

Diabetes - Abbott Diabetes Care

<http://www.abbottdiabetescare.nl/diabetes/diabetes.html>

Inhoud - Nederlandse site:

Diabetes	2
Hyperglycemie	3
Hypoglycemie	3
Insuline	4
Wat als u ziek bent?	7
Zelfcontrole.....	7
Algemene raadgevingen voor zelfcontrole.....	8
Lichaamsbeweging.....	9
Voeding	9
Ketonen meten	10
DVN.....	11
Links	11
Verklarende woordenlijst	12

Diabetes

Organen in het lichaam (b.v. spieren of lever) hebben brandstof nodig om te werken, net zoals een auto benzine nodig heeft om te rijden. De suikers in voeding zijn de belangrijkste brandstof (= energiebron) voor organen. Koolhydraten komen via het spijsverteringsstelsel in de bloedbaan. Insuline zorgt ervoor dat de glucose uit het bloed door de cellen van organen kan worden opgenomen. Suikers hebben echter een sleutel nodig om de cellen binnen te komen. Deze sleutel is insuline. Insuline wordt in de alvleesklier (pancreas) gemaakt.

Als iemand diabetes heeft, maakt de alvleesklier te weinig of geen insuline. Daardoor stapelen suikers zich op in het bloed.

Symptomen die kunnen wijzen op diabetes

- ⇒ Veel dorst
- ⇒ Veel plassen
- ⇒ Moeheid, sufheid
- ⇒ Vermageren
- ⇒ Vatbaarheid voor infecties

Denk eraan! Verhoogde bloedglucosewaarde geeft vaak geen klachten.

Vormen

Er zijn verschillende vormen van diabetes.

De twee meest voorkomende vormen zijn type 1 en type 2.

- ⇒ Type 1 Door vernietiging van de pancreascellen die insuline aanmaken is er een totaal gebrek aan eigen insuline. Type 1 begint vaak op jonge leeftijd.
- ⇒ Type 2 Insuline is dikwijls minder werkzaam en wordt minder aangemaakt. Type 2 komt meestal voor op latere leeftijd.

Bloedglucose

Bij de behandeling van diabetes wordt ernaar gestreefd de bloedglucosewaarden tussen de 4 en 8 mmol/L te houden. De precieze waarden kunnen per persoon verschillen en worden meestal in overleg met de huisarts, internist en/of diabetesverpleegkundige besproken.

De bloedglucosewaarde wordt beïnvloed door:

- ⇒ Voeding
- ⇒ Insuline
- ⇒ Lichaamsbeweging
- ⇒ Stress
- ⇒ Onbekende factoren

Hba1c

Bloedglucose kan zich binden aan de kleurstof van de rode bloedcellen. Hoe hoger de bloedglucose, hoe meer suiker 'kleeft' aan deze bloedkleurstof. Door de hoeveelheid gesuikerde bloedkleurstof te bepalen (= Hba1c), kan men achterhalen hoe hoog de bloedglucosewaarden de laatste 2 maanden waren. Hba1c wordt door een bloedanalyse bepaald.

Hba1c is een zeer belangrijke barometer van de diabetesregeling!

Hyperglycemie

Hyperglycemie betekent dat er te veel suiker in het bloed aanwezig is. Bij een tekort aan insuline blijft suiker in het bloed doordat het niet in de cellen opgenomen kan worden. Hierdoor stijgt het bloedglucosegehalte.

De verschijnselen van hyperglycemie

- ⇒ Bij een bloedglucosewaarde boven de 10 mmol/L zal overtollig suiker via de nieren uitgescheiden worden. Als glucose in urine verschijnt spreken we van [glucosurie](#).
- ⇒ Dit overtollig suiker gaat veel water aantrekken, men gaat overvloedig **plassen**.
- ⇒ Omdat zoveel vocht het lichaam verlaat, krijgt men veel **dorst**.
- ⇒ Bij een langdurige hyperglycemie krijgen de organen niet voldoende suiker binnen en moet het lichaam aanspraak maken op een andere energiebron, de vetreserve. Als vetcellen verbrand worden, gaat men **vermageren**.
- ⇒ Bij vetverbranding in het lichaam komen afvalproducten vrij en het lichaam begint te verzuren. Men kan deze verzuring thuis opsporen door ketonen in de urine of in het bloed te meten.
- ⇒ Deze ketonen stapelen zich op in het bloed en kunnen het lichaam vergiftigen. Dit is te herkennen aan de volgende symptomen: **buikpijn**, misselijkheid, braken en/of sufheid.
- ⇒ Door deze uitputting van het lichaam vermindert het bewustzijn en kan sufheid, en na enkele dagen zelfs **coma** ontstaan.

