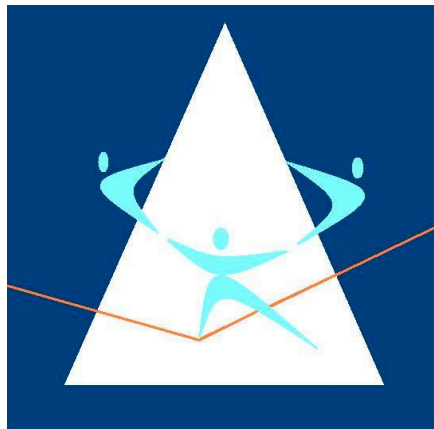


DIABETESCENTRU M



KLINIEK SINT-JAN

Multidisciplinair
behandelcentrum voor personen
met diabetes



Mevrouw,
Juffrouw,
Mijnheer,

Welkom in het Diabetescentrum van de Kliniek Sint-Jan. Wij zijn een multidisciplinair behandelcentrum voor personen met diabetes.

Diabetes is een verzamelnaam voor een geheel van stofwisselingsstoornissen. Een vroegtijdige diagnose, een correcte behandeling en een regelmatige opvolging zijn belangrijk om acute en chronische complicaties te voorkomen. In het Diabetescentrum van de Kliniek Sint-Jan staan professionals steeds tot uw dienst om u bij uw diabetesbehandeling te helpen.

Centraal in een goede behandeling van diabetes staat het streven naar een optimale levenskwaliteit. Samen met uw huisarts zal het Diabetescentrum van de Kliniek Sint-Jan u begeleiden om deze uitdaging aan te gaan.

Ten einde al uw contacten met het Diabetescentrum vlot te laten verlopen, vragen we u deze persoonlijke informatiemap aandachtig door te nemen en de vragenlijsten correct in te vullen. Vraag hierbij, indien nodig, hulp van uw huisarts.

Deze informatiemap kunt u ook gebruiken om al uw gegevens met betrekking tot uw behandeling van diabetes te verzamelen. Breng deze map mee, telkens u een afspraak heeft in het Diabetescentrum of met uw huisarts.

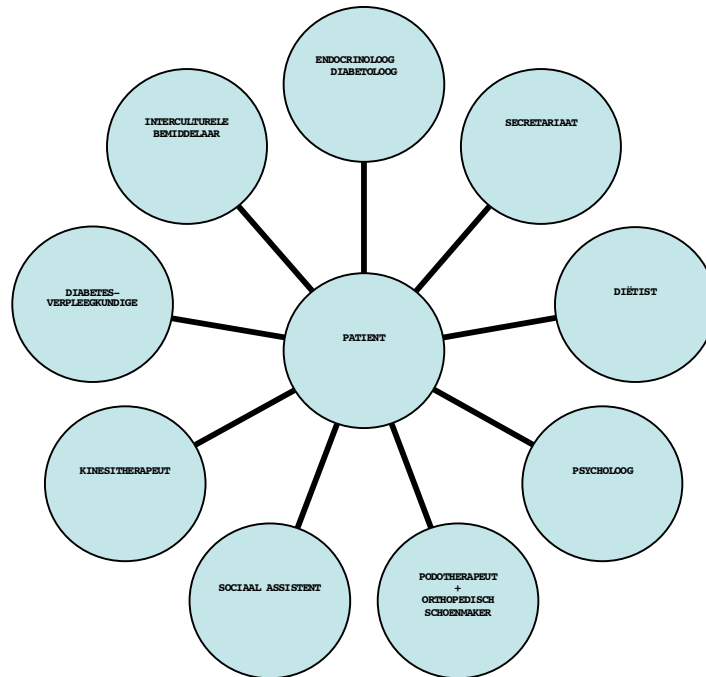
Wij staan steeds tot uw dienst om al uw vragen in verband met diabetes te behandelen.

Vriendelijke groeten,

Namens het voltallige diabetesteam
Diabetescentrum Kliniek Sint-Jan



VOORSTELLING & WERKING VAN HET DIABETESCENTRUM



Iedere afspraak met een zorgverstreker van het Diabetescentrum van de Kliniek Sint-Jan gebeurt via het secretariaat van het centrum dat van 8u00 tot 17u00 telefonisch bereikbaar is op het nummer 02 221 96 55.

In samenspraak met de diabetoloog van het Diabetescentrum zal een strategie voor uw behandeling worden uitgewerkt. Ter ondersteuning van uw behandeling zal de diabetoloog u, indien nodig, vragen een afspraak te maken met andere zorgverstrekkers van het Diabetescentrum.

Na iedere raadpleging met de diabetoloog wordt een verslag naar uw huisarts gestuurd.



