

Inhoud

Geïnformeerde toestemming	2
Opstarttraject diabetes (OST)	3
Zorgtraject diabetes (ZTD)	4
Systemen	5
Mijn gegevens	6
Gegevens diabetesteam	7
Mijn afspraak voorbereiden	8
Mijn jaaroverzicht	10
Verklaring gebruikte termen	18
OPSTARTTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners	22
ZORGTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners	24
Meer informatie	27
Nawoord	28

Geïnformeerde toestemming

Mijn diabetesboekje is mijn persoonlijk document waarin ik gegevens over mijn diabetes bijhoud. De informatie is belangrijk voor mijn zorgverleners. De streefwaarden in mijn diabetesboekje zijn afgesproken met mijn diabetesteam. Ik ben zelf verantwoordelijk voor het bijhouden van dit boekje.

Door toestemming te geven, ga ik ermee akkoord dat de zorgverleners die mij behandelen informatie over mijn gezondheid met elkaar delen via dit boekje en/of elektronische netwerken. Daardoor kunnen zorgverleners mij sneller en beter ondersteunen en/of behandelen omdat ze mijn medische voorgeschiedenis kennen.

Voor toestemming:

Handtekening patiënt + datum

Opstarttraject diabetes (OST)

Voor wie?

Als je diabetes type 2 hebt, waarvoor je leefstijladvies volgt en/of bloedsuiker-verlagende pillen neemt.

Start?

Je huisarts vraagt dit elektronisch aan.

Je huisarts maakt voorschriften en verwijsbrieven op voor de nodige begeleiding. Jij neemt zelf contact op met de nodige zorgverleners.

Welke begeleiding?

- **4 educatiesessies per jaar** door:

-  Diabeteseducator (min. 1 sessie bij educator is verplicht)
-  Erkend diëtist
-  Thuisverpleegkundige
-  Apotheker
-  Kinesitherapeut

- **Erkend diëtist:** 2 x 30 min. per jaar.
- **Erkend podoloog:** 2 x 45 min. per jaar (als je een verhoogd voetrisico hebt).
- **Tandarts:** preventief mondonderzoek 1x per jaar.

Recht op zelfcontrolemateriaal?

Nee.

Opvolging?

Je gaat op raadpleging bij de huisarts, 3 à 4 keer per jaar.

Aangepast rijbewijs?

Verplicht, via de huisarts.

Enkel bij een professioneel rijbewijs én als je medicatie aanleiding kan geven tot een hypoglycemie, gebeurt dit via de diabetoloog.

Zorgtraject diabetes (ZTD)

Voor wie?

Als je diabetes type 2 hebt, waarvoor je naast aanpassing van je leefstijl en bloed-suikerverlagende pillen, ook behandeld wordt met een GLP-1-analoog, en/of 1 of 2 insuline-injecties per dag nodig hebt of wanneer je arts een GLP-1-analoog of insuline overweegt.

Start?

Je huisarts verwijst naar de diabetoloog.

Je bezorgt het contract dat door jou, je huisarts en je diabetoloog is ondertekend aan het ziekenfonds. Je ontvangt een goedkeuring.

Je huisarts maakt voorschriften en verwijsbrieven op voor de nodige begeleiding. Jij neemt zelf contact op met de nodige zorgverleners.

Welke begeleiding?



Diabeteseducator: 5 sessies per jaar (bij start 5 extra sessies mogelijk)



Erkend diëtist: 2 x 30 min. per jaar



Erkend podoloog: 2 x 45 min. per jaar (als je een verhoogd voetriscico hebt)



Tandarts: preventief mondonderzoek 1 x per jaar

Recht op zelfcontrolemateriaal?

Ja, enkel voor patiënten die behandeld worden met insuline en/of GLP-1-analogen

- **Bij opstart:** 1 glucosemeter met starterskit (met attest van diabeteseducator én voorschrift van huisarts)
- **Elke 6 maanden:** 3 x 50 glucosetrips, 1 x 100 lancetten (met voorschrift huisarts)
- **Elke 3 jaar:** 1 glucosemeter (met attest van diabeteseducator én voorschrift van de huisarts)

Opvolging?

