

DAGELIJKSE 'BESLOMMERINGEN' MET DIABETES

(NEGATIEVE CONNOTATIE)

Guido Smets & Lily Quintiens

HET LEVEN IS EEN APE(N)KOP...

Parlez vous ...



1974

**NETLOG VRIENDEN
OLDIE CLUB**

**Vuile Mong en
zijn vieze gasten
Het apekot**

EVEN VOORSTELLEN

Guido Smets 62 jaar, type 1, diagnose 1981

- 25 jaar *symptomen*
- Oorzaken: *stress, auto-immuniteit, grootmoeder type 2 ... (?)*
- Atletieksport: *afstandsloper* + A-trainer hoogspringen
- Leraar: *openheid, informatie geven, benoeming(!)*
- Anticiperen: *preventie* van mogelijke gevolgen
- Diabetes: *zal mijn leven niet bepalen!*

DIABETES MAG UW LEVEN NIET BEPALEN

Maar ...

- *Diabetes hoeft een aangenaam leven niet in de weg te staan, al is het wel een taak waarvan je nooit volledig afstand kan nemen.*
- *Men moet een leven gaan leiden samen “met” diabetes*
- *Diabetes een plaats geven in uw leven*
- *Met vallen en opstaan uiteraard*
- *Een gulden middenweg vinden*
- *Diabetes kan een psychologische belasting vormen*

EVEN VOORSTELLEN

Guido Smets 62 jaar type 1 diagnose 1981

- *1 inspuiting/dag **urine**testen – stoppen met spuiten*
- *Brittle diabetes veel hypo's – oorzaak: angst voor gevolgen*
- *Pennen: basale (2x) en snelwerkende insuline (5-6x)*
- *6 - 7 **bloed**testen/dag*
- *6 - 7 jaar drager pomp zonder/met bluetooth*
- *Guardian connect: zie verder*

EVEN VOORSTELLEN

Guido Smets 62 jaar type 1 diagnose 1981

- *Rijbewijs: elke 5 jaar (gratis) vernieuwd*
- *Verzekeringen:*
 - *schuldsaldo*
 - *auto*
- *Discriminatie – assertiviteit*
- *Superhypo's: bewusteloosheid - schaamte - GlucaGen[®] Hypokit*
- *Nu HYPO-FIT[®]*



VERZEKERINGEN: DIABEET - NIET DIABEET

Rijbewijs

- De **criteria voor rijgeschiktheid** zijn zeer rechtvaardig, de meeste personen met diabetes krijgen een **goedkeuring**. Bij de bepaling van je rijgeschiktheid wordt rekening gehouden met **diabetescomplicaties** (oogtoestand, locomotorische complicaties ...).
- De maximale geldigheidsduur van het rijbewijs verschilt naargelang het type:
 - **Privé-rijbewijs**: maximum 5 jaar
 - **Professioneel rijbewijs**: maximum 3 jaar
- **Als je een aangepast rijbewijs hebt, ben je verplicht je autoverzekering in te lichten**: aangetekend een kopie van je rijgeschiktheidsattest en/of recto versie kopie van je rijbewijs opsturen.

VERZEKERINGEN: DIABEET - NIET DIABEET

Schuld saldoverzekering

- *Personen met diabetes betalen veelal een bijpremie bij het afsluiten van een schuldsaldooverzekering.*