Wat zijn de mogelijke oorzaken?

- ⇒ Overdagige maaltijd
- ⇒ Sterk gesuikerde voeding
- ⇒ Onvoldoende insuline gespoten of vergeten te spuiten
- ⇒ Stress, angst
- ⇒ Koorts en ziekte

Wat te doen bij hyperglycemie?

- ⇒ Volg de richtlijnen zoals besproken met uw behandelaar
- ⇒ Meet de bloedglucosewaarde
- ⇒ Wanneer deze fors verhoogd is, meet in de urine of het bloed de concentratie ketonen met teststrips of teststrips. Als er ketonen in het bloed aanwezig zijn, moet u direct contact opnemen met uw behandelaar.
- ⇒ Injecteer snelwerkende insuline
- ⇒ Drink veel water
- ⇒ Neem contact op met uw behandelaar

Hypoglycemie

Hypoglycemie betekent dat er te weinig suiker in het bloed aanwezig is. Het wordt dikwijls kortweg hypo genoemd. De meeste hypo's zijn eenvoudig te behandelen. De verschijnselen van een hypo kunnen van persoon tot persoon verschillend zijn. Meestal zullen bij één persoon steeds dezelfde symptomen zich voordoen.

Het is belangrijk de volgende signalen te herkennen:

- ⇒ Plotselinge honger
- ⇒ Zweeten, beven
- ⇒ Duizeligheid
- ⇒ Hartkloppingen

- ⇒ Troebel zicht
- ⇒ Hoofdpijn
- ⇒ Concentratieverlies

Wat zijn mogelijke oorzaken van een hypo?

- ⇒ Onvoldoende voeding, bijvoorbeeld het overslaan van een maaltijd
- ⇒ Te veel insuline inspuiten
- ⇒ Insuline in een spier spuiten
- ⇒ Te veel tijd tussen toediening van insuline en maaltijd
- ⇒ Meer lichaamsbeweging dan gewoonlijk (sporten, poetsen, wandelen)
- ⇒ Warm weer
- ⇒ Soms geen duidelijke oorzaak

Wat kunt u er zelf aan doen?

- ⇒ Volg de richtlijnen zoals besproken met uw behandelaar.
- ⇒ Bij twijfel uw bloedglucosewaarde goed in de gaten houden. Altijd eerst **snelwerkende suikers** bijv. 2 tabletjes druivensuiker of half glas suikerhoudende cola of fruitsap of limonade innemen. Dit geldt ook als u een hypo heeft net vóór een maaltijd.
- ⇒ Daarna **traagwerkende suikers** innemen (indien het nog meer dan 1,5 uur duurt voor de volgende maaltijd) bv. 1 droge koek of 1 boterham of 1 stuk fruit.

Kunnen familieleden of vrienden helpen?

Soms zijn de verschijnselen zo sterk, dat u zelf niet goed uit de hypo kunt komen. Hierbij kan soms ook het bewustzijn verminderd zijn. U hebt dan hulp van anderen nodig. Laat deze andere persoon u geen vocht of voeding geven, want u loopt de kans zich te verslikken. Door deze verslikking komen vocht en voeding in de longen en kan een flinke longontsteking ontstaan. In deze omstandigheden moet deze persoon u Glucagen® toedienen. Glucagen® brengt de suikerreserves uit de lever in de bloedbaan. Glucagen® dient enkel gegeven te worden als men zelf niet meer kan drinken. Misselijkheid na het toedienen van Glucagen® komt regelmatig voor. Na toediening altijd de behandelaar raadplegen.