Je gaat op raadpleging bij de huisarts, min. 2 keer maar liefst 3 à 4 keer per jaar. Je gaat minstens 1 x per 18 maanden (steeds berekend vanaf de startdatum van je ZTD) op raadpleging bij de diabetoloog.

Aangepast rijbewijs?

Verplicht, via de huisarts.

Enkel bij een professioneel rijbewijs én als je medicatie aanleiding kan geven tot een hypoglycemie, gebeurt dit via de diabetoloog.

Systemen

MIJN TRAJECT gestart op:

...../...../.....

...../...../.....

...../...../.....

OPSTARTTRAJECT
DIABETES TYPE 2

ZORGTRAJECT
DIABETES TYPE 2

DIABETES-
CONVENTIE

BEGELEIDING

Jaarlijks heb je recht op een volledige terugbetaling van:

4 educatiesessies/jaar gegeven door een diabeteseducator, diëtist, verpleegkundige, apotheker of kinesitherapeut, waarvan minstens 1 verplicht door diabeteseducator

2 x 30 min/jaar bij erkend diëtist

2 x 45 min/jaar bij erkend podoloog (bij verhoogd voetriscico)

1x per jaar preventieve mondzorg (uitgezonderd een eventueel supplement)

Jaarlijks heb je recht op een volledige terugbetaling van:

5 educatiesessies/jaar gegeven door een diabeteseducator
+ 5 extra educatiesessies in jaar van opstart of kalenderjaar daaropvolgend

2 x 30 min/jaar bij erkend diëtist

2 x 45 min/jaar bij erkend podoloog (bij verhoogd voetriscico)

1x per jaar preventieve mondzorg (uitgezonderd een eventueel supplement)

Jaarlijks heb je recht op een volledige terugbetaling van:

educatie in het ziekenhuis

opvolging in het ziekenhuis door diëtist en verpleegkundige-diabeteseducator, op vraag consultatie bij psycholoog

2 x 45 min/jaar bij erkend podoloog (bij verhoogd voetriscico)

1x per jaar preventieve mondzorg (uitgezonderd een eventueel supplement)

ZELFCONTROLEMATERIAAL

geen zelfcontrolemateriaal

bij behandeling met inspuiting(en) of GLP-1 analoog (ook oraal):
glucosemeter/3 jaar
150 glucosetrips/6 maand
100 lancetten/6 maand

zelfcontrolemateriaal te verkrijgen via het ziekenhuis:
glucosemeter
+ glucosetrips of sensoren

AANVRAAGPROCEDURE

huisarts vraagt dit elektronisch aan

contract éénmalig te ondertekenen door huisarts, diabetoloog en patiënt

jaarlijks contract te ondertekenen met de conventie

Mijn gegevens

Naam:

Adres:

Telefoon:

E-mail:

Geboortedatum:

Spreektaal:

Kleefbriefje
ziekenfonds

Verwittigen in geval van nood:

Naam:

Adres:

Telefoon:

Relatie tot drager van boekje:

Gegevens diabetesteam

HUISARTS Naam   STEMPEL	DIABETOLOOG Naam Ziekenhuis   STEMPEL
DIABETES EDUCATOR Naam   STEMPEL	DIËTIST Naam   STEMPEL
HUISAPOTHEKER Naam   STEMPEL	PODOLOOG Naam   STEMPEL
OOGARTS Naam   STEMPEL	TANDARTS Naam   STEMPEL
VERPLEEGKUNDIGE Naam   STEMPEL	KINESITHERAPEUT Naam   STEMPEL
ANDERE Naam  STEMPEL	ANDERE Naam  STEMPEL

Mijn afspraak voorbereiden

Wat breng je mee?

