

**+** Interne geneeskunde



Ons diabetesteam





## De Poli Interne Geneeskunde beschikt over alle hulpverleners om u te helpen.

### Ons diabetesteam

Diabetes is een chronische ziekte, dat betekent dat je als patiënt moet leren om gaan met deze ziekte. Dat gebeurt niet zomaar. De ziekte moet als het ware een plaats krijgen in je leven. Een goede behandeling van diabetes is de beste manier om controle over uw diabetes te krijgen en om complicaties van diabetes te voorkomen. Daar zijn twee dingen voor nodig. U moet goed voor uzelf en uw diabetes zorgen en u moet goede zorg krijgen. De poli Interne Geneeskunde van het HOH beschikt over alle hulpverleners die u hierbij kunnen helpen.

### Voor verwijzing moet u terecht bij de huisarts!

### Zenuwen

De zenuwen in uw lichaam versturen continu boodschappen. Van uw centrale zenuwstelsel (hersenen en rug-gemerg) naar de spieren van uw armen en benen, huid, organen en weer terug. Daardoor kunt u onder andere uw voeten bewegen en aanrakingen voelen. Als zenuwen beschadigd zijn, kunnen ze de boodschap niet meer goed overbrengen en ontstaan er klachten. Omdat de zenuwen naar handen en voeten het langst zijn, zijn deze hier het meest gevoelig voor.

### De internist

De huisarts verwijst patiënten door naar de internist als er complicaties ontstaan door de diabetes of als de glucosewaarden moeilijk onder controle te krijgen zijn met medicijnen. Een verwijzing gebeurt soms ook bij het overstappen op insuline en bij zwangerschapsdiabetes. De behandeling van de internist richt zich op het goed instellen van de diabetes. Een goede instelling vermindert de kans op complicaties op lange termijn. Andere risicofactoren zoals o.a. een te hoge bloeddruk, te hoog cholesterol worden ook behandeld door de internist. De internist ziet mensen met diabetes regelmatig voor controle terug op de polikliniek, elke 3 maanden voor bloedonderzoek en 1x per jaar voor een uitgebreid lichamelijke onderzoek. De internist zal mensen met diabetes indien nodig doorverwijzen naar de oogarts, diabetesverpleegkundige en diëtiste.

### De diabetesverpleegkundige

Een diabetesverpleegkundige houdt zich niet alleen met diabetes bezig, maar ook met allerlei vragen op het gebied van omgaan en acceptatie van de ziekte, relaties, werk, sport en seksualiteit kunnen mensen bij haar terecht.

### De voorlichting van een diabetesverpleegkundige bestaat uit:

- informatie geven over diabetes
- leren spuiten van insuline
- leren meten van glucosewaarden
- leren hoe de dosering van insuline aangepast kan worden
- advies over voeding en bewegen
- advies over voetverzorging om complicaties te voorkomen
- advies over insulinegebruik op reis, bij sporten en bij ziekte

**Een diabetesverpleegkundige houdt zich ook bezig met omgaan en acceptatie van de ziekte.**



## Voeding

Bij de behandeling van diabetes is een goede, gezonde voeding heel belangrijk. Het voornaamste doel van voedingsadvies is om het glucosegehalte in het bloed binnen de normale grenzen te houden om korte termijnproblemen te voorkomen. Een goed dieet en een gezond gewicht helpen ook lange termijnproblemen te verminderen. Voedingsadvies kan zich richten op af-vallen, maar ook op een verantwoorde voeding rekening houdend met het me-dicatiegebruik (insuline of tabletten) en het bewegingspatroon van de individuele persoon. Het is voor alle diabetespatiënten raad-zaam om minimaal 1x per jaar een af-spraak bij een diëtiste te maken. Bij een jaarlijkse afspraak kunnen vragen, problemen en nieuwe ontwikkelingen in kennis op het gebied van de voeding van diabetespatiënten besproken worden.

### **Een goed dieet en een gezond gewicht helpen langetermijn problemen verminderen**

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel deze dan gerust.  
Ons diabetesteam is bereikbaar op onderstaand telefoonnummer.

## Voor meer informatie neem contact op met:

Dr. Horacio E. Oduber Hospital  
Poli Interne Geneeskunde  
J.E.M. Arendstraat #17  
Telefoon: 527 4309

Bezoek onze website:  
[www.arubahospital.com](http://www.arubahospital.com)