vergoed door het ziekenfonds. Zelfzorgmiddelen zijn middelen die u zonder doktersrecept kunt kopen bij de apotheek of drogist. Een aantal van deze medicijnen is per 1 januari 2005 tevens vijftig procent goedkoper geworden. U krijgt het zelfzorggeneesmiddel vergoed als u een zogenoemde 'chronische gebruiker' bent. Dit houdt in dat u het middel langer dan 6 maanden gebruikt; voorheen was dit langer dan 3 maanden. Uw arts schat van te voren in of u het zelfzorggeneesmiddel langer dan 6 maanden zal moeten gebruiken. U krijgt dan een recept van uw arts waarop staat dat uw medicijn 'voor chronisch

gebruik' (CG) is. Met dit recept gaat u naar de apotheek. Alleen dan krijgt u deze medicijnen vergoed. De eerste twee weken moet u deze medicijnen zelf betalen. Let op: koopt u uw medicijn bij een drogist of ergens anders, dan moet u dit zelf volledig betalen. Gebruikt u de medicijnen korter dan 6 maanden dan worden ze niet vergoed. Vraag daarom naar de goedkoopste variant.

Zelfzorggeneesmiddelen die weer vergoed worden door het ziekenfonds (Aan deze lijst kunnen geen rechten worden ontleend.):

- ⇒ Middelen bij allergie: Azelastine, Cetirizine, Cromoglicinezuur, Loratidine.
- ⇒ Maagledigingsmiddelen: Domperidon.
- ⇒ Middelen bij diarree: Loperamide.
- ⇒ Kalktabletten: Calciumcarbonaat, calciumcarbonaat/calciumlactogluconaat, calciumlactaat.
- ⇒ Laxeermiddelen: Lactulose, Bisacodyl, Marcrogol/electrolyten, Natriumducosaat, Natriumlaurylsulfaat, Psylliumzaad, Sennosiden, Sterculiagom, Triticum tests.

(Bron: folder *Zelfzorggeneesmiddelen en chronisch zieken*, ministerie van VWS)

Diabc, september 2005, jaargang 59, nummer 9 – pg. 4-7

En nu verder



Eind juni hebben wij afscheid genomen van Wim Wientjens als voorzitter van de DVN. De Ledenraad was de laatste van een serie bijeenkomsten waar afscheid kon worden genomen van Wim Wientjens als voorzitter. Wim kreeg ook hier terecht weer veel lof toegezwaaid voor alles wat hij voor mensen met diabetes én voor de DVN in het bijzonder heeft gedaan. De Ledenraad benoemde Wim Wientjens tot erelid van onze vereniging.

Het is en blijft triest dat over het afscheid van onze bestuursvoorzitter de schaduw hangt van het onverwacht overlijden van zijn beoogd opvolger, de heer Constant van Gestel.

Een opvolger vinden is zeker niet gemakkelijk. Het bestuur hoopt op de Ledenraad van december een nieuwe kandidaat te kunnen voordragen. Tot die tijd is er een interim-periode, waarin de functie door ondergetekende wordt waargenomen. Bestuur en directie van de DVN zullen in deze periode zeker niet bij de pakken neerzitten. De DVN staat voor grote veranderingen en keuzes die gemaakt moeten worden. Denk aan de wijzigingen in het zorgstelsel. Wij zullen u hierover in *Diabc* (zie pagina 12) en op de websites zo goed mogelijk informeren. Zodat u in de periode december 2005 tot en met juni 2006 een verantwoorde keus voor een goede verzekering kunt maken.

Arie Visser, vice-voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Vergoeding medicijnen

Sinds 1 juli vergoedt een aantal zorgverzekeraars alleen nog de goedkoopste cholesterolverlagers en maagzuurremmers. Middelen die niet vanzelfsprekend meer worden vergoed zijn simvastine (merknaam Zocor®), pravastatine (Selektine®) en omeprazol (Losec®). De deelnemende zorgverzekeraars zijn Agis, Menzis (Amicon, Geové, Anderzorg, Nederzorg en NVS), CZ Actief in Gezondheid, VGZ en Univé. In de toekomst zullen ook andere zorgverzekeraars zich aansluiten bij dit beleid. Doel van het voorkeursbeleid is een verlaging van de zorgkosten. Wie om medische

redenen is aangewezen op de genoemde middelen, kan deze alleen nog vergoed krijgen op doktersvoorschrift.

Krijgt u bovengenoemde middelen niet vergoed, terwijl uw arts heeft aangegeven dat de goedkope varianten voor u niet geschikt zijn? Of heeft u problemen met de vergoeding van andere geneesmiddelen? Dan kunt u contact opnemen met het meldpunt van de NPCF Last van veranderingen in de zorg? Dit kan telefonisch op maandag, dinsdag en donderdag van 10.00 tot 16.00 via tel. (030) 291 67 77. Of via het webformulier op www.npcf.nl

Novo Nordisk prijs naar Tholen

De DVN-afdeling Tholen heeft voor het derde jaar op rij de Novo Nordisk-prijs gewonnen voor de snelst groeiende DVNafdeling. Het geldbedrag van 1400 euro dat aan deze prijs is verbonden, is gebruikt om enkele activiteiten voor de leden te organiseren, zoals een kindermiddag én een gezellige barbecue voor leden en hun aanhang.