- **Identiteitskaart**
- **Voorschrift** voor betreffende zorgverlener
- **Recente resultaten** van bloedafname, urineonderzoek en oogarts
- **Medicatielijst:** vraag aan je huisapotheker of je huisarts om je actuele medicatieschema af te drukken. Steek het achteraan in het kaftje.
- Breng gerust een **vertrouwenspersoon of vertegenwoordiger** mee
- Indien van toepassing:
 - Glucosemeter en/of dagboekje
 - Verslag diabetoloog

Noteer hier wat je zeker wil bespreken:

Denk bijvoorbeeld aan:

- **Behandeling:** mogelijkheden, voor- en nadelen
- **Motivatie:** welke veranderingen wil je nemen voor je gezondheid?
- **Klachten:** lichamelijk of psychologisch?
- **Reizen:** attesten, insuline, ...
- **Glucosestrips, lancetten en voorschriften** voor zorgverleners: enkel via de huisarts
- ...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Mijn jaarcontroles

Laat dit invullen door je zorgverlener.

Parameter	Eenheid	Mijn streefdoel
Gewicht	kg	
Bloeddruk	mmHg	
Buikomtrek	cm	
HbA1c	% of mmol/mol	
non-HDL-cholesterol	mg/dl	
LDL-cholesterol	mg/dl	
Triglyceriden	mg/dl	
Nierfunctie eGFR	ml/min/1,73m ²	
Albuminurie	mg/g creat	

Controle			
Oogarts (retinopathie)		 /	retinopathie: JA/NEE
Voetrisico:		 /	0 - 1 - 2 - 3
Tandarts:		 /	
Inspuitplaats:		 /	
Glucosemeter:		 /	
Rijbewijs geldig tot:		 /	

Jaar:

.... /	 /	 /	 /

Levensstijl	
Roken/vapen	 /
Beweging	 /
Voeding	 /
Slaap	 /
Mentaal welzijn	 /
Seksualiteit	 /
Alcohol	 /
Vaccinaties	 /

Mijn jaarcontroles

Laat dit invullen door je zorgverlener.

Parameter	Eenheid	Mijn streefdoel
Gewicht	kg	
Bloeddruk	mmHg	
Buikomtrek	cm	
HbA1c	% of mmol/mol	
non-HDL-cholesterol	mg/dl	
LDL-cholesterol	mg/dl	
Triglyceriden	mg/dl	
Nierfunctie eGFR	ml/min/1,73m ²	
Albuminurie	mg/g creat	

Controle			
Oogarts (retinopathie)		 /	retinopathie: JA/NEE
Voetrisico:		 /	0 - 1 - 2 - 3
Tandarts:		 /	
Inspuitplaats:		 /	
Glucosemeter:		 /	
Rijbewijs geldig tot:		 /	

Jaar:

.... /	 /	 /	 /

Levensstijl	
Roken/vapen	 /
Beweging	 /
Voeding	 /
Slaap	 /
Mentaal welzijn	 /
Seksualiteit	 /
Alcohol	 /
Vaccinaties	 /

Mijn jaarcontroles

Laat dit invullen door je zorgverlener.

Parameter	Eenheid	Mijn streefdoel
Gewicht	kg	
Bloeddruk	mmHg	
Buikomtrek	cm	
HbA1c	% of mmol/mol	
non-HDL-cholesterol	mg/dl	
LDL-cholesterol	mg/dl	
Triglyceriden	mg/dl	
Nierfunctie eGFR	ml/min/1,73m ²	
Albuminurie	mg/g creat	

Controle			
Oogarts (retinopathie)		 /	retinopathie: JA/NEE
Voetrisico:		 /	0 - 1 - 2 - 3
Tandarts:		 /	
Inspuitplaats:		 /	
Glucosemeter:		 /	
Rijbewijs geldig tot:		 /	

Jaar:

.... /	 /	 /	 /

Levensstijl	
Roken/vapen	 /
Beweging	 /
Voeding	 /
Slaap	 /
Mentaal welzijn	 /
Seksualiteit	 /
Alcohol	 /
Vaccinaties	 /

Mijn jaarcontroles

Laat dit invullen door je zorgverlener.