Nuttige tips ter voorkoming van hypoglycemie

- ⇒ Neem altijd druivensuiker mee
- ⇒ Sla geen maaltijden over
- ⇒ Neem een traagwerkende koolhydraatportie in voordat u extra inspanning gaat leveren of pas uw snelwerkende insuline vóór de inspanning aan (zie ook hoofdstuk sport en lichaamsbeweging)
- ⇒ Neem bij blijvend braken of eetlustvermindering contact op met uw behandelaar.
- ⇒ Alcohol heeft een bloedglucoseverlagend effect. Dit wil niet zeggen dat alcohol nuttig is voor een goede diabetescontrole! Wees voorzichtig met alcohol buiten de maaltijd
- ⇒ Breng enkele mensen in uw omgeving (familie, werk, school) op de hoogte van uw diabetes
- ⇒ Door het hongergevoel bij een hypo zal je vaak meer willen eten! Probeer u te houden aan bovenstaande richtlijnen. Door een overdreven inname van koolhydraten zal uw hypo niet sneller verdwijnen en uw bloedglucosewaarde zal daarna te hoog oplopen!

Insuline

Insuline is een hormoon dat gemaakt wordt door de zogenaamde 'Eilandjes van Langerhans', een onderdeel van de pancreas. De pancreas (ook alvleesklier genoemd) is een orgaan

direct achter de maag. Insuline zorgt ervoor dat suikers uit het bloed door onze organen opgenomen kunnen worden. Als iemand diabetes heeft, maakt de [pancreas](#) onvoldoende insuline aan. Daardoor stapelen suikers zich op in het bloed.

Als de pancreas onvoldoende insuline (of sleutels) aanmaakt, moet het lichaam dit hormoon op een andere manier krijgen. Insuline kan niet via pillen ingenomen worden, omdat het vernietigd wordt door maagsappen. Daarom zullen de sleutels regelmatig ingespoten moeten worden. Insuline wordt meestal toegediend met een pensysteem. Soms ook met een spuitje of draagbaar pompje.

insuline inspuiten = sleutels inspuiten

- ⇒ Organen kunnen de suikers opnemen
- ⇒ De bloedglucosewaarde zal dan dalen

Insuline kan gehaald worden bij de apotheker op artsenvoorschrift en wordt volledig terugbetaald. Het wordt geleverd in penvullingen (penfills®, cartridges®) of flacons.

Insuline wordt bewaard in de koelkast.

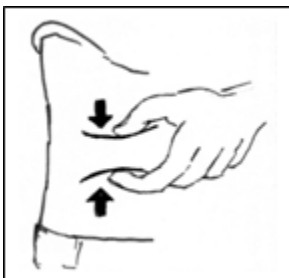
Let op: insuline mag echter niet bevriezen! De penfill® (cartridge®) of flacon die in gebruik is, moet wel bij kamertemperatuur bewaard worden. Insuline is beperkt houdbaar in de koelkast zoals vermeld op de verpakking en 1 maand buiten de koelkast.

Inspuittechniek

Hierbij laten wij u een klassieke techniek zien, maar voor meer informatie verwijzen wij u naar uw behandelend arts of uw diabetesverpleegkundige.

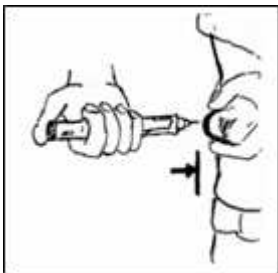
Stap 1

Bij iedere inspuiting moet een huidplooi gemaakt worden tussen duim en wijsvinger.



Stap 2

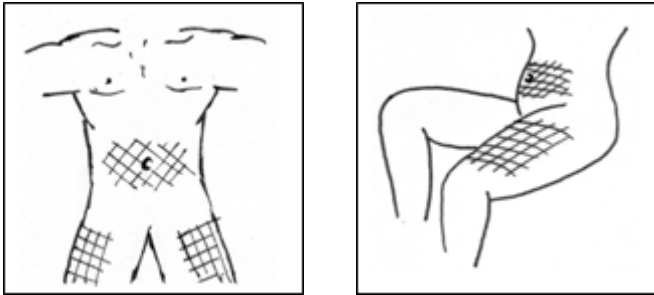
Loodrecht inspuiten, midden in de plooi, terwijl u de plooi blijft vasthouden.



Inspuitplaatsen

Insuline wordt onder de huid ingespoten. Dit kan op verschillende plaatsen van het lichaam. De twee voorkeurplaatsen zijn de buik en de dij. Opname van insuline gebeurt het snelst in uw buik. Daarom wordt snelwerkende insuline meestal in de buik ingespoten.

Afwisselen van inspuitzone is belangrijk om een goede opname van insuline te verzekeren en om de huid gezond te houden.