Stress in de familie speelt mee bij ontstaan diabetes type 1

Stress binnen families van een baby of peuter kan bijdragen tot het ontstaan van diabetes type 1. Dat concluderen Zweedse onderzoekers die een groep van 440 kinderen onderzochten. Diabetes type 1 is een auto-immuunaandoening, waarbij het eigen afweersysteem zich richt tegen de insulineproducerende cellen in de alvelesklier. Het is bekend dat stress via de werking van hormonen invloed heeft op het afweersysteem. Er wordt ook verondersteld dat psychische druk invloed heeft op de zenuwsignalen die insulinegevoeligheid of behoefte aan insuline beïnvloeden. De onderzoekers lieten ouders na de geboorte van hun kind en een jaar later vragenlijsten invullen over de situatie binnen het gezin, belangrijke gebeurtenissen en leefomstandigheden. Na een jaar onderzochten ze het bloed van de kinderen op de aanwezigheid van bepaalde antistoffen die zich op het eigen lichaam richten. Kinderen van ouders die in dat eerste jaar veel stress hadden of enerverende gebeurtenissen hadden meegemaakt, hadden vaker dan andere kinderen antistoffen in het bloed die een voorbode kunnen zijn van diabetes type 1. Bovendien stond dat los van het feit of er in de familie al diabetes type 1 voorkwam.

Bron: Diabetes Care, februari 2005 en Diabetes Fonds Nieuwsbrief nr. 1, april 2005

Collecteer mee!

Help mee in de strijd tegen diabetes! Van 30 oktober tot en met 5 november vindt de jaarlijkse collecte van het Diabetes Fonds plaats. Daarmee wordt geld ingezameld om het onderzoek naar diabetes mogelijk te maken. Zoals onderzoek naar mogelijkheden om de kwaliteit van leven van mensen met diabetes te verbeteren. En om in de toekomst diabetes te voorkomen. Het Diabetes Fonds heeft hiervoor nog drieduizend collectanten nodig. Dus kom in beweging en doe mee! U gaat in de collecteweek op pad wanneer het u uitkomt, u kunt zelf bepalen hoeveel u loopt en het kost u slechts twee uur van uw tijd.

Aanmelden of meer informatie? Neem contact op met de collectecoördinator David Heyer, (033) 422 65 20, e-mail: d.heyer@diabetesfonds.nl

Prijswinnaars DVN-feest

Op het Jubileumfeest in de RAI wonnen drie bezoekers een tegoedbon ter waarde van 150 euro, om te besteden aan een sportactiviteit naar keuze. De drie winnaars zijn: Robin Reimerink (14), Ina de Vries (29) en Guido Lequin (35)

Robin Reimerink (14) is een fervent sporter. De DVN-prijs van 150 euro vervulde een hartewens, meldt Robins moeder Gerdie. "Sinds kort zijn Robin en zijn tweelingbroer helemaal gek van basketbal. Ze houden ook erg van voetbal ik had net nieuwe sportspullen voor beiden betaald, een duur grapje! Drie tieners in huis kost sowieso geld genoeg, ze hebben ook het een en ander aan schoolspullen nodig. Maar Robin pakte het slim aan. Met de DVN-prijs betaalde hij mij de kosten van zijn nieuwe sportspullen terug."

Medisch Paspoort in Marokkaans en Turks



Het Slotervaartziekenhuis in Amsterdam heeft veel succes met het Marokkaanse en Turkse Medisch Paspoort, dat er drie jaar geleden is ontwikkeld. In totaal zijn er al ruim zesduizend boekjes aangevraagd. Het Amsterdamse ziekenhuis wil met de paspoorten voorkómen dat de diabetesregeling van patiënten tijdens hun vakantie verslechtert. Vijftig procent van de bezoekers van de diabetespoli van het Slotervaartziekenhuis heeft een niet-Nederlandse achtergrond: de grote meerderheid is afkomstig uit Marokko. In het Medisch Paspoort worden persoonlijke gegevens geschreven over voorgeschiedenis, actuele medische situatie en medicijngebruik. Bij het Paspoort hoort ook een folder met reisadviezen, een artsenverklaring en een adressenlijst van diabetologen in het land van herkomst. Het voorlichtingsproject is

mede mogelijk gemaakt door Novo Nordisk en DiabetesDirect.

Meer informatie over het paspoort is te vinden op de website van het ziekenhuis, www.diabetes-slotervaart.nl onder het kopje 'Centraal Meldpunt'. Deze informatie is ook in het Arabisch en (gedeeltelijk) in het Turks te printen. Het Medisch Paspoort, de folder met reisadviezen, de adressenlijst van de aangesloten artsen in Marokko en Turkije en informatie over het Centraal Meldpunt zijn te verkrijgen via tel. (020) 512 55 66, of via e-mail: diabetes-maroc@slz.nl, of diabetes-turkey@slz.nl.

Benefietconcert Diabetes Fonds

Op 29 oktober a.s. wordt in de Grote Kerk te Naarden het jaarlijks Benefietconcert van het Diabetes Fonds gehouden. Dit jaar concerteert het Goois Vocaal Ensemble -een internationaal bekend, ruim 60 leden tellend gemengd koor- met een begeleidend combo. Het koor heeft een uitgebreid repertoire van evergreens en musical medleys, maar ook enkele klassieke en close harmony werken.



