Jaarlijks bezoek aan de diëtiste

Een gezonde en gevarieerde voeding is heel belangrijk.
De diëtiste zal je hier in begeleiden.

Contact

centrum endocrinologie/diabetologie
t. 056 63 31 80
campus kennedylaan, route E021

vzw az groeninge
zetel: Pres. Kennedylaan 4 | 8500 Kortrijk
RPR Gent | afdeling Kortrijk | BE 0472 222 625
t. 056 63 63 63 | f. 056 63 63 69 | www.azgroeninge.be
vu: Inge Buyse, Pres. Kennedylaan 4 | 8500 Kortrijk
doc. 56854 – datum

ziekenhuis internationaal erkend door JCI voor veilige zorg en kwaliteit: www.azgroeninge.be/kwaliteit

Preventie van complicaties bij diabetes

Een goede controle van het bloedsuikergehalte

Een goede controle van het bloedsuikergehalte verkleint de kans op complicaties.
Een langdurig verhoogd bloedsuikergehalte brengt schade toe aan de kleine en grote bloedvaten en zenuwen.
Hoe beter het HbA1c geregeld is, hoe minder kans op complicaties.
Voorkomen is de boodschap!

Een gezonde levensstijl

- Een gezonde levensstijl draagt bij tot een goede diabetesregeling.
- Aandacht voor een gezonde en gevarieerde voeding.
- Dagelijkse lichaamsbeweging
- Gewichtscontrole
- Rookstop
- Matig alcoholgebruik

Preventie van complicaties

Nieren

Een eerste symptoom van schade aan de nieren is microalbuminurie (= de aanwezigheid van een kleine hoeveelheid eiwit in de urine).
Een verhoogde bloeddruk veroorzaakt een afname van de filterfunctie van de nieren, waardoor er microalbuminurie ontstaat of aanwezig is.
Een jaarlijks urineonderzoek is nodig om microalbuminurie op te sporen.
Naast een goede glycemieregeling kan een goede bloedrukregeling de schade voorkomen of beperken.

Ogen

Diabetes kan veranderingen t.h.v. netvlies veroorzaken, zonder dat je er hinder van ondervindt.
Een afwijking of woekering van de bloedvaatjes kan een bloeding veroorzaken en in het ergste geval is blindheid mogelijk.

Een jaarlijks oogfundusonderzoek brengt afwijkingen of woekering van bloedvaatjes tijdig aan het licht zodat een aangepaste behandeling (lasertherapie) kan ingesteld worden.

Hart en bloedvaten

Om het risico van hart- en vaataandoeningen te beperken, kan de behandelende arts cholesterolverlagende medicatie, bloeddrukverlagende medicatie en een lage dosis aspirine voorschrijven.
Rookstop is heel belangrijk. Net zoals bloeddrukcontrole en controle van de cholesterol.

Zenuwbanen

Diabetes kan de zenuwbanen aantasten (neuropathieën). Dit leidt tot gevoelsstoornissen.

Voeten

Door beschadiging van de zenuwen kunnen er gevoelsstoornissen ontstaan waardoor een wonde of een blaar niet gevoeld wordt.
Door beschadiging van de bloedvaten genezen voetwonden traag en moeilijk.
De arts onderzoekt de gevoeligheid van de voeten.
Een goede voetverzorging en regelmatige voetcontrole zijn essentieel.

Zwangerschap

Indien een vrouw met diabetes een zwangerschapswens heeft, is het belangrijk dit ruim vooraf te bespreken met de endocrinoloog.

Een ongeplande zwangerschap bij een niet goed geregelde diabetes houdt heel wat risico's in, zowel voor de moeder als voor de baby.

Het is van groot belang dat de diabetes reeds voor de zwangerschap zo goed mogelijk geregeld is. Een goede regeling op het ogenblik van de bevruchting en de eerste weken van de zwangerschap is cruciaal. In de eerste weken, men weet dan vaak nog niet dat men zwanger is, worden immers alle organen van de baby gevormd.

Ook tijdens de verdere zwangerschap is een goede controle en begeleiding noodzakelijk.

Jaarlijkse onderzoeken

Bloedname

Minstens 1x/jaar wordt een algemeen bloedonderzoek uitgevoerd (HbA1c, nierfunctie, lipiden, levertesten, schildkliertesten)
3a4 x / jaar wordt het HbA1c bepaald.

Urineonderzoek

1 x /jaar wordt de urine onderzocht op microalbuminurie.

Oogarts

1 x /jaar een controleonderzoek bij de oogarts.

Voetonderzoek

Min. 1 x /jaar door de endocrinoloog.