U laat de naald na inspuiting ± 5 seconden ter plaatse om te vermijden dat insuline terug uit de prikplaats vloeit. Afhankelijk van de dikte van het onderhuidse vet wordt de naaldlengte aangepast.

Soorten insuline

ultrasnelle insuline = heldere insuline = snelwerkend insuline-analoon

- ⇒ Insiputen net vóór, tijdens of vlak na de maaltijd
- ⇒ Nu eten = nu spuiten
- ⇒ Werkt direct na inspuiting
- ⇒ Werkingsduur ± 2 u
- ⇒ Bijv. Novarapid® ; Humalog® of Apidra®

snelle insuline = heldere insuline = kortwerkende insuline

- ⇒ Insiputen 15 à 30 min. vóór de maaltijd
- ⇒ Werkt kort na inspuiting (na 30 min.)
- ⇒ Werkingsduur ± 4 uur
- ⇒ Bijv. Actrapid®, Humuline® Regular

trage insuline = troebele insuline

- ⇒ Moet gemengd worden vóór inspuiting
- ⇒ Werkt pas goed 4 uur na inspuiting
- ⇒ Werkingsduur tot 18 uur
- ⇒ Bijv. Insulatard®, Humuline®NPH, Monotard®

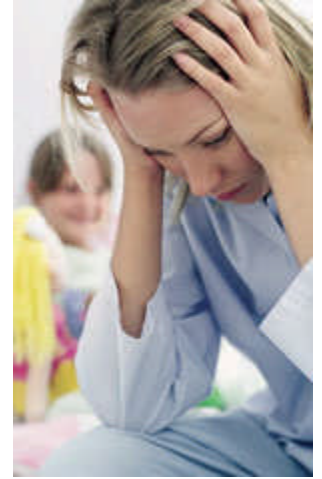
insulinemengsels = troebele insuline

- ⇒ Mengten vóór inspuiting
- ⇒ Insiputen 15 à 30 min. vóór maaltijd
- ⇒ Werkingsduur 8 à 12 uur
- ⇒ Bevatten zowel snelle als trage insulines bv. Mixtard®, Humuline® 30/70 (dit mengsel bevat 30% snelle en 70% trage insuline)

Afhankelijk van uw levensstijl, activiteiten, leeftijd en vorm van diabetes, zal samen met uw arts besloten worden welke insulinebehandeling het beste bij u past.

Wat als u ziek bent?

Als u diabetes hebt, zult u niet sneller ziek worden, tenzij uw diabetes slecht geregeld is. Maar een ziekte zoals griep of een lichte verkoudheid kan uw diabetesregulatie sterk verstoren. Stress en koorts verhogen de insulinebehoefte ook sterk. Sommige ziekten kunt u voorkomen. Laat u jaarlijks tijdens de herfst inenten tegen griep!



Wat doet u bij ziekte?

- ⇒ Bespreek met uw behandelend diabetesteam wat u moet doen indien u onverhoopt ziek wordt (ziektedagmanagement)
- ⇒ Rust voldoende
- ⇒ Neem indien nodig koortswerende middelen
- ⇒ Meet uw bloedglucose om de 4 uur
- ⇒ Is uw bloedglucose fors verhoogd, spoor dan ketonen op in bloed of urine (zie ook hoofdstuk hyperglycemie)
- ⇒ Drink voldoende en regelmatig (bv. elk half uur een glas)
- ⇒ Probeer koolhydraten in te nemen (evt. melk of yoghurt; 2 kopjes melk bevatten evenveel koolhydraten als 1 snee brood) Bent u te ziek voor vaste voeding, drink dan om het kwartier wat thee met suiker of gesuikerde frisdrank
- ⇒ Blijf spuiten. Meestal heeft u zelfs meer insuline nodig. Naargelang uw bloedglucosewaarde zal u extra snelwerkende insuline nodig hebben
- ⇒ Als u werkelijk niets kunt eten, verminder dan pas de insulinedosis bij lage bloedglucosewaarden
- ⇒ Blijf elke 4 uur ketonen controleren tot u beter bent en een normale bloedglucosewaarde heeft.

Wanneer neemt u contact op met uw arts?