U kunt nu al kaarten bestellen. Gebruik bijgaande bon of stuur een e-mail naar: c.huisers@l2move.nl. Het totaalbedrag van de door u te bestellen kaarten maakt u over naar de Rabobank, rek.nr. 38.37.63.614 t.n.v. Diabetesfonds-Benefietconcert. Zodra het bedrag is bijgeschreven worden de kaarten verzonden. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Cees Huisers, tel. (035) 691 40 61.

Arrangement

Hotel NH Naarden heeft voor de bezoekers aan het benefietconcert een speciaal arrangement samengesteld met een welkomstdrankje, overnachting in een comfortabele kamer en een uitgebreid ontbijtbuffet. Prijs € 47,50 per persoon, gebaseerd op een tweepersoons kamer. Hotel NH Naarden schenkt 25 procent van de opbrengst van de boekingen aan het Diabetes Fonds. Reserveren is mogelijk op basis van beschikbaarheid bij Hotel NH Naarden, tel. (035) 695 15 14, en e-mail: info@nhnaarden.nh-hotels.nl

Diabc, oktober 2005, jaargang 59, nummer 10 - pg. 4-7

Weet u het al?

De wijziging van het Zorgstelsel per 1 januari 2006 brengt heel wat teweeg. Dagelijks zijn er spotjes op radio en tv en als het goed is hebben we inmiddels allemaal een folder in de bus gehad waarin een en ander wordt uitgelegd. Je zou dus veronderstellen dat we nu verantwoorde keuzes kunnen maken, maar niets is minder waar. Naast de officiële voorlichtingscampagne van de overheid verschijnen er allerlei andere berichten in de media, waardoor veel weer onduidelijk wordt.

Zo horen en lezen we over collectieve contracten die werkgevers voor hun personeel trachten af te sluiten. Terwijl de premies die betaald moeten gaan worden nog niet definitief zijn vastgesteld. Ook is nog niet duidelijk wat het definitieve pakket van de basis- en de aanvullende verzekeringen nu precies inhoudt.

De DVN volgt al deze ontwikkelingen met argusogen. Het aanbod van de verschillende zorgverzekeraars zal door de DVN eerst grondig worden vergeleken, waarbij in de eerste plaats gekeken zal worden naar de kwaliteit van de diabeteszorg en in de tweede plaats naar de hoogte van de premie. Een lage premie is immers geen garantie dat u over het geheel beter uit bent.

Zo gauw als mogelijk zullen de vergelijkingen van de diverse polissen aan de leden worden bekendgemaakt, zowel op de website van de DVN als in ons lijfblad Diabc.

Arie Visser, waarnemend voorzitter Diabetesvereniging Nederland DVN

Korting voor DVN-leden bij zorgverzekeraar

In het nieuwe zorgstelsel wordt het mogelijk om als collectief korting te krijgen op de zorgverzekering. Dat is een interessante mogelijkheid voor de Diabetesvereniging om voor leden korting te krijgen op de basis- en de aanvullende verzekering. Als DVN vinden we dit een prachtige kans die we dan ook met beide handen zullen aangrijpen. Nóg belangrijker is dat de polis die u straks afsluit met een zorgverzekeraar u verzekert van goede diabeteszorg. Daarom zijn we als DVN op dit moment volop bezig onze voorwaarden voor goede diabeteszorg bij verzekeraars onder de aandacht te brengen. Zodra verzekeraars de inhoud van hun aanbod hebben vastgesteld, gaan we bepalen of dit aanbod goed genoeg is. Als dat zo is, willen we graag als DVN-collectief een korting afspreken.

Om precies te weten wat mensen met diabetes belangrijk vinden in hun zorgverzekering, hebben we eind augustus zo'n duizend actieve DVN-vrijwilligers hierover naar hun mening gevraagd. Dit gaf een goed inzicht in de onderdelen waarop we de polissen moeten vergelijken. Kortom, vanaf december kunt u als lid rekenen op goede, vergelijkende informatie over de verschillende zorgverzekeringen. Wij zullen u dan ook informeren welke kortingen het lidmaatschap van de DVN u biedt!

Problemen met OneTouch GlucoTouch meters

Sommige bloedglucosemeters van het type OneTouch GlucoTouch van LifeScan kunnen onjuiste testresultaten vertonen! Het is daarom zeer belangrijk dat u het beeldschermje van deze meters controleert voordat u er een bloedglucose mee meet. Dit is mogelijk met de ingebouwde schermtest. Het probleem doet zich vaker voor bij de OneTouch GlucoTouch meters met de serienummers L4266RBxxxx tot L5048RBxxxx. Fabrikant LifeScan verzoekt alle gebruikers van de OneTouch GlucoTouch ook het serienummer van hun meter te controleren.

U kunt gratis de Servicelijn van LifeScan bellen om na te gaan of uw meter hierbij betrokken is. LifeScan zal de meters met genoemde serienummers vervangen. Vragen? Bel gratis tel 0800-0222445 of stuur een e-mail naar service@lifescanbenelux.com



Correcte weergave na schermtest.



Onjuiste weergave na schermtest.
Conclusie: het schermje is kapot en de meter is onbetrouwbaar.



Een kapot meterscherm geeft een onjuiste weergave van het meetresultaat (hier bijvoorbeeld 8.6 in plaats van 8.8).