Parameter	Eenheid	Mijn streefdoel
Gewicht	kg	
Bloeddruk	mmHg	
Buikomtrek	cm	
HbA1c	% of mmol/mol	
non-HDL-cholesterol	mg/dl	
LDL-cholesterol	mg/dl	
Triglyceriden	mg/dl	
Nierfunctie eGFR	ml/min/1,73m ²	
Albuminurie	mg/g creat	

Controle			
Oogarts (retinopathie)		 /	retinopathie: JA/NEE
Voetrisico:		 /	0 - 1 - 2 - 3
Tandarts:		 /	
Inspuitplaats:		 /	
Glucosemeter:		 /	
Rijbewijs geldig tot:		 /	

Jaar:

.... /	 /	 /	 /

Levensstijl	
Roken/vapen	 /
Beweging	 /
Voeding	 /
Slaap	 /
Mentaal welzijn	 /
Seksualiteit	 /
Alcohol	 /
Vaccinaties	 /

Verklaring gebruikte termen

Het is van belang dat mensen met diabetes goed geïnformeerd zijn over het voorgestelde behandelingsplan en over de resultaten van de (regelmatig terugkerende) onderzoeken. De onderwerpen die regelmatig aan bod komen, worden hieronder toegelicht. Spreek met je arts je streefwaarde af voor de hieronder vermelde bepalingen, zoals bloeddruk, bloedglucose, HbA1c, cholesterol en triglyceriden, voeding en voetzicht.

Voor een goede diabetesbehandeling

Je hebt minder kans op complicaties van diabetes wanneer je:

- voldoende beweegt
- een gezond gewicht hebt
- gezond eet
- jouw diabetes goed onder controle hebt
- cholesterolwaarden goed zijn
- een bloeddruk hebt binnen de streefwaarde
- voldoende slaapt
- geen of slechts matig alcohol consumeert
- niet rookt of vapet
- aandacht hebt voor je mentale welzijn

Oogproblemen, nierlijden, zenuwaantastingen en hart- en vaatziekten zijn mogelijke (diabetes)complicaties.

Bloeddruk

Een verhoogde bloeddruk is niet altijd vermijdbaar, maar is wel een controleerbare risicofactor. Voor het behandelen van de bloeddruk is het vaak nodig meerdere medicijnen te combineren.

Bloedglucose of bloedsuiker

Er bevindt zich altijd glucose (=suiker) in je bloed. Glucose levert aan onze lichaamscellen energie. De hoeveelheid bloedglucose wordt binnen bepaalde grenzen gehouden door o.a. het hormoon insuline. De streefwaarden kunnen aangepast worden in functie van je leeftijd.

Cholesterol

Cholesterol is een vetachtige stof die in je lichaam voorkomt. Het is een bouwstof voor cellen en hormonen. Een verhoogd cholesterolgehalte vergroot de kans op hart- en vaatziekten. Binnen de cholesterolwaarden maakt men onderscheid tussen HDL-cholesterol (= goede) en non-HDL-cholesterol, waaronder LDL-cholesterol (= slechte). Een te hoog non-HDL en LDL-cholesterolgehalte kan leiden tot beschadiging van de bloedvatwand.

Diabeteseducator

Een diabeteseducator is meestal een verpleegkundige, diëtist of podoloog. Deze persoon geeft meer uitleg over de verschillende aspecten van diabetes: gebruik glucosemeter aanleren, aanleren inspuittechnieken, ...

Eerstelijnszorg

Eerstelijnszorg is de zorg waarvan iedereen gebruik kan maken zonder verwijzing zoals een huisarts, thuisverpleging, tandarts, ...

Gewicht

Een goed gewicht is belangrijk voor een goede gezondheid. Bij overgewicht geeft een vermagering van 5 à 10 % van je lichaamsgewicht vaak al een sterke verbetering van je bloedglucoseregeling en van je risico op diabetescomplicaties.

Leg samen met je arts je streefgewicht vast. Het is belangrijk dat je dit gewicht probeert te bereiken maar ook tracht te behouden.

HbA1c

Als je diabetes hebt, wordt af en toe het HbA1c-gehalte in je bloed bepaald. HbA1c is een maatstaf voor de gemiddelde bloedglucose van de voorgaande 2 à 3 maanden. De afkorting staat voor Hemoglobine A1c. Een lage waarde staat voor een goede regeling.

