

ZORGTRAJECT

Je kan in het zorgtraject komen wanneer je:

- de maximale hoeveelheid medicatie in pillen slikt
- incretinemimetica of 1 of 2 inspuitingen insuline krijgt

Je moet een globaal medisch dossier hebben.

Het zorgtraject diabetes type 2 is een **contract tussen 3 personen**, rechtstreeks betrokken bij de diabeteszorg: **jij zelf**, jouw **huisarts** en jouw **diabetesspecialist**.

Wat zijn jouw voordelen?

- Volledige terugbetaling (gratis) diabetes-educatie door een erkende educator, best een samenwerking door verpleegkunde-educator, diëtist-educator en podoloog-educator.
- Indien je incretinemimetica of insuline spuit: gratis materiaal om zelf je bloedsuiker te meten (door huisarts voorgeschreven):
1 bloedglucosemeter (door de diabetes-educator voorgeschreven en samen met jou gekozen)
150 glucosestrips en 100 naaldjes per 6 maanden
- Volledige terugbetaling van de consultaties bij de huisarts / diabetesspecialist bij wie het zorgtrajectcontract werd afgesloten (op basis van het officiële tarief).
- Gedeeltelijke terugbetaling voor 2 x 30 minuten / jaar dieetadvies.
- Advies bij de podoloog (enkel bij voetrisico).

CONVENTIE

Personen met diabetes type 2 met minstens 3 insuline injecties behoren tot de diabetes-conventie. Je moet een globaal medisch dossier hebben.

De diabetesconventie is een contract tussen 2 partijen: jij, als diabetespatiënt zelf en je conventie-ziekenhuis. Hierdoor krijg je volledige terugbetaling van jouw zelfzorgmateriaal (behalve de naaldjes voor de insulinepen) en gedeeltelijke terugbetaling van het nodige behandelmateriaal door jouw mutualiteit / RIZIV.

Wat zijn jouw voordelen?

- Gratis diabeteseducatie in het ziekenhuis
- Gratis dieetadvies in het ziekenhuis
- Gratis materiaal om zelf je bloedsuiker te meten
- Gratis medicatie voor diabetes zoals insuline ...
- Gedeeltelijke terugbetaling voor 2 x 30 minuten / jaar advies bij de podoloog
- Volledige terugbetaling van de consultaties bij de diabetesspecialist

*De diëtist
is er voor jou
om samen je
voedingspatroon
aan te passen!*

Verantwoordelijk uitgever: Rian van Schaik, Leuvensesteenweg 643/6, 1930 Nossegem / Versie 2019-09 VI

DIABETES TYPE 2

Wat kan de **diëtist-diabeteseducator** voor jou betekenen!

WIST JE DAT...

- 1 op 12 volwassen Belgen **diabetes heeft?**
- 1 op 3 van de mensen met diabetes **dit niet weet?**
- dit meestal te **voorkomen** is via een gezonde levensstijl?
- diabeteseducatoren graag met je samenwerken om jou te **ondersteunen?**
- er verschillende vormen van (al dan niet gedeeltelijke) **terugbetaling** bestaan om de begeleiding goedkoper te maken?



www.vbvd.be

Vlaamse Beroepsvereniging
van Diëtisten
Wettig erkende beroepsvereniging
02 380 80 98

Zorg in team

Wij staan voor je klaar

PREVENTIE

Heel wat problemen bij diabetes type 2 kunnen voorkomen worden als de diabetes sneller wordt opgespoord.

Wist je dat er een test bestaat om de kans dat je binnen de 10 jaar diabetes krijgt te berekenen? Deze test is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en schat jouw risico op diabetes in binnen de 10 jaar.

Risico's die de kans op diabetes bepalen zijn afhankelijk van je leeftijd, gewicht, buikomtrek, al dan niet bewegen, bloeddrukmedicatie, eetgewoontes, zwangerschapsdiabetes en familiale aanleg.

Nieuwsgierig? Vraag naar de Findrisc test bij je huisarts, educator of diëtist.