Geen gevaar op de weg

Veel kranten en actualiteitenrubrieken publiceerden deze zomer het bericht dat 'duizenden automobilisten met diabetes' de wegen onveilig zouden maken. Ze zouden hun aandoening verzwijgen en ook de klachten veronachtzamen als gevolg van een hypo, zoals sufheid en wazig zien.

De DVN en het Diabetes Fonds reageerden direct met een gezamenlijk persbericht en diverse radio- en tv-interviews, waarin de feiten over autorijden met diabetes naar voren werden gebracht. Een greep uit de feiten:

- ⇒ Ondanks het ontbreken van een meldplicht laten jaarlijks toch 20.000 mensen met diabetes dit aan het CBR weten; er is geen sprake van grootscheeps 'verzwijgen'.
- ⇒ Diabetes geeft een zo gering extra risico op verkeersongevallen dat de minister geen aanleiding ziet of zag om mensen met diabetes te beperken aangaande hun rijbewijs. Niet voor niets krijgen mensen met diabetes hun rijbewijs voor tien jaar, eerder was dit vijf jaar;
- ⇒ Het in krantenartikelen genoemde percentage van 25 procent mensen met diabetes type 1 die hypo's niet voelen aankomen, is schromelijk overdreven; vermoedelijk gaat het om nog geen vijf

- procent. Bij de veel grotere groep van mensen met diabetes type 2 speelt het niet voelen aankomen van hypo's nog minder. Ruim 85 procent van alle mensen met diabetes heeft type 2 diabetes.
- ⇒ Uit recent onderzoek bij het UMC blijkt dat een matige hypo het rijgedrag van mensen met type 1 niet beïnvloedt. Ook mensen met type 2 die een hypo voelen aankomen kunnen veilig autorijden.
 - ⇒ De DVN adviseert mensen met diabetes -bijvoorbeeld tijdens educatiecursussen- om de bloedglucosewaarde te controleren voordat men in de auto stapt. "Dan weet je direct of het verantwoord is om achter het stuur plaats te nemen. Of dat je even moet wachten of eerst iets moet eten. Als je dat doet, kun je nooit zomaar een hypo achter het stuur krijgen," aldus DVN-directeur Joop Gillissen.

Atleet met diabetes zwemt wereldrecord

Het nieuwe wereldrecord duurzwebben is in handen van de 57-jarige atleet Raul Castillo. De zwemmer uit Venezuela zwom in juli ruim 24 uur aan een stuk, daarbij aangemoedigd door een grote schare fans. Zelfs een zware regenbui van vier uur bracht de zwemmer niet van zijn stuk. De atleet wil een voorbeeld zijn voor alle mensen met diabetes type 2. "Ook met diabetes kunnen wij onze dromen waarmaken," verklaarde hij. "Met een positieve instelling en een duidelijk doel voor ogen kom je een heel eind, ook met diabetes". Toen Castillo's diabetes werd ontdekt, op zijn 45^e, had hij al ernstige complicaties aan de ogen en voeten. Door dagelijks te zwemmen wist hij zijn conditie enorm te verbeteren. Bij de aanvang van de recordpoging had Raul een HbA1c van 6,5. Volgens de sporter is zijn goede conditie het resultaat van enkele jaren intensieve training en goede medische begeleiding. Zoon en dochter stonden tijdens de recordpoging klaar om elke twee uur, razendsnel, de bloedglucosewaarden van hun vader te checken. Daarnaast was een medisch team paraat. Net nieuwe wereldrecord van Raul Castillo wordt opgenomen in het Guinness Book of Records.



Opnieuw: 'Suiker'



De theatervoorstelling van Izaira Kersten wordt wegens succes herhaald. Voor Izaira is diabetes niet alleen een aandoening, maar ook een bron van inspiratie voor een avondvullend optreden. Ze treedt op met de voorstelling 'Suiker' om 20.30 uur op 31 oktober in Utrecht (Kikker); op 1 november in Eindhoven (Plaza Futura); op 3 november in Terneuzen (Scheldetheater); op 4 november in Amsterdam (De Balie) en op 6 november in Groningen (Het Kruithuis). Toegang bedraagt € 10. Voor meer informatie: www.diabetesfonds.nl en tel. (033) 462 20 55.

Rekkende schoen

De Xsensible schoen is gemaakt van speciaal materiaal, dat zich kan aanpassen aan vorm- en standafwijkingen van de voet. Dit vermindert de kans op drukplekken. De prijs van de schoenen varieert van € 99,95 tot € 229,95. Een aantal modellen uit de Xsensible collectie is opgenomen in een vergoedingsregeling. De schoenen zijn verkrijgbaar op 400 verkooppunten in Nederland. Meer informatie? Bel 024-684 80 80 of neem een kijkje op www.xsensible.com (klik op Footcare).



Diabetes Fonds

Twee uurtjes collecteren blijft leuk

Eind oktober gaan weer duizenden vrijwilligers langs de deuren om te collecteren voor het Diabetes Fonds. Zij brengen elk jaar weer een grote som geld bijeen voor onderzoek naar diabetes.

