



# Diabetespolikliniek

Diabetes (ook wel suikerziekte genoemd) is een chronische ziekte die nog niet te genezen is. Het is een ziekte die ingrijpende gevolgen op uw hele leven heeft. Bij Gelre ziekenhuizen werkt een gespecialiseerd team dat u daarbij kan helpen. In deze folder kunt u lezen wat de diabetespolikliniek u te bieden heeft, als u net diabetes heeft of wanneer u opnieuw wordt verwezen.

Om u als diabetespatiënt zo goed mogelijk te leren omgaan met diabetes, werken we samen in een speciaal team. Dit diabetesteam bestaat uit internisten, verpleegkundig specialisten diabetes, diabetesverpleegkundigen, diëtisten en een psycholoog. Daarnaast zal de oogarts u regelmatig controleren en verwijzen wij u zo nodig door naar de vaatchirurg. Zo proberen wij zoveel mogelijk zorg op maat te leveren.

## Hoe verloopt uw eerste polikliniekbezoek?

Bij uw eerste bezoek doet de internist of verpleegkundig specialist diabetes een uitgebreide intake en lichamelijk onderzoek. De internist stelt de diagnose. Hij of zij doet een voorstel met welke behandeling u kunt starten of welke aanpassing nodig is voor de al ingezette therapie. Vervolgens krijgt u een afspraak bij de diabetesverpleegkundige en vaak ook bij de diëtist.

## Hoe verloopt uw controlebezoek ?

De specialist en ook de diabetesverpleegkundige en/of diëtist controleren u regelmatig. U krijgt van het diabetesteam uitleg over de ziekte. Ook krijgt u algemene adviezen. Daarnaast kunt u eventuele problemen bespreken. Op grond van de onderzoeksuitslagen starten wij in overleg met u de behandeling of passen deze aan.

Als basis geldt dat u 4 x per jaar (elk kwartaal) voor diabetescontrole naar de polikliniek interne geneeskunde komt. U ziet dan:

- 2 x per jaar de internist;
- 1 x per jaar de diabetesverpleegkundige;
- 1 x per jaar zo nodig de diëtist.

Voor iedere controle door de internist of diabetesverpleegkundige laat u bloed prikken. Wilt u daarom 1 week voor uw afspraak naar ons laboratorium gaan om bloed te laten prikken? De uitslag bespreken we met u tijdens uw controlebezoek.

### Meenemen

Bij elk bezoek aan de diabetespolikliniek is het belangrijk dat u het volgende meeneemt:

- uw diabetesdagboekje en glucosemeter;
- uw insulinepennen;
- zo nodig voor de afspraak een upload van uw pomp- of glucosemeter maken.



## Het diabetesteam

### Internist

De internist bespreekt met u de uitslagen van bloed- (o.a. glucose, vetspectrum ofwel cholesterol, HbA1C), urine- en andere onderzoeken. Verder meet hij of zij uw bloeddruk en gewicht en doet zo nodig een uitgebreider lichamelijk onderzoek. Op grond van de uitslagen start de internist in overleg met u de behandeling of past deze aan. Hij of zij schrijft recepten voor en verwijst u door naar de andere zorgverleners uit het diabetesteam of soms naar andere specialisten (zie verderop in deze folder).

### Diabetesverpleegkundige

Bij de diabetesverpleegkundige bespreekt u onderwerpen zoals de gevolgen van diabetes op uw dagelijks leven en hoe u daar mee om gaat en kunt gaan. De diabetesverpleegkundige geeft u informatie en advies over tal van onderwerpen die samenhangen met uw ziekte, zoals:

- geven van voorlichting en uitleg over materialen;
- aanleren van zelfcontrole en instellen op insuline;
- omgaan met bijzondere situaties zoals ziekte, onderzoeken, vakantie, sport, feestjes;
- bespreken van nieuwe ontwikkelingen;
- lichamelijk onderzoek voor spuitplaatsen en voetcontrole.

De diabetesverpleegkundigen zijn voor u bereikbaar per telefoon of via de Beter Dichtbij app bij vragen en voor overleg.

### Diëtist

Als onderdeel van het behandelplan kan de internist u doorverwijzen naar een diëtist. De diëtist geeft u voedings- en leefstijladviezen zoals:

- gezonde voeding bij diabetes, zoals een koolhydraatbeperkt of mediterraan voedingspatroon;
- wat zijn koolhydraten, het leren variëren met koolhydraten, suikergebruik;
- vetgebruik;
- gezond gewicht;
- omgaan met bijzondere situaties zoals ziekte, onderzoeken, vakantie, sport, feestjes;

De diëtist maakt veel gebruik van voorlichtingsmateriaal en folders. Over voeding en diabetes is voorlichtingsmateriaal beschikbaar zoals over:

- gezonde voeding bij diabetes;
- koolhydraatbeperkte voedingspatronen;
- medicatie;
- hypo's en hypers;
- sport en beweging;
- zoetstoffen;
- en complicaties.



## Voedingsdagboek

Het kan zijn dat u advies krijgt om vóór uw bezoek aan de diëtist van het diabetesteam een voedingsdagboek in te vullen gedurende 5 tot 7 dagen. Hierin noteert u:

- wat u heeft gegeten;
- het gewicht van het voedingsmiddel en de hoeveelheid koolhydraten;
- uw bloedglucosewaarde;
- de hoeveelheid insuline en/of tabletten;
- uw extra beweging/spanning/ziekte.

Download het voedingsdagboek en de koolhydratenvariatietafel via:

[www.gelreziekenhuizen.nl/Diabetes-informatie](http://www.gelreziekenhuizen.nl/Diabetes-informatie). Vul het voedingsdagboek (digitaal) in en neem het mee naar uw consult.

## Overige zorgverleners

Behalve de genoemde deskundigen uit het diabetesteam, zijn er nog andere zorgverleners die een belangrijke rol kunnen spelen in uw zorgtraject. Dit zijn o.a. de oogarts, de podo(voet)-therapeut, de pedicure en de psycholoog. Het diabetesteam kan u hierover uitleg geven en u zo nodig verwijzen.

## Afspraken

Voor het maken of verzetten van afspraken neemt u contact op met:

- Polikliniek interne geneeskunde
- maandag t/m vrijdag van 9.00 – 10.00 en 14.00 – 15.00 uur
- Tel. 055- 581 81 63 (toets 1 voor het maken of wijzigen van een afspraak)

## Vragen?

### Diabetesverpleegkundigen

- Telefonisch spreekuur: maandag t/m vrijdag
- van 11.00 – 12.00 uur
- Tel. 055 - 581 81 84

### Diëtisten

- Telefonisch spreekuur: maandag en donderdag
- van 11.30 - 12.00 uur
- Tel. 055 - 581 80 81