



Zorgpad chronische diabeteszorg

— Haarlem

U wordt op de polikliniek van het Spaarne Gasthuis begeleid vanwege diabetes mellitus (suikerziekte). Uw internist heeft aangegeven dat u in aanmerking komt voor het zorgpad chronische diabeteszorg.

Wat is een zorgpad?

Dit is een verzameling van afspraken die zijn gemaakt om de zorg voor u zo goed, veilig en efficiënt mogelijk te laten verlopen.

Waarom een zorgpad voor mensen met diabetes mellitus? Diabetes mellitus is een chronische ziekte; waarschijnlijk zult u levenslang onder behandeling blijven bij een arts en verpleegkundige. Het doel van de behandeling is om de bloedglucose zo goed mogelijk te reguleren en daardoor de kans op gezondheidsproblemen in de toekomst zo klein mogelijk te maken. Hiervoor is helaas continu aandacht en controle noodzakelijk. Een belangrijk deel van de controles verricht u zelf door regelmatig de bloedglucose te meten. Een andere deel van de controles vindt plaats op de polikliniek. Het is ons doel alle noodzakelijke controles te laten plaatsvinden, maar het aantal ziekenhuisbezoeken te beperken. Kortom; de best mogelijke zorg, zo efficiënt mogelijk aanbieden.

Welke controles moeten plaatsvinden?

Er wordt gecontroleerd op de regulatie van de glucosespiegel en er wordt gecontroleerd op de aanwezigheid van gezondheidsproblemen die kunnen optreden als gevolg van diabetes mellitus.

Controle van de glucosespiegel doet u voornamelijk zelf. In overleg met de diabetesverpleegkundige (DVK) en de internist wordt op vaste tijden de bloedglucose gecontroleerd met behulp van de vingerprik. Op basis van de gemeten waarden spuit u insuline. De gemeten waarden noteert u in het diabetesdagboek. Tijdens het polikliniekbezoek worden de metingen besproken en wordt de insulinedosering zonodig aangepast. Aangezien de metingen met de vingerprik altijd momentopnames zijn, wordt 2 tot 4 x per jaar bloed afgenomen voor meting van het glyco Hb (ook wel HbA1c).

Glyco Hb

Het bloed bevat rode bloedcellen. Deze cellen zijn verantwoordelijk voor het zuurstoftransport. De rode bloedcellen hebben een levensduur van ongeveer 3 maanden. Tijdens het verblijf in de bloedbaan zal zich glucose binden aan de rode bloedcel. Hoe hoger de glucosewaarde in het bloed, hoe meer glucose zich aan de cel zal binden. Door bepaling van het GlycoHb wordt deze “versuikering” van de rode bloedcellen gemeten en kan een indruk worden gekregen van de glucosespiegel van de afgelopen maanden. Hoe hoger deze waarde, hoe meer glucose er de afgelopen maanden in het bloed aanwezig was. Een hoge waarde geeft een hoger risico op schade aan nieren, ogen en zenuwen. Daarom streven wij naar een glyco Hb waarde onder de 60 mmol/mol, maar liever nog onder de 55 mmol/mol. Mensen zonder diabetes mellitus hebben een glyco Hb onder de 42 mmol/mol. Het glycoHb is iets anders dan de glucosewaarde die u meet met de vingerprik en de uitslagen zijn dan ook niet goed te vergelijken.

Controle op complicaties

Verhoging van de bloedglucosespiegel kan in de loop van vele jaren schade aanrichten aan de bloedvaten en de zenuwen. Uiteindelijk kan dit leiden tot een verminderd gevoel in de voeten (neuropathie), schade aan het netvlies (retinopathie), schade aan de niervaatjes (nefropathie) of verschijnselen als kuitkrampen (vernauwde beenslagaders), hartklachten (vernauwde kransslagaders) en erectieproblemen. Elk jaar wordt hierop gecontroleerd.

Complicaties van diabetes mellitus

- Schade aan de zenuwen (neuropathie)
De zenuwen naar de voeten zijn kwetsbaar omdat deze tot de langste zenuwbanen in het lichaam behoren. Neuropathie manifesteert zich daardoor meestal in de voeten. Beide voeten zijn meestal in gelijke mate aangedaan. Typische klachten zijn: minder gevoel in de voeten, het gevoel op kussentjes te lopen, tintelingen in de voeten, een branderig gevoel in de voeten. De klachten zijn continu en nemen toe in de nacht. Op de polikliniek worden de voeten jaarlijks geïnspecteerd en het gevoel wordt gemeten met een prikkertje en een stemvork.
- Schade aan de bloedvaten van het netvlies (retinopathie)
Het netvlies bevindt zich aan de binnenzijde van het oog. Het vlies vertaalt het lichtbeeld naar zenuwsignalen en is daarom extreem belangrijk voor het zien. Schade aan het netvlies kan ongemerkt ontstaan en hoeft in het begin geen klachten te geven. Behandeling ervan kan verergering van de problemen voorkomen. Daarom wordt minimaal 1 x per 2 jaar het netvlies gecontroleerd door de oogarts.