- ⇒ U blijft braken
- ⇒ U ernstige diarree hebt
- ⇒ Uw bloedglucosewaarden fors verhoogd blijven, zeker wanneer tevens de ketonen uit bloed of urine niet verdwijnen met bijspuiten van snelwerkende insuline
- ⇒ Uw ketonen niet verdwijnen met bijspuiten van snelwerkende insuline
- ⇒ De koorts houdt aan

Gebruik enkel suikervrije hoestsiropen

Zelfcontrole

Om beter inzicht te krijgen in uw diabetes, en om uw bloedglucose onder controle te krijgen, kunt u zelf uw bloedglucose meten. Dit wordt ook wel zelfcontrole genoemd. Op basis van de bloedglucosewaarden die door zelfcontrole verkregen worden, kan de behandeling bijgestuurd worden. Hierdoor worden uw persoonlijke streefwaarden, bepaald samen met de behandelaar, gemakkelijker bereikt.

Met een bloedglucosemeter kan de bloedglucosewaarde snel bepaald worden. Deze bloedtest geeft u een beeld van uw bloedglucose op dat moment. U noteert de meetresultaten en ook de hoeveelheden insuline in een dagboekje dat u gekregen heeft van uw diabetesteam. Breng dit boekje steeds mee als u naar uw behandelaar gaat. Sommige bloedglucosemeters hebben een geheugen waardoor de resultaten door u of uw dokter/diabetesverpleegkundige uitgelezen kunnen worden met een computerprogramma. Dit geeft een mooi overzicht van het verloop van uw bloedglucosewaarden.

In de volgende omstandigheden is het aan te raden vaker te meten:

- ⇒ bij ziekte
- ⇒ bij langdurig verhoogde bloedglucosewaarden
- ⇒ als u tegen een hypo aanzit
- ⇒ bij intensieve lichaamsinspanningen (sport, werk)

Algemene raadgevingen voor zelfcontrole

De bloedglucosemeter ijken of calibreren

bij elke nieuwe verpakking teststrips moet uw meter opnieuw geïjkt worden. Dit doet u met de meegeleverde ijkstrip of door het codenummer (op de verpakking van de nieuwe teststrips) te controleren met de waarde die op het afleesschermbij uw meter staat.

Uitvoeren van de bloedglucosetest

Leg alle hulpmiddelen klaar:

- ⇒ Teststrips
- ⇒ Prikpen
- ⇒ Lancetten
- ⇒ Bloedglucosemeter

Werkwijze

- ⇒ Plaats een lancet in uw prikpen
- ⇒ Neem een teststrip uit de verpakking
- ⇒ Breng de teststrip in de bloedglucosemeter
- ⇒ Prik met de prikpen in de zijkant van de vingertop en breng bloed aan op teststrip
- ⇒ Wanneer voldoende bloed is opgenomen door de teststrip, zal de meter automatisch aftellen en uw bloedglucosewaarde tonen op het afleesvenster

Tips voor de vingerprik

Voldoende bloed op de teststrip is belangrijk voor een nauwkeurig resultaat.

- ⇒ Was uw handen met warm water en zeep en droog ze goed af
- ⇒ Masseer eventueel de vingertop om gemakkelijk een goede bloeddruppel te verkrijgen
- ⇒ Uw hand gedurende 1 minuut laten afhangen zal de bloedcirculatie in de vingertop bevorderen
- ⇒ Gebruik altijd een prikpen. Dit is minder pijnlijk. Gebruik indien mogelijk een prikpen waarmee u de prikdiepte kan instellen
- ⇒ Wissel af tussen uw vingers (zo heeft u minder pijn)
- ⇒ Prik aan de zijkant van de vingertop, dit is minder pijnlijk
- ⇒ Duw het bloed zachtjes uit de vingertop (vanuit handpalm naar vingertop toe)
- ⇒ Lancet verwijderen in de hiervoor bestemde naaldcontainer (afvalsortering)

Bewaren van uw bloedglucose testmateriaal

- ⇒ Op kamertemperatuur
- ⇒ Droog (bij voorkeur in de woonkamer; liefst niet in de badkamer of in de keuken)
- ⇒ In het donker
- ⇒ Teststrips in de oorspronkelijke verpakking bewaren
- ⇒ Respecteer de vervaldatum

Controle op nauwkeurigheid van je bloedglucosemeter

Als u voor controle naar het ziekenhuis gaat, neemt u uw bloedglucosemeter mee voor controle. Uw diabetesteam kan de nauwkeurigheid van de meter controleren.

Opgelet: vergelijk de meetresultaten gemeten met uw bloedglucosemeter alleen met de methode van een klinisch laboratorium en nooit met een meter van een ander merk. Een verschil in meetresultaat tot 15% is normaal (Richtlijnen TNO).