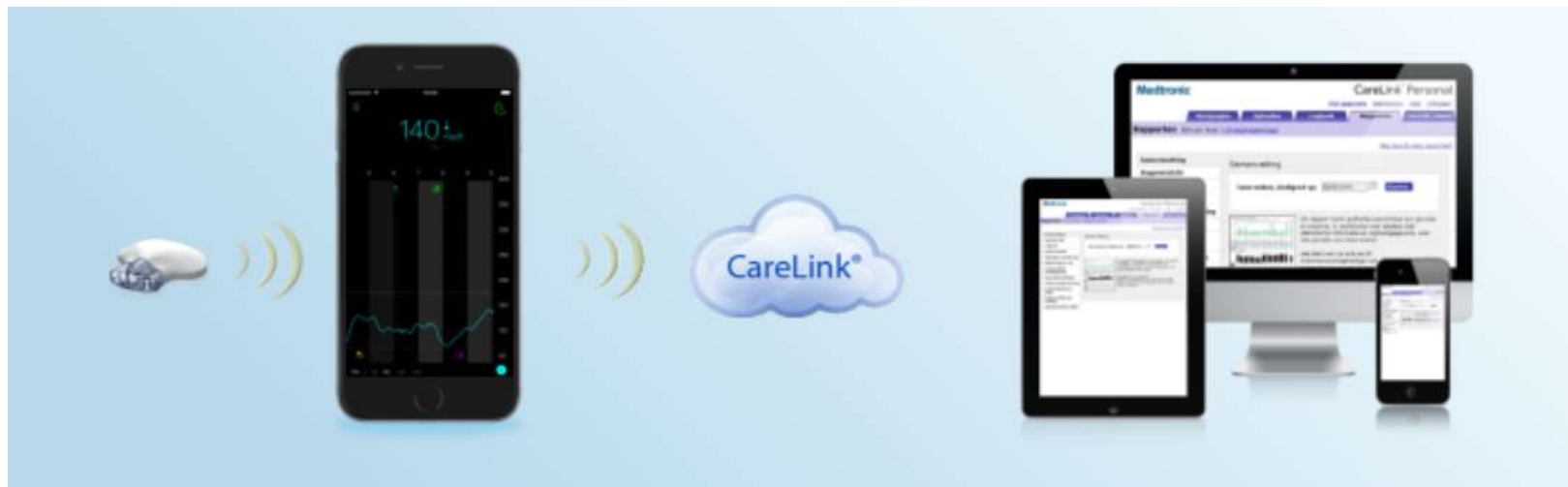
De wet voorziet een zekere bescherming, maar je goed informeren en vergelijken blijft de boodschap.

EVEN VOORSTELLEN

Guido Smets 62 jaar type 1 diagnose 1981

- *Huwelijk en kinderen:* **bezorgdheid** - onzekerheid - erfelijkheid
- *Vriendenkring:* **onwetendheid** - begrijpen van ...
- *Familie:* **kleinkinderen**, feestjes, ...
- *Professioneel:* sollicitaties **verantwoordelijkheid**
afspraken maken, informatie
- *Jezelf:* **inzicht** ziekte → managen!?
- *Engagement:* DL sinds **1984 - verdeelpunt**

MEER OF MINDER APENKOP?



Sensor en zender

iPhone

Wifi - Cloud

Relatie - professional

BESLOMMERINGEN ZEI JE?

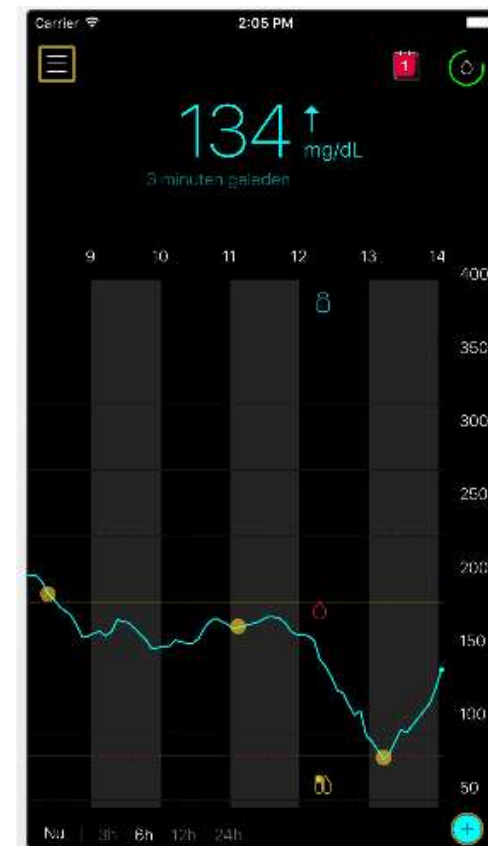
Diabetes managen: een fulltime job?

- *Vervangen van CGM: duur 4 u!*
 - *Laden van batterij zender: 2 u*
 - *Sensor op lichaam*
 - *Opwarmen: 2 u*
 - *Kalibreren (=BGM): <2 u, <6u, <12 u vervolgens elke 12 u*
- *Telkens na 6 dagen: vernieuwen*

BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Diabetes managen: een fulltime job?

