

In het kort: Uw eigen rol bij de behandeling van diabetes is heel belangrijk. De huisarts is de hoofdbehandelaar. Samen met de praktijkondersteuner zorgt hij of zij voor een behandelplan en vinden er controles plaats van uw diabetes. De diabetesverpleegkundige van Zorroo kan het behandelteam daarbij helpen. U dient regelmatig naar het laboratorium te gaan voor bloedcontrole en oogonderzoek. Verder kunnen de diëtiste, de fysiotherapeut, de pedicure, de podotherapeut en de apotheker betrokken zijn bij de ondersteuning en zorg voor u en uw diabetes.

Uzelf. Als u diabetes hebt, dan bent u een belangrijke zorgverlener voor uzelf. Uw actieve inzet bepaalt in hoge mate het wel of niet slagen van de behandeling van diabetes. Een gezonde leefstijl is belangrijk. Net als voldoende kennis over de ziekte diabetes. Alle deelnemende zorgverleners zien het als een gezamenlijke taak om u hierin te ondersteunen. Kortom: u staat er niet alleen voor. Voor vragen, voorlichting, hulp en advies aangaande de behandeling van diabetes kunt u altijd terecht bij uw huisarts en/of de praktijkondersteuner.

Uw huisarts is hoofdbehandelaar en eindverantwoordelijk voor uw behandeling. De huisarts voert met de praktijkondersteuner de jaarlijkse controle uit om samen met u het uitgevoerde behandelplan te bespreken en een nieuw behandelplan uit te stippelen. Uw huisarts zal ook aandacht schenken aan eventuele complicaties en aandoeningen die naast diabetes kunnen optreden zoals hart- en vaatziekten.

De praktijkondersteuner ondersteunt u bij de zorg voor uw diabetes in het dagelijks leven en geeft u persoonlijke begeleiding en advies om uw diabetes goed onder controle te krijgen en te houden. Elke drie maanden wordt uw diabetes tijdens het spreekuur gecontroleerd. De praktijkondersteuner bespreekt met u de laboratoriumuitslagen, controleert uw voeten en meet uw bloeddruk, lengte en gewicht. In samenspraak met u en de huisarts kan indien nodig het behandelplan aangepast worden. Daarnaast hebben de praktijkondersteuner en de huisarts regelmatig overleg, zodat de huisarts goed op de hoogte blijft.

De diëtist is deskundig op het gebied van voeding. Voedingsadviezen zijn belangrijk in de behandeling van diabetes. Zeker als er sprake is van overgewicht, maar ook om u goed in te stellen op insuline, of bij andere problemen die met voeding te maken hebben. Binnen een maand nadat bij u de diagnose diabetes is gesteld, krijgt u een afspraak bij de diëtist bij u in de buurt. Hij of zij bespreekt uw voedingspatroon en geeft zo nodig adviezen. De diëtist brengt uw huisarts op de hoogte van de bevindingen. Afhankelijk van uw wensen en problemen zal de huisarts of praktijkondersteuner in samenspraak met u vervolgfafspraken maken met de diëtist. **Zorroo** werkt samen met de diëtisten van Thebe en ABC diëtisten.

Laboratoriumcontrole. Elke drie maanden roept het laboratorium u op voor het controleren van uw bloed. Er wordt onder meer gekeken naar de nuchtere glucose, het

cholesterolgehalte, de lange termijn suiker (HbA1c) en de nierfunctie. Indien nodig kan een extra controle plaatsvinden. Het laboratorium brengt uw huisarts op de hoogte van de uitslagen. Deze worden door de praktijkondersteuner met u besproken tijdens de driemaandelijke controles. Het is dus belangrijk dat u gehoor geeft aan de oproep van het laboratorium. **Zorroo** heeft afspraken gemaakt met twee laboratoria: het laboratorium van het Amphia Ziekenhuis locatie Pasteurlaan en Stichting Huisartsenlaboratorium in Etten-Leur (SHL).

Fundusfoto (netvliesfoto).