Lichaamsbeweging

Lichaamsbeweging heeft veel gunstige effecten op uw bloedglucosewaarden, bloeddruk en gewicht.

Lichamelijke inspanningen werken bloedglucose verlagend. Daarom zal uw voeding en/of insuline aangepast moeten worden. Sport moet regelmatig beoefend worden. Drie maal per week een half uur wandelen of fietsen is voldoende om het bloedglucoseverlagend effect te behouden.

Spelregels

- ⇒ Controleer uw bloedglucosewaarde:
 - ✓ Bij een hoge bloedglucosewaarde. Wanneer deze waarde fors verhoogd is (bijvoorbeeld meer dan 15 mmol/l en zeker wanneer er dan ketonen in bloed of urine aanwezig zijn, moet de activiteit uitgesteld worden
 - ✓ Bij lage bloedglucosewaarde (lager dan 4,0 mmol/L) eerst twee koolhydraatporties innemen
- ⇒ Vóór sportinspanning wordt de insulinedosis verminderd (bespreek dit met uw behandelaar)
- ⇒ Extra koolhydraten kunnen aangewend worden om hypoglycemie te vermijden:
 - ✓ Indien de activiteit na een maaltijd begint, moeten extra trage suikers toegevoegd worden, bijv. extra aardappelen, spaghetti of brood
 - ✓ Indien de activiteit meer dan een uur na de maaltijd start, neemt u een snack vóór de inspanning bijv. een appel, yoghurt, boterham... (één à twee koolhydraatporties naargelang de intensiteit van de sport)
 - ✓ Neem bij langdurige inspanningen om het uur 1 extra koolhydraatportie of enkele druivensuikers of suikerhoudende sportdrank
 - ✓ De ervaring zal u leren dat aanpassing van voeding of insuline erg individueel is (in functie van intensiteit en duur van de sport, uw trainingsniveau, enz.

Voeding

Diabetes en voeding kan niet gescheiden worden. Voeding is een belangrijk element van de diabetesbehandeling. Samen met de diëtist(e) wordt de voeding uitgebreid besproken. Aan de hand van wat u gewoonlijk eet en drinkt zal de diëtist(e) met u persoonlijk alle nodige aanpassingen doornemen. Tevens krijgt u informatie over dieetproducten, alcohol, licht-producten, restaurantbezoek, feestjes...

Waarom aandacht voor voeding?

- ⇒ Om de bloedglucose zo normaal mogelijk te houden
- ⇒ Om cholesterol en andere vetten in het bloed laag te houden



Diabetesvoeding is een gezonde gevarieerde voeding met speciale aandacht voor koolhydraten en vetten.

Waarom zoveel aandacht voor koolhydraten?

Koolhydraten is de verzamelnaam van allerlei suikers. De koolhydraten uit de voeding worden door de vertering omgezet in glucose. Glucose komt via de darmen in het bloed en doet de bloedglucose stijgen. Om de bloedglucosewaarde zo normaal mogelijk te houden, moet er een evenwicht zijn tussen de hoeveelheid insuline die dagelijks ingespoten wordt en de hoeveelheid koolhydraten die met de voeding worden opgenomen.

Koolhydraatportie = 10 à 15 gram koolhydraten

Zorg er daarom voor dat u:

- ⇒ Uw maaltijden spreidt
- ⇒ Steeds rekening houdt met de hoeveelheid koolhydraten in uw maaltijd. Indien u de koolhydraatportie wijzigt, zal u aanpassingen moeten doen (dosis insuline, lichaamsbeweging).

Waarom zoveel aandacht voor vetten?

De voedingsvetten hebben invloed op het cholesterolgehalte van het bloed en op de triglyceriden, maar ook op de goede werking van insuline. Let op:

- ⇒ De hoeveelheid vet in uw voeding
- ⇒ Het soort vet in uw voeding

Verder is een goed lichaamsgewicht belangrijk.

Bij overgewicht kan insuline niet goed werken. Een daling van uw gewicht met enkele kilo's kan uw diabetescontrole al flink verbeteren! Is uw gewicht goed, probeer het dan zo te houden. Is uw gewicht té hoog, probeer dan een paar kilo's kwijt te raken. Aarzel niet hulp te vragen aan uw diëtist(e).

