



Diabc selecteert in deze rubriek de nieuwe, interessante websites over diabetes en allerlei zaken daaromheen.

Inhoud:

Kom in beweging!	2
Bewegen met een chronische ziekte	2
Conditietest in de buurt	2
Griep en verkoudheid	2
Meters bekijken en vergelijken.....	2
Medicijnprijzen	2
Therapietrouw.....	2
Lotgenotencontact	3
Prijs voor Diab	3
Beter kiezen.....	3
Type 3.....	3
Software	3
Nieuwe chatsite	3
Moet een hernia per se geopereerd worden?	4
Gezondheid en ziekte in Nederland.....	4
Quick-quick slow!	4
Reünie	4
Museum	4
Het feest van sugar.nl.....	4
Wijzigingen Zorgverzekeringswet	4
Last van veranderingen in de zorg?.....	5
Ziektekosten terug via de belasting	5
Bewegen met beperkingen	5
Dialysecentrum Almere.....	5
Wereld Diabetes Dag.....	6
Ziekenhuistarieven.....	6
Wereld Diabetes Dag (WDD).....	6
Fietstocht Londen-Peking	6
Puzzels en kleurenbiljart.....	6
Diavitaal polis.....	6
Gratis software voor zelfcontrole	7
NPCF	7
Zorgtoeslag aanvragen met HIPS.....	7
Week van de Chronisch Zieken	7
Lab geeft uitleg	8
Voeding	8

Diabc, januari 2005, jaargang 59, nummer 1 – pg. 7

Kom in beweging!

Bewegen is een goede manier om op gewicht te blijven en verbetert uw gezondheid. Op de links op de website van het Nederlands Instituut voor Sport en Bewegen (NISB) vindt u allerlei originele manieren om te gaan bewegen en ook handige adressen. www.nisb.nl

Flash123 is de titel van een overheids campagne die heel Nederland in beweging moet krijgen. Op de gelijknamige site vindt u steeds weer nieuwe tips. www.flash123.nl



Bewegen met een chronische ziekte

Op een verantwoorde manier sporten met een of meer chronische aandoeningen? Deze site biedt veel informatie, compleet met gratis folders, adressen en adviezen. www.sportiefbewegen.nl



Conditietest in de buurt

Bent u al in goede conditie? Dan kunt u een twee-kilometer wandelconditietest doen. Via deze website vindt u snel een adres in de buurt. Bespreek bij de inschrijving uw diabetes met de instructeur. www.sportiefwandelen.nl

Griep en verkoudheid

Mensen met diabetes lopen meer kans op infecties van de lage luchtwegen, zo blijkt uit recent onderzoek van het Julius Gezondheidscentrum en het UMC Utrecht. Op www.influenza.nl is veel informatie te vinden over griep, zoals het verschil tussen griep en verkoudheid, actuele informatie over de plaatsen in Nederland waar griep heerst, de symptomen van de diverse griepsoorten én een griepetest. www.influenza.nl

Meters bekijken en vergelijken

Pronounce, uitgever van allerhande gesponsorde diabetesmagazines, heeft op een speciale internetsite onlangs de technische gegevens van de verschillende bloedglucosemeters bij elkaar gezet.

www.glucose-meter.nl

Diabc, februari 2005, jaargang 59, nummer 2 – pg. 7

Medicijnprijzen

Ziekenfondsverzekerden kunnen via deze website van het College voor Zorgverzekeringen nagaan wat voor hen de financiële gevolgen zijn voor het gebruik van een medicijn. De site geeft informatie over alle kosten die medicijngebruikers maken, bijvoorbeeld of het medicijn duurder is dan de vergoedingslimiet van de verzekering en of de gebruiker moet bijbetalen. www.medicijnkosten.nl

Therapietrouw

Van alle mensen die beginnen met een geneesmiddel dat is bedoeld voor langdurig gebruik, stopt ruim de helft daar binnen één jaar alweer mee. Deze en andere wetenswaardigheden kwamen

naar voren tijdens het symposium over Therapietrouw. Een samenvatting staat op de website van Platform PI (patiënt en industrie).

www.platform-pi.nl

Lotgenotencontact

Na registratie kan men hier terecht om over allerlei zaken rond diabetes ervaringen te delen, met inmiddels bijna 750 andere gebruikers. www.diabetescontacten.nl

Prijs voor Diab

Alienke Zonnenberg en vier mede-studenten van de PABO in Gouda maakten een website over diabetes voor kinderen van 10 tot 12 jaar. De website, waarop het jongste broertje van Alienke fungeert als fotomodel en als de gids Diab, werd bekroond met een derde plaats in de ThinkQuest Web-ontwerp wedstrijd. Met de geldprijs van 2000 euro kon Alienke, dochter van een DVN-lid, onder meer een nieuwe computer aanschaffen. Een kijkje waard!