Lichaamsbeweging



Regelmatige lichaamsbeweging is een belangrijk deel van elke diabetesbehandeling. Het helpt de bloedsuikerspiegel te verlagen en heeft ook een positieve invloed op o.a. cholesterol, bloeddruk, bloedvaten, mentaal welzijn en uithoudingsvermogen. Vele zorgverleners kunnen je doorverwijzen naar een Bewegen Op Verwijzing-coach (kijk op <https://www.bewegenopverwijzing.be>). Samen met de coach maak je een beweegplan dat helemaal past bij jouw dagelijkse leven.

Je arts kan je verwijzen naar een KineCoach® (kijk op <https://www.kinecoach.net>). Aan de hand van metingen en evaluaties zal de KineCoach® je individueel ondersteunen en je beweegplan optimaliseren om gezond (en/of therapeutisch) te bewegen.

Risico op hart- en vaatziekten

Om het hoge risico op hart- en vaatziekten bij diabetes te verminderen, volstaat het niet om alleen de bloedglucose te corrigeren. Alles wat de bloedvaten sneller doet verstopen moet worden aangepakt: onder andere roken, hoge bloeddruk en hoge cholesterol en triglyceriden.

Triglyceriden

Triglyceriden zijn vetten die voornamelijk dienen voor het leveren van energie en komen vooral uit de voeding. Triglyceriden zijn ook nodig voor een goede gezondheid. Maar een teveel kan schadelijk zijn.

Vertrouwenspersoon/vertegenwoordiger

Een vertrouwenspersoon is een familielid, vriend of een ander persoon die door jou is aangewezen om je bij te staan bij medische aangelegenheden. Een vertegenwoordiger oefent in jouw plaats je rechten uit als je daar zelf niet meer toe in staat bent.

Voeding



Een gezonde voeding is zeer belangrijk binnen een diabetesbehandeling. Het is de basispijler waarop andere behandelingen steunen. De medicatie zal immers niet het gewenste effect hebben zonder aangepaste voeding. Als je diabetes hebt, is er wel extra aandacht nodig voor koolhydraten, vetten en voedingsvezels. Daarnaast is het ook belangrijk dat de voeding niet meer energie aanbrengt dan je nodig hebt om je gewicht onder controle te houden. Vaak zijn kleine, eenvoudige aanpassingen in je huidige voedingspatroon al voldoende om het gewenste doel te bereiken. Een diëtist kan je hierbij zeker helpen.

Zelfcontrole materiaal

Enkel indien je een zorgtraject diabetes hebt én wordt behandeld met insuline of een incretinemimeticum heb je recht op gratis zelfzorgmateriaal. Om de 3 jaar kan je een glucosemeter krijgen en per 6 maanden krijg je 150 glucosestrips en 100 lancetten. Je krijgt dit via de apotheker of thuiszorgwinkel.

Indien je toch een glucosemeter wil, maar nog niet behandeld wordt met insuline of een incretinemimeticum, bespreek dit dan met je arts.

Verwikkelingen vroegtijdig opsporen

Het is belangrijk om verwikkelingen vroegtijdig op te sporen. Dat kan door minstens jaarlijks enkele eenvoudige onderzoeken te ondergaan. Met de volgende zaken houdt je zorgverlener rekening:

Albuminurie

Albuminurie betekent het uitscheiden van albumine (=eiwitten) in de urine. Een verhoogde albuminurie wijst op schade ter hoogte van de nier ten gevolge van diabetes.

Berekende klaring (=eGFR)

De mate waarin de nier in staat is het bloed te zuiveren.

Neuropathie

Door een te hoge bloedglucosespiegel kunnen zenuwbanen worden beschadigd en dit noemt men neuropathie.

Ogen



Als gevolg van diabetes kunnen afwijkingen aan het netvlies ontstaan die mogelijk leiden tot een verminderd zicht. Jammer genoeg merkt men dit pas als de oogschade al ver gevorderd is en mogelijk niet meer volledig kan behandeld worden. Daarom zijn preventieve oogcontroles zeer belangrijk. Je gaat dus best 1 x per jaar naar een oogarts.

Opgelet: de oogarts kan druppels gebruiken waarvan je pupil verwijdt. Mogelijks zie je enkele uren wazig. Rijd niet zelf met de wagen.

