

Er ligt een envelop op uw stoel...



Wilt u deze envelop nog niet openmaken?

We gaan er in de workshop mee aan de slag

- Dank u -



# NDF Conferentie

Effectieve diabetes preventie en –educatie:  
hoe houden we de pas er in?

## Migranten en andere risicogroepen

Hoe bereik je ze?

Suzanne van Esch  
Habiba Atif  
Lidewij Henneman

23 november 2007  
Deelsessie B

VU medisch centrum



GGD Amsterdam



# Voorstellen



Drs. Suzanne van Esch

afd. medische psychologie, EMGO instituut VUmc Amsterdam

Habiba Atif

coördinator VETC, GGD Amsterdam

Dr. Lidewij Henneman

afd. sociale geneeskunde, EMGO instituut VUmc Amsterdam

# Opzet workshop

1. Risicogroepen type 2 diabetes
2. Hoe bereik je (allochtone) risicogroepen?
3. Risicocommunicatie: wat is je boodschap?
4. Een succesvolle interventie
5. Oefenen met risicotest voor ongeletterde doelgroep
6. Conclusie & discussie

# 1. Risicogroepen

## Risicofactoren type 2 diabetes

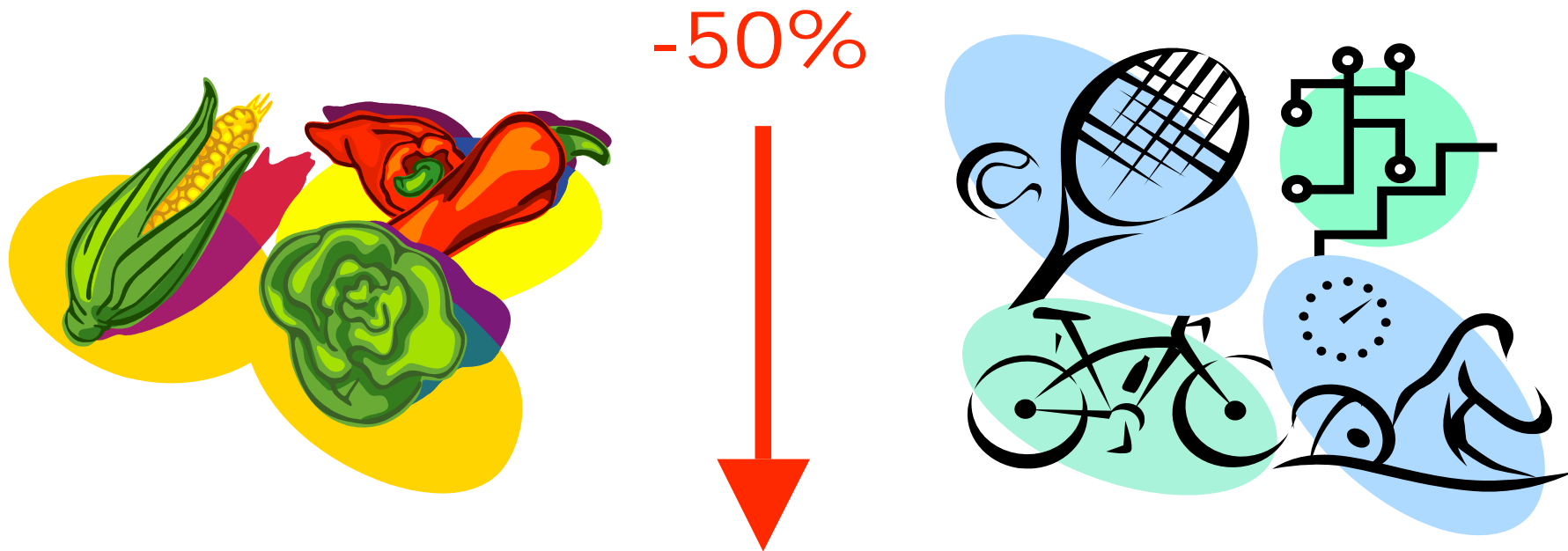
- Ouder worden
- Diabetes in de familie
- Oorspronkelijke afkomst
- Overgewicht
- Weinig beweging
- Roken
- Hoge bloeddruk
- Een eerder vastgesteld hoog bloedsuikerniveau

Daarbij geldt voor vrouwen nog:

- Zwangerschapsdiabetes
- Kind gebaard van meer dan 9 pond
- Polycysteus Ovarium Syndroom (PCOS)

# Preventie type 2 diabetes

Mensen met beginnende diabetes kunnen door gezonde voeding en voldoende beweging risico op type 2 diabetes met helft verminderden



*Tuomilehto, NEJM, 2001*

# Uw mening



Ik vind het belangrijk om mijn cliënten voor te lichten over een *mogelijk verhoogd risico* op type 2 diabetes

Eens – Oneens?