UW ACTIEVE INBRENG & ONZE ONDERSTEUNING

Diabetes is een aandoening met vele gezichten. De behandeling stopt niet met het innemen van een geneesmiddel. Om tot goede resultaten te komen is **uw actieve deelname** in de behandeling onontbeerlijk.

Belangrijk is te streven naar **een gezonde manier van leven**. "Simpel toch!", denkt u. Toch merken we in de praktijk dat de overgang van het voornemen "ik zal voortaan..." en de praktijk "ik doe het..." bij menig een personen met diabetes niet altijd zo vlot verloopt. Als dat bij u ook het geval is, dan kunt u rekenen op **onze ondersteuning**. Het diabetesteam van de Kliniek Sint-Jan kan u dat broodnodige duwtje in de goede richting geven. In ons Diabetescentrum staat een multidisciplinair team met specialisten, ieder op zijn terrein, voor u klaar om u hierbij te helpen.

Wie zijn die specialisten en wat kunnen ze voor u betekenen?

De diabetesverpleegkundige:

Deze verpleegkundige helpt u aan nuttige informatie, geeft instructies en materiaal en begeleidt u bij het diabetes zijn. U kunt bij hem terecht met onder meer volgende vragen:

- ✦ Hoe meet ik een glycemie en wat doe ik met het resultaat?
- ✦ Insuline: hoe werkt mijn insuline en waar let ik op bij een inspuiting?
- ✦ Hoe organiseer ik de terugbetaling van het materiaal en de raadpleging?

De diabetesdiëtiste:

De diabetesdiëtiste is gespecialiseerd in de voeding van personen met diabetes. Bij deze diëtiste kunt u terecht met al uw vragen over de juiste voeding:

- ✦ Wat mag ik eten?
- ✦ Hoeveel suikers bevat mijn voeding?
- ✦ Kunt u me helpen mijn gewicht op peil te houden?

De podotherapeut of podoloog:

Bij diabetes is het van belang uw voeten goed te verzorgen. De podoloog vertelt u hoe u dit het beste aanpakt:

- ✦ Wat doe ik tegen de vorming van eelt?
- ✦ Hoe verzorg ik zelf optimaal mijn voeten?
- ✦ Voetschimmel, een wondje, ingroeinagels, een eksteroog...wat nu?



De orthopedische schoenmaker:

Specifieke voetproblemen steken bij diabetes vaak de kop op. De orthopedische schoenmaker helpt u wanneer u met volgende vragen zit:

- ✦ Hoe vind ik de juiste schoenen voor mijn voeten?
- ✦ Door een vervorming aan mijn voet heb ik aangepaste zolen nodig: wie kan mij hierbij helpen?
- ✦ Hoe organiseer ik de terugbetaling van prothesen, aangepaste schoenen of zolen?

De kinesitherapeut:

Beweging heeft een gunstige invloed op de behandeling van diabetes. De kinesitherapeut kan voor u een aangepast bewegingsschema uitwerken:

- ✦ Hoe kan ik méér bewegen als ik zelf geen 'sport' meer kan doen?
- ✦ Welk niveau van inspanning geeft mij een optimaal gezondheidseffect?
- ✦ Hoe blijf ik gemotiveerd om regelmatig te bewegen?

De psycholoog:

Diabetes kan een grote impact hebben op uw gevoelsleven. De psycholoog helpt u om eventuele problemen beter aan te pakken:

- ✦ Voelt u zich kwaad, angstig, triest of gedeprimeerd sinds u weet dat u diabetes hebt? Kunt u met die gevoelens nergens terecht?
- ✦ Bent u uw vrijheid en autonomie verloren? Hoe kunt u best deze nieuwe situatie aanvaarden en combineren met uw dagelijks leven?
- ✦ Wilt u graag stoppen met roken?

De sociale assistent:

- ✦ Hoe kom ik terug in regel met mijn mutualiteit?
- ✦ Wie helpt mij wegwijs in het kluwen van ondersteunende instanties?
- ✦ Hoe kan ik met mijn beperkte middelen alles betalen en is een aanvullende ziekteverzekering nuttig?



DOEL VAN DE BEHANDELING

Diabetes kan niet genezen. De behandeling is daarom gericht op het voorkomen of het beperken van mogelijke complicaties. Vandaar dat niet alleen uw bloedsuiker regelmatig wordt gecontroleerd maar ook uw bloeddruk, gewicht, vetmetabolisme, rookgewoonten, lichaamsbeweging...