“Toen in 1997 bleek dat mijn zoon diabetes type 1 had, dacht ik onmiddellijk: ik wil wat dóén”, zegt Ine de Haan-Langen. “Ik vind het heel belangrijk dat wordt onderzocht hoe diabetes ontstaat. Nog interessanter, vooral voor mijn zoon, vind ik de zoektocht naar genezing. Zo kwam ik in contact met het Diabetes Fonds, als collectant.” Al snel zocht mevrouw De Haan meer collectanten in haar woonplaats Utrecht en werd ze collecteleider. “Ik ben gewoon langs de deuren gegaan op zoek naar collega’s. Ik vertel altijd: het hoeft je maximaal twee uurtjes per jaar te kosten. Minder is ook goed. Zo blijft het leuk. Meestal collecteren mensen in hun eigen straat. Dat is leuker en bovendien zorgt dat voor een hogere opbrengst.”

Collecteer óók voor het Diabetes Fonds!

Zo helpt u mee geld te werven voor wetenschappelijk onderzoek naar diabetes. Dankzij onderzoek mogen mensen met diabetes suiker eten, zijn er insulinepompen, kunt u zelf uw bloedglucose meten en is de kans op complicaties enorm gedaald. Opgeven kan via www.diabetesfonds.nl of bel tijdens kantooruren met tel. (033) 462 20 55.

Diabc, november 2005, jaargang 59, nummer 11 - pg. 4-7

Hart en vaten

Diabetes geeft meer kans op hart- en vaatziekten. Het is algemeen bekend dat je hart- en vaatziekten kunt uitstellen of voorkomen door gezond te eten en meer te bewegen. Allemaal hebben we goede voornemens, maar meestal komt er bij mij toch te weinig van terecht. Hoe moet je dan toch die hart- en vaatziekten zien te voorkomen? Deze Diabc geeft tips, waar u eventueel vandaag meteen mee kunt beginnen. Aan de andere kant zijn er ook veel zaken waarvan je het spontaan aan je hart zou krijgen. Zoals de wijzigingen in het zorg- stelsel die op 1 januari 2006 moeten ingaan. Terwijl nog zo veel onduidelijk is dat je je afvraagt of dit streven wel op tijd haalbaar is. Gelukkig kan ik u verzekeren dat de Diabetesvereniging de ontwikkelingen rond het nieuwe zorgstelsel op de voet volgt, zoals het hoort voor 's lands grootste patiëntenvereniging. Zodat u de komende maanden zo goed mogelijk kunt worden geïnformeerd. Dat betekent alvast wat minder stress, ook goed voor hart en vaten!

Arie Visser, waarnemend voorzitter Diabetesvereniging Nederland

Broze botten

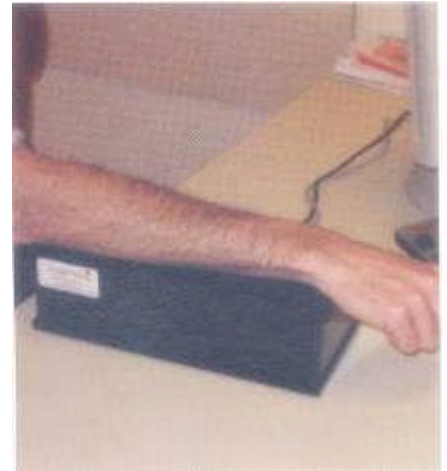
Botontkalking is de oorzaak van zo'n 83-duizend botbreuken per jaar bij 50-plussers! Toch worden 50-plussers die met een botbreuk in het ziekenhuis arriveren vaak niet op dit probleem onderzocht. Iets om in gedachten te houden, want in meer dan de helft van de gevallen kan botontkalking met medicijnen tot stilstand worden gebracht.

Top 3 van de gebroken botten bij 50-plussers zijn: heupen, pols en wervels. Enkele tips voor gezonde sterke botten:

- ⇒ Neem voldoende melk en zuivelproducten, broccoli, groene bladgroenten en vis
- ⇒ Probeer dagelijks een paar keer flink te bewegen
- ⇒ Stel de huid regelmatig bloot aan zonlicht

AGE-reader voorspelt vaatziekten

Even je arm op een apparaatje leggen en je weet hoe de toestand is van je bloedvaten. Dat is mogelijk met de nieuwe autofluorescentie meter, ook wel AGEreader genoemd. Het door internist Andries Smit en fysicus Reindert Graaff van het UMC Groningen ontwikkelde apparaatje kan met grote nauwkeurigheid meten hoeveel versuikerde eiwitten (AGE's) iemand in het lichaam heeft.



Het nemen van huidbiopten en bloedmonsters is daarvoor niet meer nodig. Artsen kunnen met de nieuwe AGEreader sneller bekijken of mensen stijve bloedvaten hebben en de patiënten met een verhoogd risico op hart- en vaatziekten dus ook in een eerder stadium gaan behandelen met geneesmiddelen (AGE-remmers of angiotense receptor- blokkers). Vanaf november is de AGEreader beschikbaar voor gebruik in ziekenhuizen. In Zwolle loopt nog een studie om te zien of mogelijk ook andere diabetescomplicaties zich laten voorspellen met de AGE-reader.

Meer informatie over de AGE-reader biedt de site van de Nederlandse fabrikant, www.diagnoptics.com (Engels)

Nog even geduld a.u.b.