Ik vind mezelf voldoende toegerust om mijn cliënten voor te lichten over een mogelijk *familiair verhoogd* risico

Eens – Oneens?

Ik vind mezelf voldoende toegerust om mijn cliënten voor te lichten over een mogelijk risico op basis van *etnische afkomst*

Eens – Oneens?

# Erfelijkheid en diabetes

Mensen zijn doorgaans meer verwant aan hun ouders dan aan hun broers of zussen

~~Juist~~ – onjuist?

Type 1 diabetes\* is meer erfelijk dan type 2 diabetes

~~Juist~~ – onjuist?

\* Zie voor percentages [www.erfelijkheid.nl](http://www.erfelijkheid.nl)



# Diabetes in de familie

Familieleden van mensen met type 2 diabetes hebben een groter risico om ook diabetes te krijgen.

## Kans op type 2 diabetes

Als <u>niemand</u> in familie diabetes heeft	5-10%	
Als vader of moeder diabetes heeft	10-20%	→ 3x verhoogd*
Als broer of zus diabetes heeft	15-20%	→ 3.5x verhoogd*
Als beide ouders diabetes hebben	40%	→ 7x verhoogd*
Bij twee-eiige tweelingen	37%	
Bij eeneiige tweelingen	70-90%	

*Twee eerstegraads familieleden*

*5x verhoogd risico\**

*Drie eerstegraads familieleden*

*15x verhoogd risico\**

# Oorspronkelijke afkomst

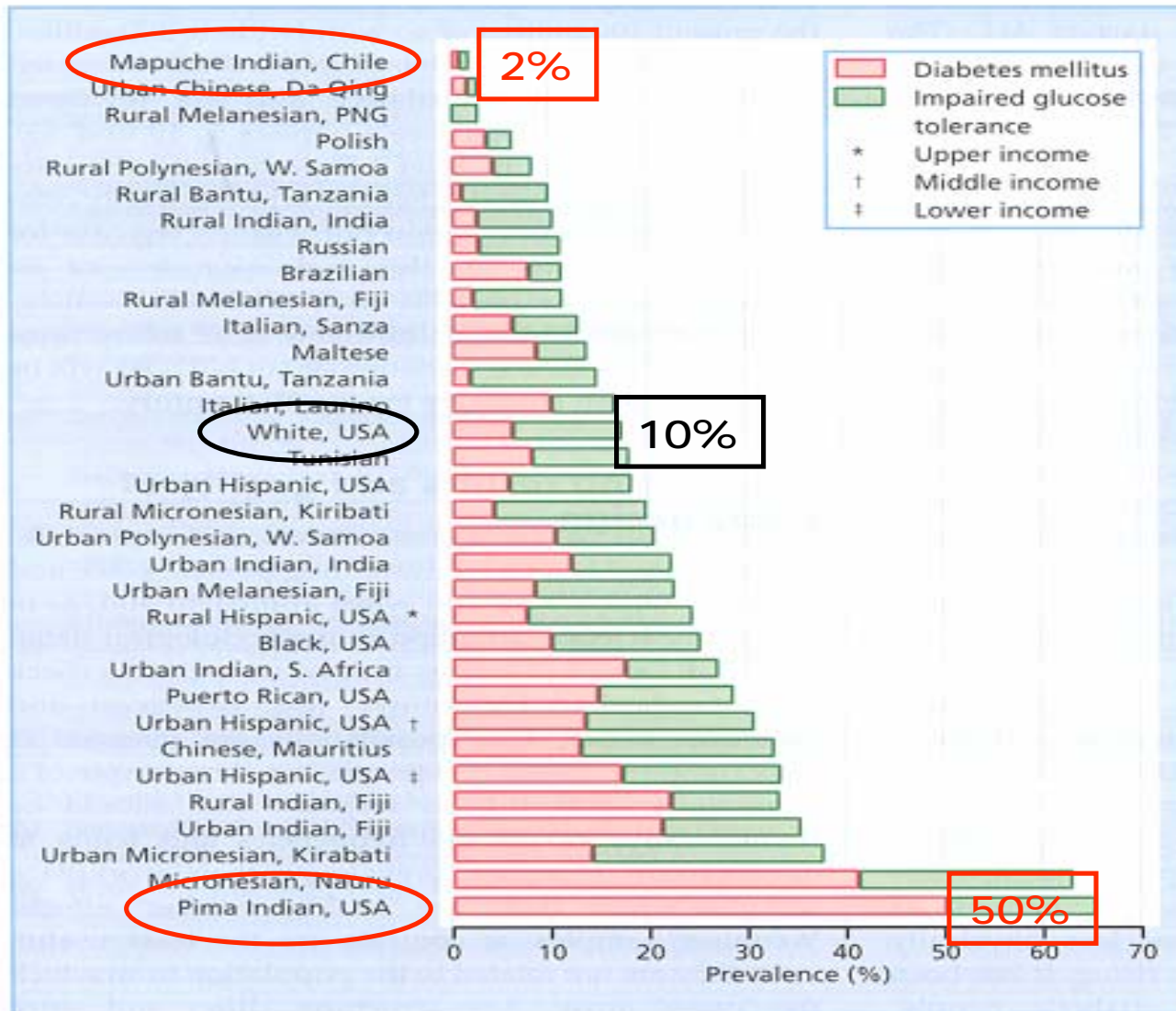


Fig. 3.7 Prevalence of diabetes and IGT in selected populations in the age-range 30–64 years, age standardized to the world population of Segi. Sexes combined. Adapted from [11].

# Etnische groepen in Nederland

Type 2 diabetes komt meer voor bij Surinamers, Marokkanen en Turken in Nederland

## Kans op type 2 diabetes

Autochtone Nederlanders	<3%
Turken	9%
Antillianen	11.5%
Surinamers (Creools)	12%
Marokkanen	14%
Surinamers (Hindostaans)	26%

---

# Opzet workshop

1. Risicogroepen type 2 diabetes
- 2. Hoe bereik je (allochtone) risicogroepen?**