- *Targets: 60 – 160 mg/dL*
- $(\text{mg/dL} \times 0.0555 = \text{mmol/L})$



BESLOMMERINGEN ZEI JE?

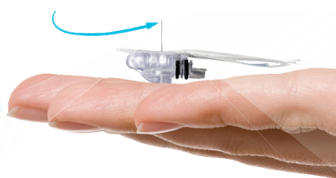
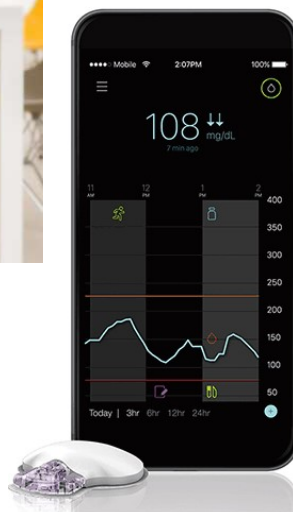
Functies

- *Logboek: sport, insuline, notities, maaltijden, kalibratie/extra ingave glucoseresultaten*
- *Alarminstellingen*
- *Syncronisatie met CareLink zorgverlener*
- *Sensor setup*



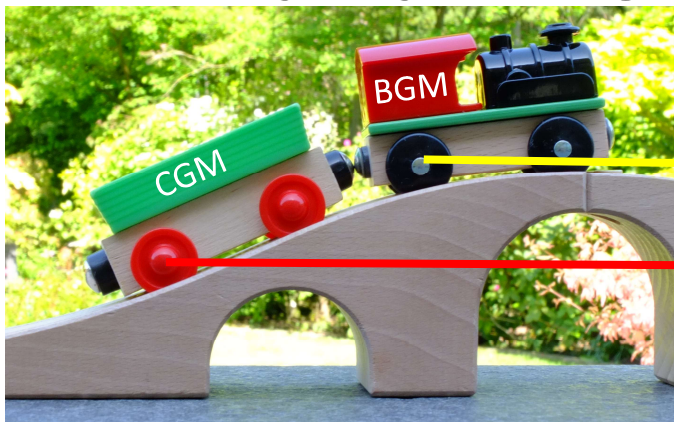
BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Wat zie je? Wat gebruik je?



BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Het treintje rijdt bergop en bergaf

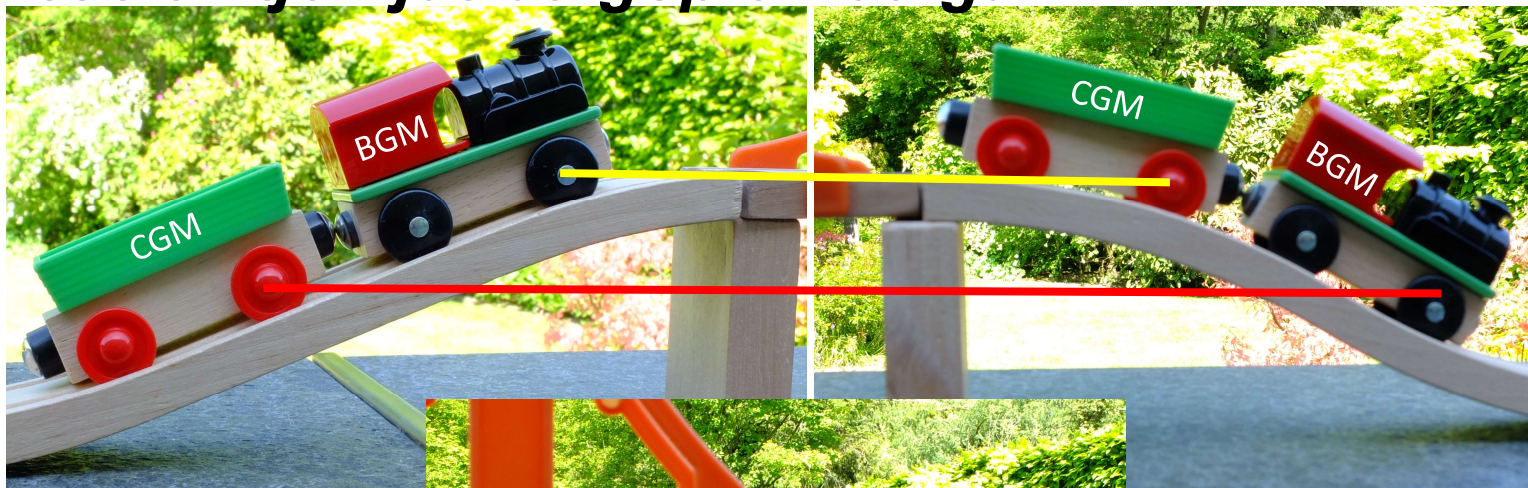


of ...



BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Het treintje rijdt bergop en bergaf



***of ...
maar ...***



BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Of de trein der traagheid ...



... is snelle insuline wel snel genoeg?

BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Aandachtspunten

- *Opgelet met overreageren via het sensorgebeuren – soms even afwachten alvorens te reageren*
- *Pomp - vervangen van leidingen en reservoir /3 dagen – waarom?*
 - *Metalen naalden(sure T) vervangen / 2 dagen*
 - *Verzadiging van insulineopname*
 - *Hygiëne*
 - *Ontsteking voorkomen – vreemd materiaal aanwezig in de huid*

BESLOMMERINGEN ZEI JE?

Aandachtspunten

1. Heb ik niet voldoende basale insuline gekregen?
2. Heb ik mijn koolhydraatinname verkeerd ingeschat?
3. Hoe was mijn therapieaanpassing VOOR en tijdens mijn fysieke activiteit of alcoholgebruik?
4. Heb ik mijn basale insuline correct aangepast aan deze specifieke situatie (vb. ziekte, interactie met andere medicatie)?
5. Zijn mijn Insuline-Koolhydraat ratio of de Insulinegevoeligheidsfactor niet correct? ⁽¹⁾
6. Was de tijd tussen mijn bolus en de maaltijd te kort?
7. Was de bolusinsuline die ik toediende geschikt VOOR de maaltijd (maaltijden met veel vet en proteïnen)?
8. Ben ik de maaltijdbolus vergeten?

⁽¹⁾ Het koolhydraat ratio is de hoeveelheid koolhydraten die je kunt eten voor één eenheid insuline.

LIBRE SENSOR

Waarom prikken als u kunt scannen ?

- *De tijd van het dagelijks testen met lancetten, teststrips en bloed is voorbij.*
- *Meet uw glucosewaarde met de reader: waar en wanneer u maar wilt.*
- *Met elke snelle en pijnloze⁸ scan krijgt u:*
 - *Uw actuele glucosewaarde*
 - *Een trendpijl die aangeeft in welke richting en met welke intensiteit uw glucose evolueert*
 - *Glucosegegevens van de laatste 8 uren*

LIBRE SENSOR



LIBRE SENSOR



LIBRE SENSOR





EN REIZEN ...

- **attest of kaartje** met de melding dat je aan diabetes lijdt;
- **melden**: naalden, vloeistoffen etc. in handbagage;
- **aanwijzingen** van de beveiligingsbeambten **volgen**: zij bepalen of de medicatie of medische apparatuur (insulinepompen, penfills e.d.) door de röntgencontrole moeten;





EN REIZEN ...

- Toelating **bluetooth** of **andere connecties**: afhankelijk van de luchtvaartmaatschappij (check website).
Best attest bij de hand te hebben.
- Kom **ruim op tijd** voor eventuele extra onderzoeken;
- 4G



EN REIZEN ...

- *Medicatie/apparatuur in je bagage: mogelijk extra gecontroleerd;
(Europese Wetgeving inzake beveiligingscontrole passagiers en
handbagages):*
 - *vloeibare medicatie, zal a.h.v. **LED** (Liquid Explosive Detection)
gecontroleerd worden;*
 - *de bagage en apparatuur zal onderworpen worden aan **ETD**
(Explosive Trace detection) + visueel en manueel;*



EN REIZEN ...

- *Medische toestellen zijn toegestaan, (≠ flessen onder druk, gassen of iets dergelijks vb. zuurstof apparaten)*

De medische dienst van Brussels Airlines en de website van British Airways bevestigen dit.