Retinopathie

Retinopathie is een aandoening waarbij de kleine bloedvaatjes in het netvlies beschadigd raken. Het netvlies is de lichtgevoelige laag achter in je oog die helpt om je zicht/beeld te vormen. Deze aantasting komt vaker voor bij slecht geregelde diabetes.

Roken/Vapen



Roken/vapen tast de bloedvaten aan en vergroot zo je risico op hart- en vaatziekten.

(in)Spuitsplaatsen

Voor een goede opname van insuline of een incretinemimeticum via een injectie is het belangrijk om de injectie op de juiste manier uit te voeren. Een onderhuidse (subcutane) injectie is het meest geschikt, en de aanbevolen plaatsen zijn je buik of je dijbenen. Te vaak op dezelfde plaats injecteren, hergebruik van pennaalden of niet op de juiste manier injecteren, kan leiden tot een zeer wisselende opname van insuline. Daardoor krijg je onverklaarbare schommelingen in je bloedglucose.

Tandarts voor controle mondzorg



Een goede mondzorg is belangrijk. Mensen met diabetes krijgen sneller problemen in de mond omdat hun afweer minder goed werkt. Daarnaast kunnen ontstekingen ook een directe invloed hebben op een goede controle van je diabetes. Dat geldt ook voor mensen met een volledig kunstgebit. Een regelmatige mondcontrole (min. 1 x per jaar) is daarom belangrijk.

Voeten/voetrisico



De voeten zijn bij langer bestaande diabetes erg kwetsbaar door de veranderingen van bloedvaten en zenuwen. Je gevoeligheid kan verminderd zijn. Hierdoor merk je de wondjes soms te laat op. Een jaarlijkse voetcontrole en goede voetverzorging kunnen helpen om voetwonden te voorkomen. Hiervoor kan je een erkende podoloog consulteren.

OPSTARTTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners

Educatie in kader van opstarttraject

4 educatiesessies/jaar, waarvan minstens 1 verplicht door een diabeteseducator
 Educatieverstrekker ontvangt voorschrift van GMD-houder met vermelding
 individueel (I) of groep (G).

: diabeteseducator : diëtist : apotheker : kinesitherapeut : thuisverpleegkundige

De educatieverstrekker zet achter de ingevulde datum een kruisje bij zijn discipline.

Jaar:	Init.						I/G
sessie 1:							
sessie 2:							
sessie 3:							
sessie 4:							

Jaar:	Init.						I/G
sessie 1:							
sessie 2:							
sessie 3:							
sessie 4:							

Jaar:	Init.						I/G
sessie 1:							
sessie 2:							
sessie 3:							
sessie 4:							

Jaar:	Init.						I/G
sessie 1:							
sessie 2:							
sessie 3:							
sessie 4:							

OPSTARTTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners

Diëtist

Ontvangt voorschrift van GMD-houder
 voor 2x30 min./jaar

Jaar:	Consult 1	Init.	Consult 2	Init.
.....				
.....				
.....				
.....				

Podoloog

Ontvangt voorschrift van GMD-houder
 voor 2x45 min./jaar vanaf voetriscico 1

Jaar:	Consult 1	Init.	Consult 2	Init.
.....				
.....				
.....				
.....				

Tandarts

1x per jaar preventieve mondzorg

Jaar:	Consult	Init.
.....		
.....		
.....		
.....		

*Init. = Initialen

ZORGTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners

Huisarts



Jaar:	Consult 1	Init.	Consult 2	Init.	Consult 3	Init.
.....	.../.../.....		.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....		.../.../.....	

Diabetoloog



Ziet je minstens 1 keer per 18 maanden,
telkens vanaf de startdatum van het contract

Jaar:	Consult	Init.
.....	.../.../.....	
.....	.../.../.....	
.....	.../.../.....	
.....	.../.../.....	

Diabeteseducator



- In **eerste lijn** = doorverwijzing via de huisarts (zie p.25)
- Soms beslist uw arts dat de educatie **in het ziekenhuis** doorgaat (zie p.26)

*Init. = Initialen

ZORGTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners

Diabeteseducator in de eerste lijn



Ontvangt voorschrift van GMD-houder met vermelding van het aantal sessies.
Diabeteseducator vermeldt of de sessie individueel (I), aan huis (H) of in groep (G) is.