- **Schade aan de niervaatjes**
Dit kan leiden tot een lekkage in de nier en uitscheiding van eiwit in de urine. Uiteindelijk kan ook de zuiverende functie van de nieren achteruit gaan. Daarom wordt jaarlijks de urine gecontroleerd op de uitscheiding van eiwit. Met bloedonderzoek wordt de zuiverende functie van de nieren gecontroleerd.
- **Schade aan slagaders van benen en hart**
Vernauwing van de kransslagaders geeft klachten van krampende pijn of druk op de borst, meestal toenemend bij lichamelijke inspanning of psychische stress. Vernauwing van de slagaders in de benen kan leiden tot krampende pijn in de voet of kuit, meestal na enige tijd lopen of fietsen. De pijn wordt minder in rust. Een stoornis in de bloedtoevoer naar de penis kan leiden tot erectieklachten. Er wordt jaarlijks gevraagd naar de aanwezigheid van deze klachten. Er wordt jaarlijks een hartfilmpje (ECG) gemaakt. Bij het onderzoek van de voeten worden de slagaders in de benen gecontroleerd. Jaarlijks wordt het cholesterol in het bloed gecontroleerd. Uw gewicht wordt in de gaten gehouden. Aangezien ook hoge bloeddruk schade aan de vaten kan geven wordt deze jaarlijks gecontroleerd. U krijgt het advies om te stoppen met roken.

Wat betekent dit zorgpad voor u?

U krijgt minimaal 2 x per jaar een afspraak op de polikliniek; 1 x bij de internist en 1 x bij de diabetesverpleegkundige. Deze cyclus herhaalt zich jaarlijks.

Bezoek bij de internist (jaarcontrole)

Drie werkdagen voor bezoek aan de internist, moet u bloed en urine afgeven bij het laboratorium. U heeft hiervoor een formulier gekregen. Er wordt gecontroleerd op cholesterol, nierfunctie, glyco Hb en eiwituitscheiding in de urine. Tijdens het bezoek bij de internist (10 minuten) worden gewicht en bloeddruk gecontroleerd en wordt een ECG gemaakt. Als er bijkomende problemen van de gezondheid zijn (ziekenhuisopnames, operaties, nieuwe medicatie) dient u dit aan te geven aan de internist. Er wordt gevraagd naar het optreden van hypoglycemie (lage bloedglucose), hartklachten, klachten aan voeten en benen, erectieproblemen, roken en alcoholgebruik. De uitslagen van het bloed- en urineonderzoek worden besproken. Aan de hand hiervan wordt met u een persoonlijk behandelplan opgesteld. Hierin worden doelen gesteld waaraan kan worden gewerkt, zoals stoppen met roken, gewichtsverlies of verlaging van de bloeddruk.

Bezoek bij de diabetesverpleegkundige (6 maandscontrole)

3 werkdagen voor bezoek aan de DVK heeft u bloed afgegeven bij het laboratorium. U heeft hiervoor een formulier gekregen. Er wordt gecontroleerd op glyco Hb. Tijdens het bezoek bij de DVK (30 minuten) worden gewicht en bloeddruk gecontroleerd. Als er bijkomende problemen van de gezondheid zijn (ziekenhuisopnames, operaties, nieuwe medicatie) dient u dit aan te geven. Er wordt gevraagd naar het optreden van hypoglycemie (lage bloedglucose), hartklachten, klachten aan voeten en benen, erectieproblemen, roken en alcoholgebruik. De uitslag van het bloedonderzoek wordt besproken. Aan de hand hiervan wordt beoordeeld of de in uw behandelplan gestelde doelen zijn behaald. Zo nodig worden extra afspraken gemaakt of worden de doelen aangepast.

Extra controles

Wij bieden u aan om tussen de polikliniekbezoeken extra controle van het glyco Hb te laten verrichten. Hiervoor kunt u ongeveer 3 maanden na bezoek aan internist of DVK een extra bloedafname laten plaatsvinden. Hiervoor hoeft u geen afspraak te maken bij het laboratorium.

Let op: als u hiervan gebruikmaakt moet u na afname van het bloed een e-mail of telefonische afspraak plannen bij de DVK om de uitslag te bespreken.

Waar zijn we te vinden?

**Spaarne Gasthuis
Haarlem Zuid**
Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

**Spaarne Gasthuis
Hoofddorp**
Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

**Spaarne Gasthuis
Haarlem Noord**
Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

**Spaarne Gasthuis
Heemstede**
Händellaan 2A
2102 CW Heemstede

(023) 224 0000
www.spaarnegasthuis.nl
info@spaarnegasthuis.nl