Met het nieuwe zorgstelsel in het vooruitzicht zijn al veel mensen bezig met het afsluiten van een collectieve verzekering om korting te kunnen bedingen op de premie. Probleem is dat de inhoud van de polissen nog niet volledig bekend is. Nu al een verzekering afsluiten is dus een sprong in het duister. De Diabetesvereniging adviseert leden nog even te wachten met het afsluiten van een zorgverzekering. Vanaf december biedt de DVN voor leden keuze-ondersteunende informatie, via de Diabeteslijn, via www.dvn.nl en in de Diabc van januari treft u een kritische vergelijking van de diabeteszorg in de nieuwe polissen. De DVN zal als grootste patiëntenvereniging van Nederland zeer zeker bij zorgverzekeraars aan de bel trekken om voor de leden korting op de premies te bedingen.

Foutje van Menzis

Zorgverzekeraar Menzis lanceerde onlangs het plan om een extra beloning te geven aan huisartsen die een bepaald percentage generieke (d.w.z. de goedkope) medicijnen aan patiënten voorschrijven. Menzis-voorzitter Rogier van Boxtel verklaarde op Radio 1 dat patiëntenverenigingen dit beleid van Menzis ondersteunen. Een foutje van Van Boxtel, want de Diabetesvereniging en veel andere patiëntenverenigingen staan helemaal niet achter dit beleid. De DVN is van mening dat het voorschrijfgedrag van de behandelend arts of zorgverlener niet mag worden beïnvloed door buiten de zorg gelegen argumenten, zoals in dit geval financieel voordeel voor de verzekeraar. De DVN heeft dit standpunt kenbaar gemaakt aan Van Boxtel.

Spannend

December ervaar ik altijd als een spannende maand. Het begint al met sinterklaas. De voorbereidingen en het feest met de kinderen en kleinkinderen, al of niet met surprises, heeft iets oergezelligs, maar ook spannends. Dit jaar wordt december extra spannend, want uiterlijk 15 december krijgt iedere verzekerde een aanbod van zijn zorgverzekeraar dat ongeveer gelijk moet zijn aan de huidige verzekering. In het woordje 'ongeveer' schuilt het addertje onder het gras, want wat betekent dat precies? Hoewel niet onmiddellijk een keus gemaakt hoeft worden, zal dat voor 1 maart toch moeten gebeuren. De DVN zal u daarbij behulpzaam zijn door polissen te vergelijken en bekend te maken welke zorgverzekeraars voor mensen met diabetes een goed pakket in de aanbieding hebben. In uw lijfblad Diabc wordt u hierover volgende maand zeer uitgebreid geïnformeerd (zie pagina 24).

Via de DVN-Zorglijn en via de vernieuwde website van DVN kunnen leden al vanaf medio december inlichtingen vragen, let wel: alleen leden. Een reden te meer om als mens met diabetes lid of donateur te zijn van de DVN. Uit de gesprekken met leden in het land en uit de binnengekomen telefoontjes blijkt dat er veel onrust onder de mensen bestaat over het nieuwe zorgstelsel. Men overziet het niet en er bestaat nog veel te weinig zicht op de individuele financiële consequenties. Al met al een spannende tijd.

Hopelijk kunt u genieten van voor u goede kerstdagen, een goede jaarwisseling en een heel voorspoedig 2006, dat wens ik u toe namens het algemeen bestuur.

Arie Visser, waarnemend voorzitter DVN

Diabetes in de media



De laatste maanden is er zo veel aandacht voor diabetes in de media geweest, dat er bijna sprake was van een diabetes hype. Volop aandacht was er voor de groei van het aantal mensen met diabetes, maar ook voor de ernst van diabetes. De jaarlijkse collecte van het Diabetes Fonds ging gepaard met dreigende taal over complicaties. Wat velen hierbij stoorde, was de stellige koppeling van diabetes aan dementie. De Diabetesvereniging ontving veel reacties van leden die nadelen ondervinden van deze beeldvorming, bijvoorbeeld op hun werk of bij het vinden van een partner. Het Jeugdjournaal maakte het wel heel erg bont met een afschrikwekkende reportage over

kinderen met diabetes die dit (allemaal) gekregen zouden hebben door overgewicht, waarbij bovendien werd vermeld dat deze kinderen later mogelijk in een rolstoel terecht zouden komen. Uiteraard heeft de DVN een reactie gestuurd naar de redactie van het Jeugdjournaal. Ook enkele kranten en tijdschriften ontvingen van de DVN een 'rode kaart'.

Vanzelfsprekend is de DVN voorstander van preventie en aandacht voor leefstijl en overgewicht. Maar wanneer hierbij de indruk wordt gewekt dat diabetes je 'eigen schuld' zou zijn, is dat een zeer ongewenste ontwikkeling die het leven van mensen met diabetes nadelig beïnvloedt. Van het aanpraten van schuldgevoelens is bovendien nog nooit iemand beter geworden.

De DVN stelt al vele jaren centraal dat mensen met diabetes een gezond en gelukkig leven kunnen leiden. Journalisten die een beroep doen op de DVN kunnen op goede informatie rekenen. Rond de viering van het DVN-jubileum in mei was er bijvoorbeeld veel aandacht voor mensen met 60 jaar (of langer) diabetes. Tot besluit van dit roerige jubileumjaar vindt u ook in deze Diabc weer interviewtjes met enkele 'diabetesveteranen' (zie pagina15).