3. Risicocommunicatie: wat is je boodschap?
4. Een succesvolle interventie
5. Oefenen met risicotest voor (ongeletterde) migranten
6. Conclusie & discussie

## 2. Hoe bereik je (allochtone) risicogroepen?

### 8 gouden tips interculturele groepsvoorlichting

1. Ken je doelgroep
2. Stem voorlichting af op doelgroep
3. Sluit aan bij behoefte en kennis doelgroep
4. Bepaal de mate van aanpassing van voorlichting
5. Benadruk positieve elementen
6. Maak van het 'allochtoon zijn' geen vergrootglas
7. Werk samen met specialisten
8. Maak een realistische tijdsplanning



### 3. Risicocommunicatie: wat is je boodschap?

Verschillende manieren om risico's weer te geven:

- Het risico is groot (*verbaal*)
  - Het risico is 10%
  - Er is een risico van 1 op 10
  - 10 op de 100 mensen
  - Figuur of plaatje (*grafisch*)
- } (*numeriek*)

*manier waarop we risico's communiceren beïnvloedt beslissingen die mensen nemen*  
=> ***wat is je boodschap?***

# Risico communicatie: wat is je doel?

- Is het doel om het **begrip** van de risico's te vergroten met als doel mensen beter geïnformeerde beslissingen te laten nemen:
  - gebruik getallen, i.h.b. natuurlijke frequenties (referentieklassse moet duidelijk zijn; bijv. "100 mensen zoals u")
  - dus: liever geen percentages!
  - een constante noemer
- Of is het doel om het **effect** van de risico-informatie op mensen te vergroten:
  - gebruik figuratieve voorstellingen (plaatjes)

# Communiceren van een hoog persoonlijk risico

- Op basis van : Leeftijd, BMI, middelomtrek, activiteit, hoge bloeddruk medicatie, familiegeschiedenis
- Diabetes Risico Test score (range 0-22)

Score	Risico op diabetes binnen 5 jaar	Risico op diabetes binnen 5 jaar
$\leq 6$	2 op de 100	1
7-9	10 op de 100	1
$\geq 10$	20 op de 100	1