Een **gezonde levensstijl** (voeding en beweging) is de eerste stap om dit risico in te perken.

De **diëtist of diëtist-diabeteseducator is jouw coach** om hier samen op een haalbare manier aan te werken, rekening houdend met jouw voorkeuren en eetgewoonten.

PRE-DIABETES

Op dat moment wordt het voor je lichaam moeilijker om suikers te verweken waardoor de bloedsuiker begint te stijgen. Dat zie je wanneer je nuchtere bloedsuiker zich tussen 100 en 125 mg/dl bevindt. Dit is zichtbaar bij een nuchtere bloedafname.

Wist je dat ook hier het verbeteren van je levensstijl de eerste behandeling is? De **diëtist of dië-**

tist-diabeteseducator kan je meer uitleg geven over hoe diabetes ontstaat en evolueert en hoe je dit kan voorkomen. Daarna stelt de **diëtist of diëtist-diabeteseducator**, samen met jou, een haalbaar plan op om je levensstijl te verbeteren. Dit wordt jaarlijks opgevolgd.

Je dient ook minstens 2 keer per jaar bij je huisarts op controle te gaan.

RECEPT hapje AUBERGINE CROQUES

Ingredienten

2 aubergines -
2 bollen mozzarella -
1 plantje verse basilicum - olijfolie -
(zout)



Bereidingswijze

Snijd de aubergines in schijven van 0,5 cm dik. Doe hetzelfde met de mozzarella. Neem 2 schijfjes aubergine van ongeveer dezelfde grootte en besmeer 1 zijde ervan met wat olijfolie. Besprenkel eventueel met zout en leg op eentje een schijfje mozzarella. Werk af met enkele blaadjes basilicum en druk aan met het andere schijfje aubergine. Herhaal dit tot de ingrediënten op zijn. Vet een croque of grill machine in met wat olijfolie en grill de 'croques' tot de aubergine mals is en de kaas gesmolten.

Terugbetalingen diëetadvies

Wist je dat de meeste mutualiteiten een gedeelte van de kosten voor voedingsadvies bij een erkend diëtist terugbetalen en dat je in het voortraject en zorgtraject een getuigenschrift ontvangt voor gedeeltelijke terugbetaling van de kosten voor voedingsadvies bij diabetes?

VOORTRAJECT

Bij diabetes is het suikergehalte in het bloed te hoog. Een nuchtere bloedsuikervaarde (glycemie) hoger of gelijk aan **126 mg/dl wijst op diabetes** type 2 of suikerziekte. Op dat moment kan je huisarts een 'voortraject' opstarten, dit moet jaarlijks verlengd worden. Je moet wel een globaal medisch dossier hebben.

Wat zijn jouw voordelen:

- Een duidelijke bespreking van jouw diabetes en een jaarlijkse opvolging
- Een aantal gedeeltelijk terugbetaalde consultaties bij de **diëtist** en bij de podoloog (vanaf voetriscio)
- Ben je risicopatiënt (BMI >30 en/of hoge bloeddruk) en tussen 15 - 69 jaar, dan heb je jaarlijks bijkomend recht op 4 educatiesessies o.a. door de diëtist of diëtist-educator.

Zo kan je bvb. bij de diëtist-diabeteseducator terecht voor de volgende vragen:

- Wat loopt er mis in het lichaam bij diabetes?
- Hoe pas ik mijn voeding aan?
- Wat zijn koolhydraten?
- Wat zijn goede bloedwaarden?
- Wat met uit eten, feestjes ... mag ik nog een taartje?
- ...

De **erkende diëtist** is gespecialiseerd in het begeleiden naar een gezonde en evenwichtige voeding aangepast aan jouw noden.

De **erkende diëtist-diabeteseducator** is een diëtist die gespecialiseerd is in het begeleiden en opvolgen van jouw leven met diabetes (wat weet jij over diabetes, welke medicatie neem jij, rijbewijs en diabetes, voeding bij diabetes ...).