<http://proto4.thinkquest.nl/~kld093/>



Diabc, maart 2005, jaargang 59, nummer 3 – pg. 7



Beter kiezen

Actuele informatie over vergoedingen en medicijnen, maar ook over bijvoorbeeld de no-claim regeling in 2005, is te vinden op de nieuwe website Kiesbeter.nl. De website is een initiatief van de overheid en samenwerkende (patiënten-)organisaties, zoals de DVN, de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie en de Consumentenbond. De website zal in de loop van 2005 verder worden uitgebreid, onder meer met informatie over ziekenhuizen.

www.kiesbeter.nl

Type 3

In medische termen is type 3 een zeldzame vorm van diabetes. Maar in het alledaagse spraakgebruik wordt met type 3 meestal de partner bedoeld van iemand met diabetes. Voor dit laatste type is deze site bestemd.

www.type3.nl

Software

Voor de bloedglucosemeters van LifeScan is een nieuw softwareprogramma beschikbaar dat onder andere allerlei rapporten en het e-mailen van de gegevens naar zorgverleners mogelijk maakt.

www.lifescanbenelux.com

Diabc, april 2005, jaargang 59, nummer 4 – pg. 7

Nieuwe chatsite

In deze nieuwe chatbox, speciaal bestemd voor chronisch zieken en gehandicapten, zijn ook veel mensen met diabetes te vinden.

www.chat4u2.nl

Moet een hernia per se geopereerd worden?

Deze en andere vragen over het bewegingsapparaat, bijvoorbeeld vragen over rug- en gewrichtsklachten, worden op de nieuwe website van het Kenniscentrum Arbeid en Klachten Bewegingsapparaat (AKB) op een begrijpelijke manier beantwoord. De site wordt voortdurend gevoed met de nieuwste wetenschap over dit onderwerp. www.werkendlichaam.nl



Gezondheid en ziekte in Nederland

Levenskansen van mannen en vrouwen, de kans op allerlei aandoeningen, regionale gezondheidsverschillen: al deze onderzoeksgegevens over de gezondheid en ziekte van de Nederlandse bevolking staan sinds kort bij elkaar op een website van de overheid, die wordt beheerd door het RIVM. Er werken 300 deskundigen vanuit heel Nederland aan mee.

www.nationaalkompas.nl

Diabc, mei 2005, jaargang 59, nummer 5 – pg. 7

Quick-quick slow!

Tango, foxtrot, salsa: kent u alle dansspasjes nog? Zo niet, surf dan snel naar de jubileumsite van DVN voor een paar extra danslessen. Wanneer u elke dag een kwartiertje oefent, bent u direct al lekker in beweging! Zet het geluid van de PC aan.

Reünie

Het DVN-jubileum is een mooi gelegenheid om oude bekenden bij DVN weer eens te ontmoeten. Wilt u weten wie er zeker aanwezig zullen zijn op 28 mei? Kijk dan op de feestsite onder het kopje reunie.



Museum

De historie van hulpmiddelen, medicijnen, voeding en alle andere lang vervlogen zaken uit het 60-jarig bestaan zijn te bekijken in het DVN Museum in de Rai, op 28 mei a.s. Voor de thuisblijvers en nieuwsgierigen onder ons, maakte DVN-webmaster Margot v.d. Beuken ook een virtueel museumpje.

Het feest van sugar.nl

Ben je tussen de 12 en 22 jaar? Bekijk dan het feestprogramma voor en van DVN-jongeren. Overdag skaten, dansen, spellen doen of zomaar wat kletsen bij allerlei leuke stands. 's Avonds is er een smartlappenfestival compleet met CD-opname, pannenkoeken eten en de stad in met dakloze Theo. Meer weten? Klik op de feesttent, op www.sugar.nl



Kijk op www.60jaar.dvn.nl of klik op de feesttent op www.dvn.nl

Diabc, juli-augustus 2005, jaargang 59, nummer 7-8 – pg. 5

Wijzigingen Zorgverzekeringswet

Op de website van de DVN worden regelmatig standpunten van de DVN gepubliceerd over de nieuwe Zorgverzekeringswet. In het algemeen volgt de DVN in haar standpuntbepaling de Nederlandse Patiënten en Consumenten Federatie (NPCF).

De DVN heeft daarnaast voor de specifieke belangenbehartiging van mensen met diabetes een eigen projectgroep Stelselwijziging, die in nauw overleg met het bestuur, gespecialiseerde medewerkers en leden standpunten formuleert over dit onderwerp. Deze standpunten zijn met het oog op de actualiteit steeds snel voor de leden beschikbaar via de website van de DVN, www.dvn.nl

Het ministerie van VWS heeft voor beleidsmakers een nieuwe website geopend over de wijzigingen in de zorgverzekering.

www.zorgaanzet.nl

Ook zorgverzekeraars Nederland (ZN) maakt het nieuws over ziektekosten en vergoedingen bekend op een nieuwe website. www.zorgverzekeraars.nl

Last van veranderingen in de zorg?

