

## Diabetes

U bent bij ons opgenomen geweest voor de behandeling van diabetes mellitus. Tijdens een opname in het ziekenhuis gebeurt er veel. In deze brief geven wij u de belangrijkste informatie mee, zodat u die thuis nog eens kunt doorlezen. Wij adviseren u om deze brief mee te nemen bij de bezoeken aan uw huisarts of specialist.

### Wat is diabetes mellitus?

Diabetes mellitus is een chronische stofwisselingsziekte. Doordat het lichaam ongevoelig is (geworden) voor insuline of te weinig insuline aanmaakt, kan glucose in het lichaam niet opgenomen worden en blijft achter in het bloed. Niet opgenomen glucose in bloed zorgt voor een hoge bloedsuikerspiegel. Het opnemen van glucose is o.a. belangrijk voor het omzetten van glucose naar energie. Doordat dit bij diabetes niet gebeurt, kan dit op termijn leiden tot een aantal complicaties zoals oogcomplicaties, nierziekten, complicaties aan de zenuwbanen en hart- en vaatziekten. Diabetes is goed te behandelen, maar niet te genezen.

### Symptomen van (ontregelde) diabetes

- Droge mond
- Wazig zien
- Dorst
- Veel plassen
- Hypo: hartkloppingen, zweten, beven, hoofdpijn en honger
- Hyper: dorst, veel plassen, droge mond, vermoeidheid, zwaar ademen en naar aceton ruikende ademhaling.

### Hypo

Bij een hypo (hypoglykemie) is er sprake van te weinig glucose in het bloed. Dit kan komen omdat er teveel insuline is ingespoten, waardoor het lichaam veel glucose kan opnemen uit het bloed. Ook kan onregelmatig eten zorgen voor een hypo (overslaan van de maaltijd), grote lichamelijke inspanning of een ziekte. Een hypo kan 'behandeld' worden door snel glucose te nuttigen, bijvoorbeeld in de vorm van druivensuiker of limonade.

### Hyper

Bij een hyper (hyperglykemie) is er sprake van teveel suiker in het bloed. Dit kan komen doordat er te weinig insuline wordt gespoten of als er veel suiker is gegeten. Een hyper kan behandeld worden door snel extra insuline of bloedsuikerverlagingsmiddelen te nemen. Neem bij een hyper contact op met een (huis)arts.

### Behandeling bij diabetes

De behandeling bij diabetes bestaat uit een combinatie van:

- Leefstijladviezen
- Gewichtsvermindering
- Bij diabetes type 2: Metforminetabletten, te combineren met andere tabletten die de bloedsuiker verlagen of
- Injecties met zogenaamde GLP1-agonisten, die de bloedsuiker verbeteren en het gewicht kunnen helpen verlagen.
- Insuline-injecties als bovenstaande behandelingen onvoldoende effect hebben. Bij diabetes type 1 wordt direct met insuline gestart.

## Bijwerkingen

De meest voorkomende bijwerkingen van het gebruik van metformine en de GLP1-agonisten injecties zijn klachten aan het maag-darmkanaal, zoals misselijkheid en diarree. De bijwerkingen van insuline zijn hypers of hypo's, al naar gelang de dosering. U kunt daarnaast overgevoeligheidsreacties ontwikkelen, spuitplekken ontwikkelen en wazig zien bij de start van de therapie.

## Adviezen voor uw leefstijl

- Voldoende bewegen, tenminste 30 minuten per dag
- Gevarieerd en gezond eten: weinig snoepen, veel groente en volkorenproducten en weinig zout. Gebruik bij het bakken onverzadigde vetten.
- Stoppen met roken
- Zorg voor een gezond gewicht / afvallen

Voor uw thuismedicatie verwijzen wij u graag naar het actuele medicatie overzicht dat aan u is uitgereikt door de verpleegkundige. Denkt u verder aan eventueel gemaakte vervolgafspraken wat betreft aanvullend onderzoek (zoals bloedafname) en afspraken op de polikliniek?

## Na uw opname

Mocht u na uw opname met de voorgeschreven medicatie geen verbetering merken? Op werkdagen kunt u tussen 10.00 en 11.00 's morgens of 14.00 en 15.00 's middags telefonisch contact opnemen met de diabetesverpleegkundige via 079 – 3462581.

Bent u terug verwezen naar de huisarts of praktijkondersteuner, dan kunt u daar met uw vragen terecht.

Tot slot verwijzen wij u naar de landelijke en regionale bijeenkomsten van de Diabetes Vereniging Nederland.

## Meer informatie

[Diabetesvereniging nederland](http://Diabetesvereniging.nederland)

## Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen van de folder enkele vragen beantwoorden? De vragen vindt u via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Hartelijk bedankt alvast.

### Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

### Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

### Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

### Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

547405102023