Ketonen meten

Wanneer en hoe vaak dient er op ketonen getest te worden?

Bij Acute ziekte of stress

Om de 2-4 uur tot men hersteld is

Bij DKA symptomen (misselijkheid, braken, buikpijn) Telkens wanneer de symptomen zich voordoen of terugkomen

Tijdens de zwangerschap

Dagelijk

Wanneer de bloedglucose waarde hoog blijft

Bloedglucose spiegel	Vóór de maaltijd/nuchter	Advies
Normaal*	4 – 7 mmol/L	⇒ Geen actie ⇒ Doorgaan met normale schema voor bloedglucose controle
Licht verhoogd	7 – 10 mmol/L	⇒ Doorgaan met normale schema voor bloedglucose controle ⇒ Als deze waarden regelmatig vóór de maaltijden blijven voorkomen, contact opnemen met het behandelteam voor een herziening van de behandeling
Stijgend	10 – 16,7 mmol/L	⇒ Doorgaan met het controleren van het bloedglucose gehalte vóór de maaltijden, tot < 10 mmol/L ⇒ Indien de glucose blijft stijgen, controleer ketonen in bloed
Hoog**	> 16,7 mmol/L	⇒ Controleer ketonen in bloed ⇒ Doorgaan met het controleren van het bloedglucose gehalte vóór de maaltijden, tot < 10 mmol/L

(* WHO Guidelines ** ADA Guidelines)

DVN

Op deze website kunnen wij u natuurlijk alleen algemene informatie geven over diabetes. Voor specifiekere vragen verwijzen wij u graag door naar de Diabetesvereniging Nederland.

DVN

De DVN (Diabetesvereniging Nederland) behartigt de belangen van alle mensen met diabetes en ondersteunt hen in hun streven een normaal en actief leven te leiden. Daarom organiseert de DVN onder andere schriftelijke en mondelinge cursussen, gespreksavonden en symposia en geeft individuele voorlichting in de breedste zin van het woord.

Meer informatie over de DVN is te vinden op www.dvn.nl, of bel de Diabeteslijn 033 - 463 05 66 die 24 uur per dag bereikbaar is. ('s nachts alleen in noodgevallen)

Links

DVN	www.dvn.nl	Diabetesvereniging Nederland
EADV	www.eadv.nl	Eerste Associatie van Diabetes Verpleegkundigen
Abbott in Nederland	www.abbottlabs.nl	Nederlandse vestiging van Abbott Laboratories
Diabetes Fonds	www.diabetesfonds.nl	Fondswervende instelling die onder meer het wetenschappelijk onderzoek naar diabetes steunt
Nederlandse Diabetes Federatie	www.diabetesfederatie.nl	Website van het overkoepelende orgaan van diabetesorganisaties

Verklarende woordenlijst

Bloedpigment - Rode bloedkleurstof afkomstig uit de rode bloedcellen

Cholesterol - Vetstof nodig voor opbouw van celwand

Complicaties - Bijkomende ziekte / aandoening

Diabetes - Suikerziekte

Eilandjes van Langerhans - Deel van de alvleesklier waar insuline gemaakt wordt

Endocrinoloog - Arts die gespecialiseerd is in hormoonziekten (o.a. diabetes)

Glucagon - Een hormoon dat de bloedglucose verhoogt

Glucose - Een vorm van suiker

Glucosurie - Glucose in de urine

Glycemie - Bloedglucosewaarde

Hba1c - Test in welke mate hemoglobine (rode bloedkleurstof) versuikerd is

Hyperglycemie - Een te hoge bloedglucosewaarde

Hypoglycemie - Een te lage bloedglucosewaarde

Insuline - Hormoon gemaakt door de alvleesklier, wat ervoor zorgt dat suikers uit het bloed door de cellen van onze organen kunnen worden opgenomen

Ketonen - Product dat vrijkomt bij de verbranding van vet

Koolhydraten - Verzamelnaam voor allerlei vormen van suiker, die vaak in glucose kunnen worden omgezet

Pancreas - Alvleesklier

Therapie - Behandeling van ziekten

Triglyceriden - Vetten in het bloed

Opmerkingen Michiel

De Belgische site is veel beter - <http://www.abbottdiabetescare.be/nl/default.aspx>

Analoge langwerkende insuline zijn niet vermeld

De foto van een actieve voedingsdriehoek ontbreekt