**Noemer constant**  
**Tijdsaanduiding**  
**= OKE!**

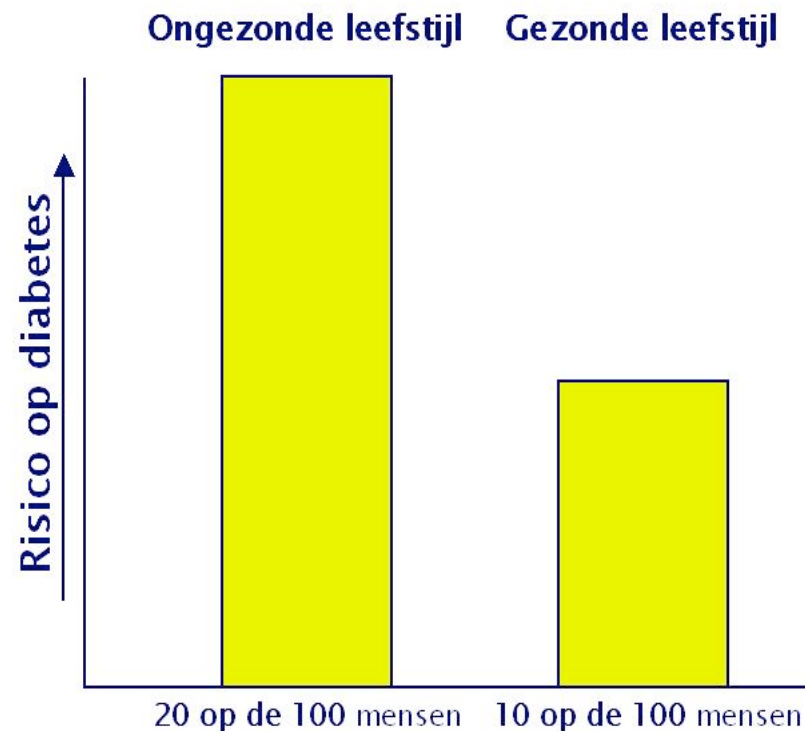
# Meer dan een getal

- Risico communicatie is meer dan een getal communiceren
- Maar: vermijd **angstaanjagende** boodschap  
*(zie voordracht Gerjo Kok)*
- Geef duidelijke aanwijzingen over **hoe risico te verlagen** (zoals gezonde leefstijl)  
(gericht op verbeteren van vaardigheden en vergroten zelfvertrouwen)

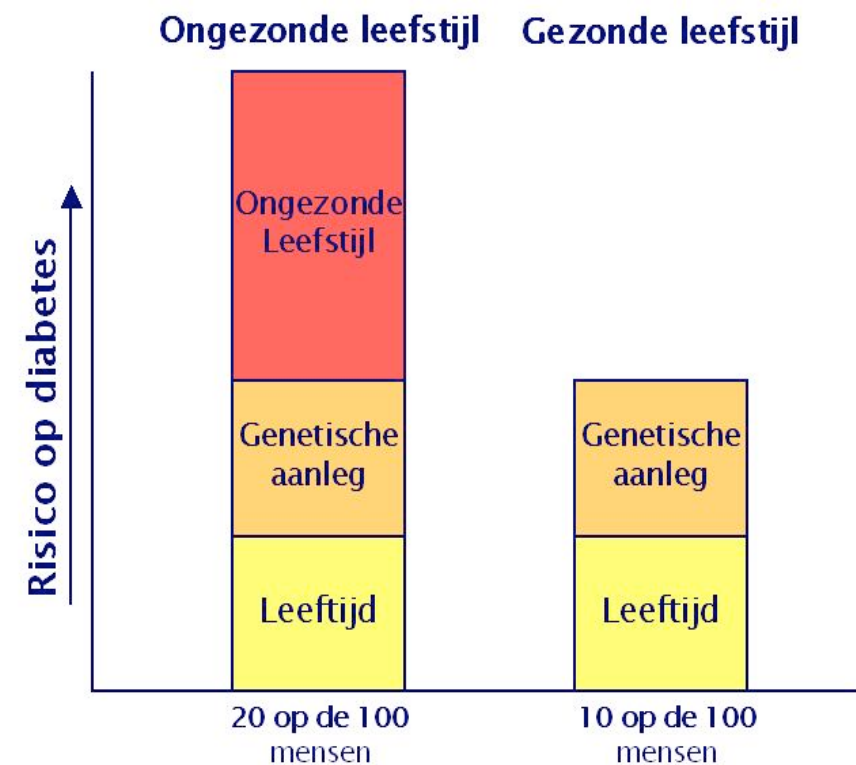
# Laat risico zien, maar ook hoe te verlagen

bijv. uitleg van familiair risico (met plaatje)

## ZO KAN HET



## ZO KAN HET OOK



# Opzet workshop

1. Risicogroepen type 2 diabetes
2. Hoe bereik je (allochtone) risicogroepen?
3. Risicocommunicatie: wat is je boodschap?
- 4. Een succesvolle interventie**
5. Oefenen met risicotest voor (ongeletterde) migranten
6. Conclusie & discussie

## 4. Een succesvolle interventie

“Diabetes voorkómen?!”