- *Bereid je reis goed voor.*
- *Denk aan:*
 - *lange reis- en wachttijden, tijdszones, etc.;*
 - *extra medicatie in handbagage en de nodige suikers en/of koolhydraten om hypo's tegen te gaan;*



EN REIZEN ...

- Indien **resultaat** bijkomende onderzoeken **negatief**, tussenkomst van een **Inspecteur van Luchthaveninspectie Beveiliging**, die een **plausibiliteitstest** uitvoert;
- De **inspecteurs van luchthaveninspectiebeveiliging hebben geen medische achtergrond** en weigeren geen specifieke medicatie die noodzakelijk is voor de passagier (tenzij LAG⁽¹⁾- of ETD-resultaat negatief is).

• ⁽¹⁾ container



EN REIZEN ...

Jeroen Geeraerts

Medical Coördinator

Compliance & Operations Continuity

Brussels Airport Company

T +32 2 753 74 04

M +32 486 10 06 51

jeroen.geeraerts@brusselsairport.be

www.brusselsairport.be



EN REIZEN ...

- ***Diabetes hoeft zeker geen beperking te zijn voor wie wil reizen.***
Er is maar één basisregel: je moet 24 uur per dag streven naar zo normaal mogelijke bloedglucosewaarden. Wat vaker de glycemie controleren kan hierbij helpen. Vanzelfsprekend kan dit ook op vakantie, al dan niet in het buitenland.
- ***Het is een kwestie van ervaring opdoen en dat kan maar als je effectief op vakantie gaat.***

EN VERDER ...

- **Psychische aspecten**

- *De diagnose diabetes, op welk moment ook gesteld, heeft een grote impact.*
- *Eén van de belangrijkste psychologische moeilijkheden bij personen met diabetes zijn aanpassingsproblemen. Deze kunnen iedereen overkomen en in elke fase van de ziekte.*
- *Kan mentaal een grote druk geven - depressie*
- *Voelt zich niet volwaardig t.o.v. een persoon zonder diabetes*
- *Aanvaarding soms moeilijk.*
- *Eens aanvaard, verhoogt het de kwaliteit van leven bij mensen met een chronische aandoening als diabetes.*

EN VERDER ...

- **Diabetes en de omgang met anderen**

- *Met diabetes omgaan als partner.*

De manier waarop je omgaat met de diabetes van je partner heeft een belangrijke invloed op hoe hij/zij in het leven staat.

Ook als partner van iemand met diabetes ga je door een verwerkingsproces om de diabetes een plaats te geven binnen de relatie en het gezin.

EN VERDER ...

- **Diabetes als excuus?**
 - Omdat diabetes een invloed heeft op veel **dagelijkse aspecten** van het leven, kan de ziekte te pas en te onpas als **argument** gebruikt worden. Het is niet altijd gemakkelijk om te onderscheiden wat het gevolg is van diabetes en wat niet.
 - Hou er ook rekening mee dat **in elke relatie er wel eens een discussie of een ruzie** is, ook bij personen die geen chronische aandoening hebben.

EN VERDER ...

- *Feestjes en etentjes: anticiperen!*
 - *Ook voor niet-diabeten belangrijk!*
- *Lekker lang uitslapen Kan*
 - *Afhankelijk van het insulineschema kan men al dan niet al eens langer slapen.*
- *Diabetes en ziekte ...: suiker gaat de hoogte in?*
 - *Iedere aandoening, hoe banaal ook, is stress voor het lichaam met vrijmaken van stresshormonen die de bloedsuiker doen stijgen.*

EN VERDER ...

- ***Zin in seks, maar ...***
 - *Kan al een belemmering zijn ingeval van een pomp en een sensor.... Allerlei attributen om rekening mee te houden*
 - *Chronische complicaties.....*
 - *Kunnen problemen geven bij mannen en vrouwen*
 - *Bespreek het met uw arts - kan in sommige gevallen wijzen op een onderliggende aandoening*

Diabetes en Ramadan. Een lastige combinatie.