Jaar:	1	2	3	4	5
	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....
I, H of G:					
Initialen:					

Jaar:	1	2	3	4	5
	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....
I, H of G:					
Initialen:					

Jaar:	1	2	3	4	5
	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....
I, H of G:					
Initialen:					

Jaar:	1	2	3	4	5
	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....
I, H of G:					
Initialen:					

Enkel in jaar 1 of jaar 2: max. 5 extra sessies mogelijk

Jaar:	1	2	3	4	5
	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....	.../.../.....
I, H of G:					

ZORGTRAJECT - contacten met mijn zorgverleners

Diëtist



Ontvangt voorschrift van GMD-houder voor 2x30 min./jaar

Jaar:	Consult 1	Init.	Consult 2	Init.
.....	.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....	

Podoloog



Ontvangt voorschrift van GMD-houder voor 2x45 min./jaar vanaf voetrisko 1

Jaar:	Consult 1	Init.	Consult 2	Init.
.....	.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....	
.....	.../.../.....		.../.../.....	

Tandarts



1x per jaar preventieve mondzorg

Jaar:	Consult	Init.
.....	.../.../.....	
.....	.../.../.....	
.....	.../.../.....	
.....	.../.../.....	

Diabeteseducator in het ziekenhuis



Ontvangt voorschrift van de GMD-houder en vermeldt de datum van de start van het jaarforfait:

Datum	Init.	Datum	Init.	Datum	Init.	Datum	Init.
.../.../.....		.../.../.....		.../.../.....		.../.../.....	

Meer informatie

- www.desocialekaart.be
- www.diabetes.be
- www.gezondleven.be
- www.domusmedica.be
- www.diep.info (filmpjes)
- www.dietistennoordantwerpen.be
- www.kava.be
- www.kinecoach.net
- www.bewegenopverwijzing.be
- www.podologie.be
- www.azklina.be
- www.zas.be
- www.zorgtraject.be
- www.elznoord.be



= website eerstelijnszone Noord Antwerpen



Nawoord

Dit boekje is een initiatief van de werkgroep diabetes uit Eerstelijnszone Noord Antwerpen en heeft als doel om belangrijke gegevens over jouw diabetes bij te houden en te delen met jouw zorgverleners. De informatie die je erin noteert, is essentieel voor een goede behandeling van je diabetes. Het helpt je zorgverleners om je situatie goed te begrijpen. Het is een eerste stap naar het verbeteren van je gezondheid en het creëren van een goede samenwerking tussen jou en je zorgteam. Daarom is het belangrijk dat je dit boekje meeneemt naar elk bezoek bij een zorgverlener.

Dit boekje is tot stand gekomen door de gezamenlijke inspanningen van vele zorgprofessionals en betrokkenen. De werkgroep diabetes van Eerstelijnszone Noord Antwerpen bestaat uit een diverse groep van lokale zorgverleners, waaronder huisartsen, diabetoloog van ZAS Palfijn, verpleegkundigen, diëtisten, kinesitherapeut, psycholoog, podoloog, apotheker en diabeteseducatoren. Daarnaast was er ook medewerking van een zorgpartner van een thuiszorgorganisatie en een vertegenwoordiger van de Diabetes Liga, die ook zelf diabetes heeft.

De leden van de werkgroep hebben intensief samengewerkt aan de inhoud en vormgeving van dit boekje en zijn dan ook verheugd de 2^{de} versie vanaf februari 2025 met jou te kunnen delen.

Eerstelijnszone Noord Antwerpen bestaat uit volgende regio:



We hopen dat dit boekje een waardevolle hulp voor je zal zijn in je dagelijkse omgang met diabetes.

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze ook zonder voorafgaandelijke schriftelijke toestemming van de uitgever.

© Februari 2025 Verantwoordelijke uitgever:

Sandra Aernouts, vzw Eerstelijnszone Noord Antwerpen,
Terlindenhofstraat 36, 2170 Antwerpen-Merksem.