Nieuwe insulinepomp: Cozmo

Klein, waterdicht en persoonlijk. Drie kenmerken van de nieuwe insulinepomp die eind oktober werd geïntroduceerd op de Nederlandse markt. Cozmo is zijn naam. Volgens producent Smiths Medical komt de bediening van de pomp overeen met die van de mobiele telefoon. De pomp heeft een duidelijk display en zeven homeschermen die allerlei informatie bieden zoals de laatste geprogrammeerde bolus en de gemeten bloed- glucosewaarden. Er kunnen allerlei eigenaardigheden worden ingesteld zoals het basaalpatroon van een weekend- of werkdag of de tijdelijke snelheden voor bijvoorbeeld je favoriete sport of het halen van de trein. Ook kunnen standaard eenheden worden voorgeprogrammeerd van producten die je vaak eet, bijvoorbeeld twee bruine boterhammen. Via de infraroodpoort aan de achterkant kan contact worden gezocht met het zelfmanagementsysteem van de Cozmo via de computer, de CoZmanager. Meer informatie via tel. (073) 528 50 50 of www.cozmore.nl.



Explosieve groei

De nieuwe cijfers over het aantal mensen met diabetes in Nederland zijn onlangs door het RIVM bekendgemaakt. Er zijn 600.000 mensen in Nederland die weten dat ze diabetes hebben. Dit cijfer is gebaseerd op gegevens van 2003. In drie jaar tijd is het aantal mensen met diabetes met 26 procent toegenomen. Jaarlijks komen er steeds meer mensen met diabetes bij, in 2003 waren dat er 72.500. Eerder werd uitgegaan van een jaarlijkse stijging van 65.000 mensen. De Diabetesvereniging is geschrokken van deze cijfers. De DVN vraagt al jarenlang aandacht voor deze tendens bij politiek en beleidsmakers. Maar dat we binnenkort mogelijk al naar de één miljoen mensen met diabetes toegaan, is toch weer erger dan gedacht! Gelukkig is onze noodkreet in Den Haag niet ongehoord gebleven. In 2006 start een door de overheid gefinancierde voorlichtingscampagne gericht op mensen met een hoog risico op diabetes.

Nieuwe site DVN

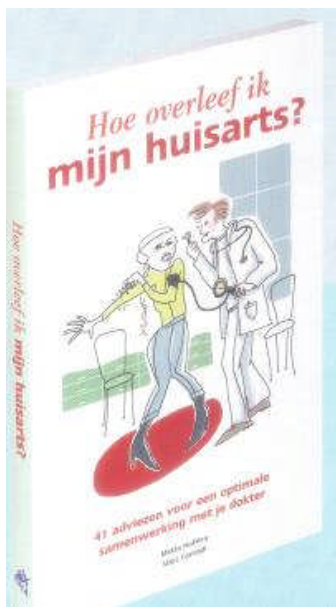
De DVN krijgt een nieuwe website. Dit is niet zomaar nieuws, maar vooral goed nieuws voor de leden. Want met de nieuwe website krijgt u nog meer waar voor uw lidmaatschapsgeld! De website is vanaf 15 december namelijk niet meer volledig toegankelijk voor iedereen. De basisinformatie is voor iedereen, maar voor verdieping, individueel advies, uitgebreide dossiers en keuzeondersteunende informatie moet u lid zijn om toegang te hebben.

Hoe krijgt u die toegang? Heel eenvoudig. Vanaf 15 december kunt u zich via de website aanmelden met uw adresgegevens en emailadres. U krijgt dan binnen afzienbare tijd uw inloggegevens per mail toegestuurd. Na inloggen kunt u alle informatie vinden die u wilt. Veel surfplezier!

En voor de niet-leden: Nu heeft u nog een goede reden om lid te worden!

Verborgen vetten

Nederlanders eten veel te veel verzadigd en transvet. Een groot deel hiervan komt van levensmiddelen waarin het vet 'verborgen' zit, zoals volvette kaas, worst, koek, gebak en snacks. De inname van deze 'verborgen vetten' is nog steeds behoorlijk hoog. Op de nieuwe – geplastificeerde - Vetwijzer wordt uitgelegd wat gezond en minder gezond vet is. Zo wordt bijvoorbeeld het ezelsbruggetje 'verzadigd=verkeerd' en 'onverzadigd=ok' gebruikt. Veel consumenten blijken de betekenis van deze termen niet te kennen. Op de achterzijde staan alternatieve voedingsmiddelen met juist weinig verzadigd vet. De gratis Vetwijzer is telefonisch aan te vragen bij het Voedingscentrum, Den Haag, (070) 306 88 88 (op werkdagen van 9.00-17.00 uur).



Hoe overleef ik mijn huisarts?

Gemiddeld heeft iedereen vier tot vijf keer per jaar contact met de huisarts. Soms verloopt dit contact niet zo soepel. De dokter wil bijvoorbeeld niet komen, terwijl je hem toch dringend nodig hebt. Of hij wil je niet doorverwijzen terwijl je erg ongerust bent over bijvoorbeeld je voeten. Om de relatie tussen arts en patiënt te verbeteren, schreef het echtpaar Mette Hofstra en Marc Conradi een handig boekje met 43 adviezen. Dit echtpaar weet waar het om gaat. Mette Hofstra is zelf huisarts en haar echtgenoot Marc Conradi is een schrijver/onderzoeker op het gebied van fouten van huisartsen. "Een van onze belangrijkste adviezen is om toch echt door te zetten als je je erge zorgen maakt", zegt Marc Conradi. "Want ook in de zorg worden veel fouten gemaakt. Dus als je zelf te ziek bent, neem dan in elk geval een kritisch familielid mee naar de dokter."