Dat is de naam van het nieuwe meldpunt, waar u terecht kunt met allerlei problemen en vragen als gevolg van veranderingen in de zorg. Het meldpunt is opgericht door de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF), waarbij ook de DVN is aangesloten. In eerste instantie gaat het om de knelpunten als gevolg van veranderingen die dit jaar zijn ingegaan. Dit zijn de Diagnose Behandeling Combinaties (DBC's), vergoeding van de diëtist, vergoeding van fysiotherapie en de no-claim regeling. Het meldpunt blijft ook geheel 2006 in de lucht.

Het meldpunt is telefonisch bereikbaar op maandag, dinsdag en donderdag van 10 tot 16 uur, tel. 030-2916777. Melden van knelpunten is ook mogelijk via de NPCF-website, <http://www.npcf.nl/>

Diabc, september 2005, jaargang 59, nummer 9 – pg. 6

Ziektekosten terug via de belasting

Wanneer u ziektekosten niet vergoed krijgt of in een jaar met hoge ziektekosten wordt geconfronteerd, kan het de moeite lonen om een verzoek tot belastingteruggaaf in te dienen. De website www.aangifteloont.nl helpt ouderen, chronisch zieken en gehandicapten aan bekwaame hulp bij het invullen van belastingformulieren.

Via een goed leesbaar invulscherf krijgt u informatie over organisaties in de buurt, die tegen laag tarief kunnen helpen.

Bewegen met beperkingen

De Nederlandse gehandicaptensport staat op hoog niveau. Talrijke overwinningen op mondiaal niveau zijn hiervan het bewijs. Veel informatie over sporten met beperkingen, kalenders en kennismakingsbijeenkomsten zijn te vinden op deze website www.nebas.nl



Dialysecentrum Almere

In februari werd in Almere het eerste zelfstandige nierdialysecentrum geopend. Heel gewoon in ons omringende landen, maar uniek in Nederland. In het centrum zijn dagelijks internisten-nefrologen aanwezig en men kan er met een verwijzing van een huisarts terecht. De behandelingen worden volgens informatie van het dialysecentrum vooralsnog volledig vergoed. Het centrum is ook telefonisch bereikbaar, tel. (036) 540 25 90, meer informatie staat op de website van het dialysecentrum. www.dialysealmere.nl

Wereld Diabetes Dag

Op 14 november is het weer Wereld Diabetes Dag. Dit jaar staat de WDD in het teken van de diabetische voet.

Veel informatie over de internationale Diabetes Dag is te vinden op: www.worlddiabetesday.org

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

Ziekenhuistarieven

Voor het eerst in Nederland kan iedereen nu ziekenhuizen vergelijken op basis van prijs. De website van het RIVM en het ministerie van VWS biedt ook gegevens over specialismen en voorzieningen. De keuze voor het ene of het andere ziekenhuis kan een flink bedrag schelen, zeker vanaf 1 januari 2006 als de nieuwe Zorgverzekeringswet in werking treedt. Voor ziekenfondsverzekerden is van belang of hun verzekeraar een contract heeft met het ziekenhuis. Voor particulier verzekerden zijn de prijzen interessant als hun polis de behandeling niet of slechts gedeeltelijk vergoed. Zij kunnen hiermee hun ziekenhuisrekening controleren. U kunt voorafgaand aan een behandeling kijken of een behandeling verzekerd is en tot welk bedrag. Op die manier kunt u snel zien wat u eventueel zelf voor een behandeling moet gaan (bij)betalen en eventueel een ander ziekenhuis zoeken.

Vanzelfsprekend biedt ook een telefoontje met uw zorgverzekeraar in de meeste gevallen deze informatie. www.kiesbeter.nl

Wereld Diabetes Dag (WDD)

Informatie over de DVN-afdelingen die in het kader van Wereld Diabetes Dag wandeltochten zullen organiseren en inschrijven voor deze wandeltochten - op zaterdag 12, zondag 13 of maandag 14 november - staat vanaf 10 oktober op: www.dvn.nl

Fietstocht Londen-Peking

Om geld in te zamelen voor de Britse zusterorganisatie van de DVN fietst Andy Clapperton met zijn vrienden van Londen naar Peking. U kunt het wel en wee van de Britse fietsers volgen via: www.cyclehome.net

Puzzels en kleurenbiljart

Houdt u van klaverjassen, bridgen of legpuzzels? Neem dan eens een kijkje op deze bijzondere, maar zwaar gesponsorde, spellensite voor volwassenen, met onder meer een kleurenbiljart. Ook een potje schaken is mogelijk met anderen die online zijn.