Eenmaal per jaar wordt u opgeroepen voor een oogonderzoek. Mensen met diabetes kunnen afwijkingen krijgen aan hun netvlies. Als gevolg van hoge bloedsuikers kan namelijk vaatschade ontstaan. Vaatschade geeft in eerste instantie geen klachten met zien. Het kan dus voorkomen dat u zelf niets opmerkt. Als het in een vroeg stadium wordt ontdekt, is deze schade goed te behandelen.

De fysiotherapeut is deskundig op het gebied van bewegen. Voor patiënten met diabetes is het belangrijk om regelmatig te bewegen. Het kan zijn dat het ook voor u belangrijk is om te bewegen. Om u hierbij te helpen en te ondersteunen, kan de huisarts u verwijzen naar een fysiotherapeut bij u in de buurt. Vaak heeft de fysiotherapeut een speciaal beweegprogramma waarmee u uw conditie kunt verbeteren.

De pedicure. Voor mensen met diabetes is het belangrijk om wondjes aan de voeten te voorkomen, omdat ze vaak moeizaam genezen. Daarom is een goede voetzorg zo belangrijk. Bij de pedicure is vooral nagelzorg en het verwijderen van eelt in goede handen. Uw zorgverzekeraar geeft meestal een vergoeding voor deze zorg, via de aanvullende verzekering.

De podotherapeut. Mensen met diabetes hebben vaak problemen met het gevoel in hun voeten. Ook de doorbloeding in de voeten is soms minder. Dit zijn mogelijke nadelige gevolgen (complicaties) van diabetes. Om dit vroegtijdig te onderkennen worden uw voeten jaarlijks door de praktijkondersteuner of huisarts gecontroleerd. Bij afwijkingen volgt zonnodig een verwijzing naar de podotherapeut.

De diabetesverpleegkundige. **Zorroo** heeft twee diabetesverpleegkundigen in dienst. Zij zijn deskundigen op het gebied van diabetes en zij adviseren en ondersteunen de huisarts en praktijkondersteuner bij het behandelen van patiënten met diabetes.

De apotheker. Bij de apotheker kunt u terecht met vragen over de (bij)werking van medicijnen. Gebruikt u veel medicijnen, dan is het verstandig om jaarlijks een afspraak te hebben met uw apotheker. Ook kunt u bij uw apotheek terecht voor allerlei vragen over diabetes hulpmiddelen als meters, prikpenen, lancetjes enz.



Kwaliteit/verantwoording.

Zorroo heeft afspraken gemaakt met de andere zorgverleners die een bijdrage leveren aan de diabeteszorg. Deze afspraken zijn vastgelegd in een Zorgstandaard van de Nederlandse Diabetes Federatie en de Zorgstandaard van het Nederlandse Huisartsen Genootschap. In deze folder zijn niet alle facetten van diabetes aan bod gekomen en waarschijnlijk zijn nog niet al uw vragen beantwoord. Daarom is het van belang dat u alles wat nog niet helemaal duidelijk is, opschrijft en dit lijstje bij de volgende controle voorlegt aan de praktijkondersteuner of uw huisarts. Als u dat prettig vindt kunt u gerust samen met uw echtgeno(o)t(e), partner of familielid komen.

Als u meer wilt lezen, kunt u ook de volgende sites raadplegen:

- ▶ www.dvn.nl
- ▶ www.diabetes.nl
- ▶ www.kijkopdiabetes.nl
- ▶ www.diep.info
- ▶ www.voedingscentrum.nl
- ▶ www.diabetes2.nl

Voor meer informatie over de zorggroep Regio Oosterhout & Omstreken verwijzen we u naar de website www.zorroo.nl.

Zorroo ondersteunt u met diabetes

U ontvangt deze folder omdat **Zorroo u wil informeren op welke wijze de diabeteszorg in uw regio is georganiseerd. Zodat u precies weet welke zorgverleners een bijdrage leveren aan de behandeling van diabetes.**

Zorroo staat voor Zorggroep Regio Oosterhout & Omstreken. Wij zijn een organisatie die - samen met uw huisarts en andere zorgverleners - de zorg voor patiënten met een chronische ziekte wil optimaliseren. Zodat u een zo gezond mogelijk leven kunt leiden.