- **Tijdens ramadan verandert er veel:** de tijd waarop men opstaat, de etenstijden, het aantal maaltijden, de hoeveelheid calorieën, de hoeveelheid koolhydraten en eventueel lichamelijke activiteit. Door deze veranderingen is de kans groot dat de diabetes ontregeld raakt als hiermee geen rekening wordt gehouden.
- ***Wie heeft een definitieve vrijstelling van het vasten?*** *Mensen die chronisch ziek zijn en behandeld worden met medicatie; bij wie sprake is van complicaties of dreigende complicaties en bij zieken bij wie het niet mogelijk is om de medicatie aan te passen*
- Toch heeft het vasten naast de religieuze betekenis ook een niet te onderschatten **sociale betekenis**: door deel te nemen, bevestigt u als gelovige moslim dat u tot een groep behoort.

EN VERDER ...

- *Voel ik mij gediscrimineerd of voel ik begrip en empathie op het werk, in de vriendenkring, bij burens als de ziekenwagen (weer) voor de deur stond ...?*

EN VERDER ...

- **Heeft diabetes impact op mijn financiële situatie:**
 - Diabetesmedicatie – volledig terugbetaald
 - De overheid heeft drie zorgsystemen voorzien waarvoor personen met diabetes in aanmerking kunnen komen, namelijk
 - **Het zorgmodel, “opvolging van pat met type 2 diabetes”** vanaf de diagnose
 - **Het zorgtraject diabetes type 2:** Hier zijn specifieke tegemoetkomingen voor consultaties en materiaal aan verbonden, maar er zijn ook voorwaarden bepaald.
 - **De diabetesconventie :** In het kader van een conventie voorzien de diabetescentra intensieve opvolging door multidisciplinaire teams. Via die weg wordt bijvoorbeeld zelfzorgmateriaal ter beschikking gesteld en educatie aangeboden.
 - **Aanbod mutualiteiten**

EN VERDER ...

- **Hoe gaan de overheden, werk om met mij als diabetespatiënt:**
 - *Diabetes vormt doorgaans geen probleem om een bepaalde job uit te oefenen. Je hoeft dit dan ook niet te vermelden in een sollicitatiebrief of -gesprek.*
 - Toch kan diabetes soms een invloed hebben op de beroepskeuze. Zo zijn personen met diabetes (op insuline of medicatie die een hypo kan veroorzaken) vaak uitgesloten voor bepaalde (veiligheids)functies zoals politieagent, piloot, brandweerman, militair, treinbestuurder en -conducteur. Informeer je dus op voorhand.
 - Een gezondheidsbeoordeling mag pas op het einde van de selectieprocedure gebeuren en mag niet dienen om te selecteren – arbeidsgeneesheer gebonden aan beroepsgeheim.
 - Breng de mensen met wie je het meest samenwerkt **op de hoogte** van je diabetes en geef hen de nodige **informatie over hypoglycemie**

EN VERDER ...

- *Ken ik de voorgeschreven therapie voldoende, begrijp ik alles, heb ik inzicht in mijn ziekte? **Management vraagt studie!***
- *Kan ik goed overweg met al die nieuwe technologieën? **Niet geschoten...***
- *Hoe gaat mijn omgeving om met plotse humeurwisselingen als gevolg van hypo's? Wat met nachtelijke hypo's? **Voorkomen en informeren!***
- *Wat met mijn verantwoordelijkheid t.o.v. mijn kinderen, kleinkinderen?*

EN VERDER ...

- *Ken ik de voorgeschreven therapie voldoende, begrijp ik alles, heb ik inzicht in mijn ziekte? **Management vraagt studie!***
- *Kan ik goed overweg met al die nieuwe technologieën? **Niet geschoten...***
- *Hoe gaat mijn omgeving om met plotse humeurwisselingen als gevolg van hypo's? Wat met nachtelijke hypo's? **Voorkomen en informeren!***
- *Wat met mijn verantwoordelijkheid t.o.v. mijn kinderen, kleinkinderen?*

EN VERDER ...

- *Welke voorzorgsmaatregelen neem ik als ik uiteten ga? Heb ik nog wel de moed om te gaan? **Een mens moet eten hé!***
- *Hoe staat het met mijn algemene gezondheid? Heb ik verwikkelingen? Hoe ga ik om met de mogelijke risico's? **Weten kan voorkomen!***
- *Wat met sport? Zal ik doorzetten of opgeven? **Bewegen is een van de pijlers van diabetesmanagement.***

BEDANKT
VOOR
JULLIE AANDACHT!