Socioloog Conradi deed als wetenschappelijk onderzoeker in de jaren negentig al de aanbeveling een centraal meldpunt in te stellen voor de medische fouten van huisartsen, zodat deze zouden kunnen leren van elkaars fouten. "Iedereen, juist ook de huisartsen die meewerkten aan mijn onderzoek, was voor het instellen van zo'n registratie", vertelt hij. "Maar helaas is het er nooit van gekomen." Reden voor Conradi om dan maar bij de patiënt te beginnen. "Ik denk dat mensen met een chronische ziekte als diabetes zelf heel veel weten over hun ziekte en artsen zouden dat serieus moeten nemen," aldus de schrijver.

Hoe overleef ik mijn huisarts? is verkrijgbaar of te bestellen bij de boekhandel voor de prijs van € 12,90 (ISBN nr. 907569041X). U kunt ook via internet bestellen, kijk op www.hoeoverleefikmijnhuisarts.nl of www.bol.com

Erectieproef

Erectieproblemen kunnen een voorbode zijn van vaatziekten. Wie twijfelt kan de erectieproef bestellen - een variant op de aloude 'postzegeltest', waarbij een bandje van vijf of zes postzegels voor het slapengaan om de (slappe) penis wordt gedaan. Als de man een nachtelijke of ochtenderectie heeft gehad, is het postzegelbandje de volgende ochtend gescheurd. Is dit niet het geval dan kan sprake zijn van een (beginnende) erectiestoornis. De erectieproef is gratis aan te vragen met een briefje of kaartje (zonder postzegel) voorzien van naam en adres naar: Doe De Erectieproef, Antwoordnummer 2204, 3440 VB Woerden. Meer informatie en bestellen is ook mogelijk via de site: www.erectieproef.nl en via tel. (0348) 42 37 22.

Vitamine B12-tekort en metformine

Vitamine B-12 tekort is een minder bekende bijwerking van metformine. Bij circa eenderde van de patiënten leidt het gebruik van metformine tot vermindering van de vitamine B12-opname, maar lang niet iedereen krijgt vervolgens een tekort. De gevolgen van een tekort aan vitamine B-12 zijn niet direct aantoonbaar, dat kan jaren duren, maar klachten die eerder kunnen optreden zijn: vermoeidheid, ademnood, verlies van eetlust, pijn op de borst, onzeker looppatroon, gevoelloze vingers en tenen en een verminderd geheugen.



Het advies is om bij langdurig gebruik van metformine jaarlijks het vitamine B12-gehalte te controleren, aangezien een tekort aan B12 lange tijd zonder symptomen kan blijven. Dit advies geldt met name voor mensen bij wie een gedeelte van de maag operatief is verwijderd, bij het gebruik van maagzuur-neutraliserende middelen (antacida) en/of beperkte calciuminname, vegetariërs en ouderen met een eenzijdig voedingspatroon. Behoort u tot een van deze groepen, praat dan eens met uw arts over een jaarlijkse controle op B12-tekort.

(Bronnen: *Diabetes.info* nr. 18 2005, *Internisten Vademecum* nr. 6 2005)

Bloeddrukdaling en type voeding



Australische onderzoekers concluderen dat het mogelijk is door leefstijl en voeding een daling van de bloeddruk te realiseren (met 8 mm Hg bovendruk en 5 mm Hg onderdruk). De deelnemers aan het onderzoek bij wie de bloeddrukverlaging werd gerealiseerd, gebruikten dagelijks tenminste vier porties fruit of vruchtensap, tenminste vier porties groenten, en tenminste drie porties vetarme zuivelproducten. Plus tenminste driemaal per week vis en niet meer dan tweemaal per week rood vlees. Daarnaast kregen ze het advies boter en toegevoegd zout te vermijden en zoutarme margarine te gebruiken. Alleen minder vet consumeren is niet

voldoende om de bloeddruk te doen dalen, menen de onderzoekers, maar ook: voldoende beweging en een extra consumptie van groenten en vetarme zuivelproducten.
(Bron: Voedingsmagazine 4/2005)

Statines en type 2

Een recente studie maakt duidelijk dat minder dan de helft van alle mensen met diabetes type 2 een cholesterolregulerend medicijn (statine) gebruikt, terwijl dit in bijna alle gevallen geïndiceerd is. Uw arts kan u nader informeren over het gebruik van statines.
(Bron: Pharmaceutisch Weekblad nr. 32, 12 augustus 2005)

Reanimeren met de Cardicard

Jaarlijks worden in Nederland ongeveer 16.000 mensen buiten het ziekenhuis getroffen door een plotselinge hartstilstand. Een goed uitgevoerde reanimatie verdubbelt iemands overlevingskansen! Daarbij kan de Cardicard goede diensten bewijzen. De Cardicard is een apparaatje zo groot als een creditcard, alleen wat dikker. Met één druk op de knop begint een vriendelijke, heldere vrouwenstem exact te vertellen wat men moet doen bij een situatie waarin iemand onwel is of een hartstilstand heeft. Een reanimatiecursus en een jaarlijkse opfriscursus blijven daarnaast uiteraard van het grootste belang. De Cardicard kost € 9,95 en is uitsluitend te bestellen via internet, kijk op www.cardicard.nl