www.focus-in.nl/spelletjes

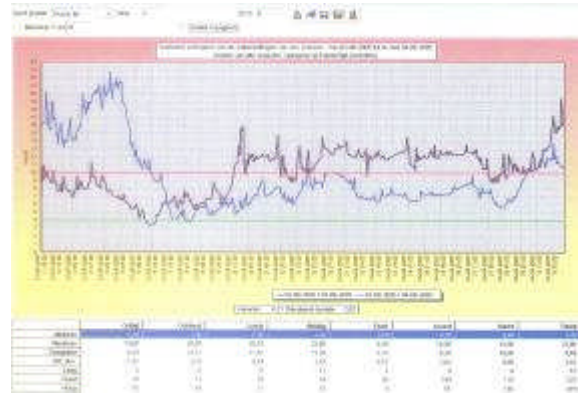
Diabc, november 2005, jaargang 59, nummer 11 - pg. 7

Diavitaal polis

Verzekeraar Delta Lloyd lanceerde in oktober de DiaVitaal polis: de allereerste, nieuwe basisverzekering, speciaal bedoeld voor mensen met diabetes. De DVN juicht het initiatief toe en is blij met het centraal stellen van zelfmanagement in deze eerste nieuwe zorgverzekering. De DiaVitaal polis is voor een grote groep mensen met diabetes geschikt, maar zeker niet voor iedereen met diabetes een uitkomst. Een van de bijzonderheden van de DiaVitaal polis is dat alle gegevens door de patiënt en de behandelaars via het internet bijgehouden kunnen worden. In de Diabc van januari zal de DiaVitaal polis nog uitgebreid onder de loep worden genomen, samen met alle andere nieuwe zorgverzekeringen. Wie nu al meer wil weten, kan vast een kijkje nemen op de speciale website van verzekeraar Delta Lloyd, www.diavitaal.nl

Gratis software voor zelfcontrole

Programmeur en DVN-lid Jos Creusen (55) schreef een handig softwareprogramma voor zelfcontrole. Meetgegevens van bloedglucosemeters kunnen met dit programma worden gekoppeld aan de gegevens over de verschillende soorten insuline, voeding en inspanning. Zo ontstaat een handig overzicht van waarden in relatie tot voeding, beweging en medicatie. Het programma produceert kant-en-klare overzichten en grafieken voor uw arts of diabetesverpleegkundige en u kunt er ook een dagboek mee printen. Hoewel het programma in eerste instantie is geschreven voor insulinegebruikers, kunnen ook mensen met tablettherapie er gebruik van maken. Het programma is bruikbaar voor alle merken bloedglucosemeters zodat de gegevens bewaard kunnen blijven wanneer u ooit eens voor een ander merk meter kiest. Om het programma te kunnen installeren is enige computerkennis nodig plus een Windows PC en een (kleuren)printertje. Programmeur Jos Creusen biedt ondersteuning via de e-mail. Gezien de grote hoeveelheid reacties die hij onlangs ontving na een publicatie in het tijdschrift Computer Idee (200 nieuwe gebruikers van het programma!) kan het eventjes duren voor er antwoord komt, meldt Creusen.



Meer informatie is beschikbaar op de website van Jos Creusen, www.creusen-software.nl
Het programma is gratis te downloaden via deze site.

NPCF

De website van de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) is geheel vernieuwd, u kunt zich hier ook aanmelden voor de nieuwe elektronische nieuwsbrief van het NPCF.

www.npcf.nl

Zorgtoeslag aanvragen met HIPS

Vergeten het aanvraagformulier voor de zorgtoeslag in te sturen voor 1 november? Geen probleem, u kunt nog tot 1 april 2007 de zorgtoeslag voor 2006 aanvragen.

De aanvraag kan ook via internet worden gedaan, kijk op: www.toeslagen.nl

Heeft u werkelijk geen idee hoe u het formulieren voor de zorg-/huur- of kinderopvangtoeslag zou moeten invullen? Op deze website van de Belastingdienst kunt u de Hulp- en Informatiepunten (HIPS) bij u in de buurt (laten) opzoeken, waar u terecht kunt voor een mondeling advies.
<http://www.toeslagen.nl/reken/hip/index.html>

Week van de Chronisch Zieken

Op 4 november a.s. start weer de jaarlijkse Week van de Chronisch Zieken. De Week wordt geopend met een congres van ZonMw, het Universitair Medisch Centrum Groningen en het Fonds PGO. Thema van het congres is ditmaal: Kiezen kan! De patiënt als consument.

Op de website van de Week vindt u meer informatie. Plus een prachtig tijdschrift met daarin onder meer het programma van de Week, een compleet overzicht van alle patiëntenverenigingen, infolijnen en allerlei handige websites. www.chronischziek.nl