De behandeling wordt steeds aangepast aan uw behoeften. Hierbij trachten we onderstaande doelstellingen te realiseren (afhankelijk van begeleidende aandoeningen):

- HbA1c < 7%
- Glycemie: vóór maaltijd 80 – 130 mg/dl en 1 tot 2 uur na maaltijd < 180 mg/dl
- Totale cholesterol < 190 mg/dl
- LDL cholesterol < 100 mg/dl
- Triglyceriden < 150 mg/dl
- Bloeddruk < 130/80 mmHg
- Gewicht: indien BMI > 25, 5 à 10% gewichtsverlies t.o.v. het initiële gewicht
- Stoppen met roken
- Matige fysieke activiteit gedurende tenminste 30 à 45 min./dag
- Acute en chronische complicaties tot een minimum reduceren
- Zelfredzaamheid behouden
- Algemeen welbevinden nastreven

ONDERZOEKEN

Om uw behandeling te kunnen optimaliseren, worden een aantal standaardonderzoeken aangevraagd:

- Vóór iedere afspraak met de endocrinoloog: bloedafname
- Jaarlijks: volledig labo inclusief 24-uurs urine collectie
- Jaarlijks: oogfundusonderzoek door de oogarts

Kliniek St. Jan
Kruidtuinlaan 32
1000 Brussel

E-mail: diabetescentrum@klstjan.be
www.klstjan.be

6

DIABETESCENTRUM
Afspraken op 02 221 96 55



- Regelmatige evaluatie van het voetrisico
- Indien nodig: raadpleging cardiologie, bloedvaten, neurologie

PRAKTISCHE TIPS

ALGEMEEN:

- } Vraag uw huisarts een 'Globaal Medisch Dossier' op te maken en een 'Diabetespas' aan te vragen (zie bijlage).
- } Laat uw huisarts regelmatig uw diabetespas invullen.
- } Vraag uw huisarts uw medicatielijst te vervolledigen (naam, dosis en innamefrequentie).
- } Breng bij elke afspraak steeds uw SIS- en identiteitskaart mee.
- } Geef tijdig veranderingen van adres en telefoonnummer (GSM) door.
- } Breng bij elke afspraak **deze patiëntenmap, uw glycemiemeter, diabetespas en diabetesdagboek** mee.
- } Vergeet uw leesbril niet.
- } Zet uw GSM uit vóór iedere raadpleging.
- } **Waarschuw tijdig indien u uw afspraak niet kunt nakomen.** Het diabetescentrum werkt met een afsprakensysteem. Deze afspraken kunt u via het secretariaat, ter plaatse of telefonisch, regelen. Wij verbinden er ons toe deze afspraken correct op te volgen. Bij een eventuele wijziging, zullen wij u tijdig telefonisch verwittigen. Wij verwachten van u eenzelfde correcte houding. Indien u een afspraak, zonder vooraf te verwittigen, niet nakomt, zullen we u hiervoor **administratieve kosten** aanrekenen.
- } Indien u geen Nederlands, Frans of Engels spreekt, kunt u zich laten begeleiden door een interculturele bemiddelaar. Vraag hiernaar op het moment dat u een afspraak regelt.

BIJ DE DIABETOLOOG:

- } Meldt u eerst aan bij het secretariaat.
- } Kleedt u licht en draag schoenen en sokken die u makkelijk kunt uittrekken.
- } Bereidt u zo goed mogelijk voor op het gesprek. Maak vooraf een lijstje met uw eventuele vragen, de belangrijkste veranderingen in uw ziektebeeld, ervaren problemen, medicatievoorschriften, attestaanvragen...



- | Laat een bloed- en urineanalyse uitvoeren één week voor iedere afspraak.
- | Meldt iedere verandering in uw medicatieschema.
- | Betaling van de consultatie gebeurt cash ter plaatse. Er is geen bankcontact of proton.

BIJ DE DIABETESVERPLEEGKUNDIGE

- | Bel voor een afspraak met het secretariaat, liefst minimum 10 dagen op voorhand.
- | Breng ook uw insulinepen mee.
- | Denk er aan dat uw voeten gecontroleerd worden.
- | Kom bij een eerste afspraak samen met een familielid of vriend. Voorzie dat deze afspraak 1u30 kan duren.

BIJ DE DIËTISTE

- | Bel voor een afspraak met het secretariaat, liefst 2 weken op voorhand.
- | Noteer de laatste 3 dagen voor uw afspraak alles wat u eet en drinkt. Deze lijst dient als vertrekbasis voor het gesprek.
- | Betaling gebeurt ter plaatse. Er is geen bankcontact of proton.

BIJ DE PODOTHERAPEUT

- | Bel voor een afspraak met het secretariaat, liefst 2 weken op voorhand.
- | Bereidt u voor: * neem een voetbad
 - * draag sokken die u makkelijk kunt uittrekken
 - * stel een lijstje op met eventuele vragen
- | Doe de schoenen aan die u dagelijks draagt.
- | Meldt het gebruik van een bloedverdunner zoals Plavix, Cardio-aspirine, Asaflow.
- | Meldt steeds indien u lijdt aan een infectieziekte (MRSA, hepatitis, voetschimmel...).
- | Betaling gebeurt ter plaatse. Er is geen bankcontact of proton.