(NIGZ, Thuiszorg Amsterdam en GGD Amsterdam)

### Preventie Diabetes bij Marokkanen met overgewicht in Amsterdam

- Werving groepen (valkuilen en sleutelfiguren)
- Interventie (uitgangpunt Campagne ‘Kijk op diabetes’: Diabetes Risicotest)
- Proces- en interventie onderzoek
- Introductie 4 bijeenkomsten

## 5. Diabetes risicotest VETC

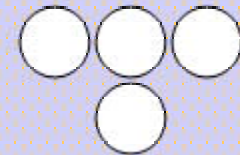
We gaan nu oefenen met het invullen van de diabetes risicotest voor een ongeletterde doelgroep\*

Deze zit in de envelop die op uw stoel lag

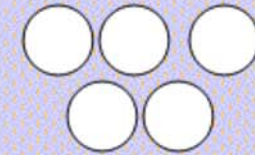
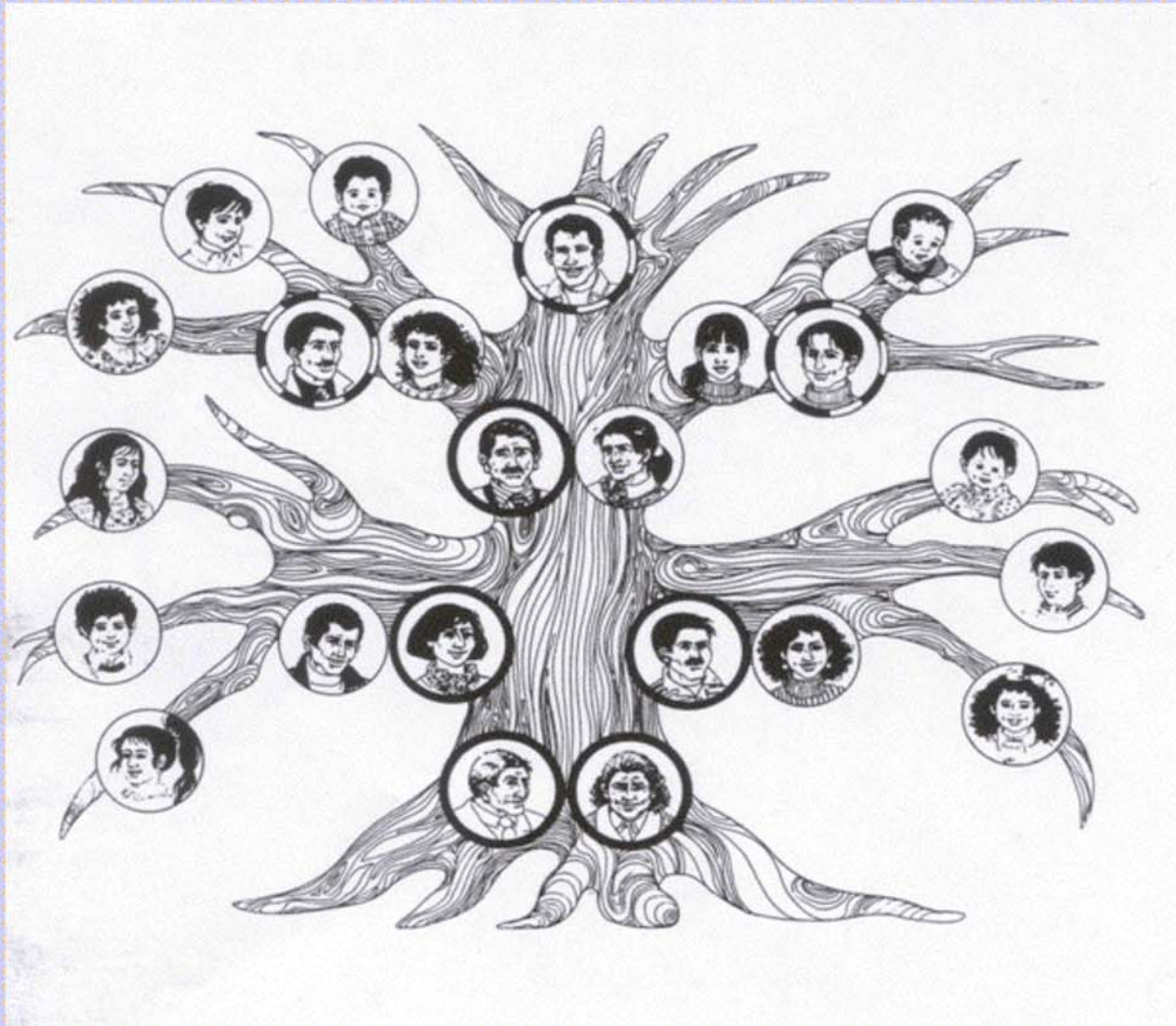