BIJ DE KINESITHERAPEUT

- | Neem rechtstreeks telefonisch contact met de kinesitherapeut voor een afspraak op het nummer 0478 317 894.
- | Breng steeds het voorschrift van uw arts mee.
- | Doe aangepaste kledij en schoeisel aan.



} U kunt na de oefensessie een douche nemen.

BIJ DE PSYCHOLOOG

} Neem liefst één week op voorhand telefonisch contact op met de psycholoog voor een afspraak op het nummer 02 221 93 49.



Sinds 1987 bestaat er in ons land een overeenkomst tussen het R.I.Z.I.V. en verschillende centra voor diabetologie. Dat is de zogenaamde diabetesconventie.

Enkel ziekenhuizen die beschikken over een diabetesteam kunnen een dergelijke conventie met het R.I.Z.I.V. afsluiten. In de Kliniek Sint-Jan wordt deze conventie georganiseerd sinds 2001.

Personen die opgenomen worden in de conventie hebben hierdoor enerzijds recht op opleiding en begeleiding, anderzijds gratis materiaal voor zelfcontrole. De inschrijving gebeurt, mits akkoord van de diabetoloog, bij de diabeteseducator.

Welke personen met diabetes in aanmerking komen voor inschrijving is gereguleerd. Grosso modo komen zowel type 1 als type 2 patiënten die met minstens 2 insulineinjecties per dag behandeld worden in aanmerking.

Als tegenprestatie verbindt u er zich bij de inschrijving toe om, in samenwerking met de huisarts, u te laten begeleiden door het diabetesteam.

Een overeenkomst geldt voor 1 jaar. Nadien wordt geëvalueerd of verdere inschrijving mogelijk is.



TARIEVEN

In principe betaalt u de consultatie per prestatie.

Bemerkingen:

- | Voor houders van een diabetespas:
 - mits voorschrift van uw huisarts of diabetoloog, hebt u recht op 2 raadplegingen bij de diëtiste. Het remgeld bedraagt 3,91 € (1,56 € WIGWE).
 - mits voorschrift van uw huisarts, diabetoloog of chirurg en indien u tot risicoschaal 2b of 3 behoort (cf. diabetespaspoort), hebt u recht op 2 raadplegingen bij de podoloog. Het remgeld bedraagt 5,38 € (2,34 € WIGWE).

- | Indien u ingeschreven bent in de diabetesconventie:
 - afspraken met de diabeteseducator en diëtist = gratis
 - glucosemeter, meetstrips, vingerpriktoestel en lancetten = gratis (hoeveelheid is afhankelijk van categorie van inschrijving)

- | Indien u geen diabetespas hebt of niet ingeschreven bent in de conventie:
 - ♣ Diëtiste
 - eerste afspraak (= 1 uur): 30 €
 - volgende afspraken (= ½ uur): 20 €.
 - ♣ Kinesitherapeut:
 - per sessie (= 30 à 60 min.): 18,30 €
(terugbetaling = max. 15,56 € en min. 12,81 €).

- | Indien u over een aanvullende ziekteverzekering beschikt, hebt u, afhankelijk van uw ziekenfonds, recht op een aantal tegemoetkomingen. Informeer hiervoor bij uw ziekenfonds, de diabetesverpleegkundige of sociaal assistente van het Diabetescentrum.



NUTTIGE ADRESSEN

Vlaamse Diabetesvereniging vzw Diabète

Place Homère Goossens, 1
1180 Bruxelles
Tel : 02 374 31 95 - Fax : 02 374 81 74
- Fax : 09 221 00 82
www.diabete-abd.be

Association Belge du

Ottergemsesteenweg, 456
9000 Gent
Tel : 09 220 05 20

Infolijn: 0800 96333
www.diabetes-vdv.be

Association Belge du Diabète

Place Homère Goossens, 1
1180 Bruxelles
Tel : 02 374 31 95 - Fax : 02 374 81 74
- Fax: 02 644 95 09
www.diabete-abd.be
www.maisondesdiabetiques.be

Maison des Diabétiques

Waverse Steenweg, 1071
1160 Oudergem
Tel: 02 644 97 15

Orthopedie Van Haesendonck

L. Schreursvest 69
3001 Leuven
Tel: 016 31 90 10
Fax: 016 29 04 36
www.ovh-ortopedie.be

Interessante websites:

www.diabetespas.be
www.obesitasforum.be
www.aktivia.be
www.riziv.fgov.be
www.sweetbee.be
www.tegenkanker.be/komopenstop
www.podologiemouscron.be
www.sport.be/alprostarttosport



BIJLAGEN

1. Aanvraagformulier voor diabetespas
2. Infobrochure 'Vlaamse Diabetes Vereniging'
3. Formulier 'Oogonderzoek'
4. Toegangsplan tot de Kliniek Sint-Jan