\* ontwikkeld door NIGZ i.s.m. Voorlichters Eigen Taal en Cultuur

# 1. Leeftijd



## 2. Diabetes in de familie



### 3. Hoge bloeddruk



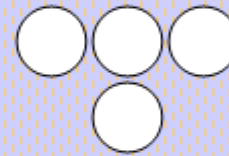
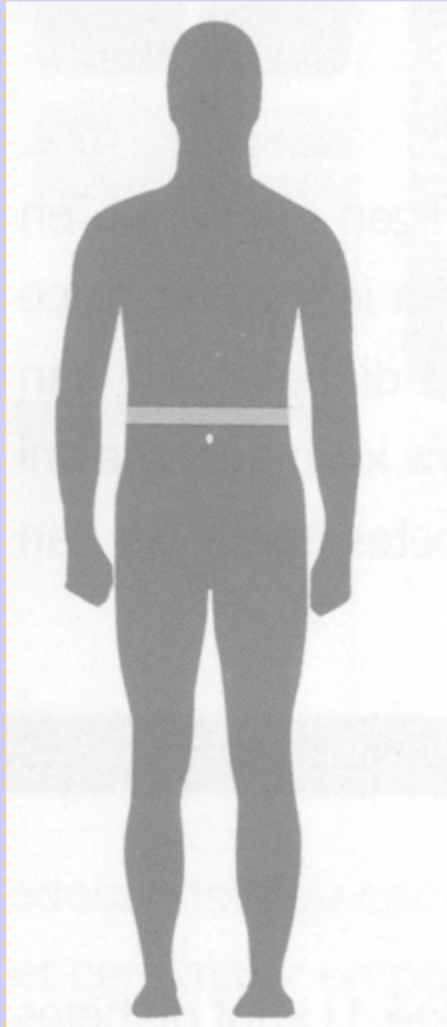
## 4. Te hoge bloedsuiker bij zwangerschap of ziekte



# 5. Beweging



# 6. Buikomvang



# 7. Gewicht en lengte



# 6. Conclusie & discussie

## Conclusie

- Vertel over risico op diabetes: non-verbale risicotest bruikbaar middel
- Maar: communiceer nooit alleen risico's, leg nadruk op mogelijkheden om risico's te vermijden

Hebben we iets voor u kunnen betekenen...?

# Voelt u zich meer toegerust om...?



Ik vind mezelf voldoende toegerust om mijn cliënten voor te lichten over een mogelijk **familiair verhoogd** risico

Eens – Oneens?

Ik vind mezelf voldoende toegerust om mijn cliënten voor te lichten over een mogelijk risico op basis van **etnische afkomst**

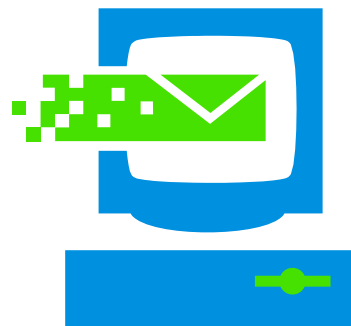
Eens – Oneens?

# 6. Conclusie & discussie

## Discussie

- We zijn heel benieuwd naar uw ideeën en ervaringen

# Contactgegevens



Suzanne van Esch: [scm.vanesch@vumc.nl](mailto:scm.vanesch@vumc.nl)

Habiba Atif: [hatif@ggd.amsterdam.nl](mailto:hatif@ggd.amsterdam.nl)

Lidewij Henneman: [l.henneman@vumc.nl](mailto:l.henneman@vumc.nl)

**“Diabetes Risicotest VETC”** voor ongeletterden  
beschikbaar op: kennisnet van [www.kijkopdiabetes.nl](http://www.kijkopdiabetes.nl)