

## De Zorggroep en uw zorgverzekeraar

De zorgverzekeraars kopen de zorgprogramma's in bij Zorggroep RCH. De zorg die u ontvangt voor COPD, diabetes en (een verhoogd risico op) hart- en vaatziekten wordt vergoed vanuit uw basisverzekering indien u deze afneemt bij de aangesloten zorgverleners. Deze zorg valt in principe buiten uw eigen risico. Voor bepaalde verwijzingen kan wel een eigen bijdrage verschuldigd zijn. Informeer hiernaar bij uw zorgverzekeraar of overleg met uw zorgverlener. Uw huisartsenpraktijk weet welke zorgverleners een contract hebben met Zorggroep RCH. Ook op onze website vindt u een overzicht van deze zorgverleners. De Zorggroep zorgt voor de betaling van de zorgverleners. Op het zorgkostenoverzicht van uw zorgverzekeraar ziet u daarom onze naam, Zorggroep RCH Midden-Brabant, per kwartaal terugkomen.

## Klankbordgroep voor patiënten

De Zorggroep heeft een klankbordgroep, bestaande uit patiënten die uit eigen ervaring meepraten. Zij geven ideeën en advies over de zorg, zodat de behoeften van de patiënt beter in beeld komen.

## Uw privacy

De privacy van patiënten en zorgverleners is voor Zorggroep RCH belangrijk. Alle actuele privacyrichtlijnen worden dan ook nageleefd om ongeoorloofde toegang tot en gebruik van persoonsgegevens van patiënten en zorgverleners te voorkomen.

## Opmerkingen, suggesties en klachten

Opmerkingen en suggesties zien wij als een mogelijkheid om onze kwaliteit steeds verder te verbeteren. U kunt deze rechtstreeks bij uw zorgverlener melden. Dit geldt eveneens indien u een klacht heeft. Vindt u dit moeilijk of twijfelt u, neem dan contact op met onze klachtenfunctionaris via het secretariaat of per e-mail: [klachten@rchmbr.nl](mailto:klachten@rchmbr.nl).

## Meer informatie over diabetes:

[www.thuisarts.nl/diabetes-mellitus](http://www.thuisarts.nl/diabetes-mellitus)

[www.dvn.nl](http://www.dvn.nl)

[www.rchmbr.nl](http://www.rchmbr.nl)

De informatie in deze folder geeft een beeld van de zorg die u kunt verwachten. Er kunnen geen rechten aan worden ontleend. De informatie kan nooit dienen ter vervanging van een consult of behandeling.

# Diabetes



## Wat is diabetes?

Bij diabetes mellitus zit er te veel suiker (glucose) in uw bloed. Daarom spreekt men ook wel van suikerziekte. Glucose komt uit koolhydraten die bijvoorbeeld in suiker, brood en rijst zitten. Het hormoon insuline, geproduceerd in de alvleesklier, zorgt ervoor dat ons lichaam de glucose uit ons bloed opneemt. Wanneer u diabetes hebt, produceert de alvleesklier onvoldoende insuline of het lichaam reageert er onvoldoende op. Dat kan tot klachten leiden zoals: veel plassen, dorst, moeheid, jeuk, wondjes en huidinfecties die niet snel genezen. Op termijn kan het leiden tot problemen met hart en bloedvaten, ogen, voeten, nieren en het zenuwweefsel. De twee belangrijkste vormen van diabetes zijn:

Type 1: hierbij maakt de alvleesklier geen insuline. Deze vorm komt vanaf de kindertijd voor en ontstaat vrij plotseling. De specialist in het ziekenhuis behandelt deze vorm van diabetes.

Type 2: hierbij zijn de lichaamscellen minder gevoelig geworden voor insuline. Deze vorm ontstaat geleidelijk en openbaart zich meestal pas na het veertigste jaar. Overgewicht en erfelijkheid spelen een rol. Deze vorm van diabetes wordt meestal door uw huisarts behandeld.

## Hoe ziet uw behandeling eruit?

Uw behandeling in de huisartsenpraktijk bestaat uit controle (zo vaak als nodig is) door de praktijkondersteuner, huisarts of diabetesverpleegkundige, bestaande uit:

- controle van bloed en urine (via de bloedafnamepost);
  - controle van bloeddruk, gewicht en eventueel spuitplaatsen;
  - aandacht voor medicatie (glucoseverlagers, insuline, bloeddruk- en cholesterolverlagers) en hulpmiddelen (glucosemeter);
  - uitvoering van voetonderzoek;
  - bespreking van eventuele bijwerking van medicatie, leefstijl en seksuele problemen en het optreden van verschijnselen die wijzen op een te hoge of te lage bloedsuikerspiegel.
- Ieder mens is uniek, daarom wordt uw behandeling in overleg met u bepaald.

## Wat kunt u zelf doen?

U kunt zelf een belangrijke bijdrage leveren aan het voorkomen en verminderen van de klachten door:

- niet te roken;
- gezond te eten;

- voldoende te bewegen;
- te zorgen voor een gezond gewicht;
- uw medicijnen volgens voorschrift te gebruiken;
- goed om te gaan met stress;
- de jaarlijkse griepprik te halen.

## Wie zijn uw zorgverleners?

U kunt tijdens uw behandeling met meerdere zorgverleners te maken krijgen:

- Uw huisarts en praktijkondersteuner of diabetesverpleegkundige zorgen voor begeleiding, behandeling en controle.
- De diëtiste adviseert over een gezond voedingspatroon.
- De apotheker controleert en adviseert over uw medicijngebruik.
- De optometrist verzorgt (1 keer per 2 jaar) oogmetingen; indien nodig wordt u doorverwezen naar een oogarts.
- De podotherapeut of pedicure controleert bij voetproblemen uw voeten, geeft advies en behandelt u om klachten te voorkomen en te verlichten.
- Verscheidene specialisten kunnen op elk gewenst moment worden ingeschakeld als uw huisarts dat nodig vindt, bijvoorbeeld een internist, oogarts, vaatchirurg en neuroloog.

## Wat is een individueel zorgplan?

De afspraken over uw behandeling en uw eigen inbreng daarin worden vastgelegd in het individueel zorgplan (IZP). Het IZP vormt een leidraad waarmee u en uw zorgverleners aan de slag gaan. Op deze manier wordt u ook zelf actief betrokken bij de aanpak van diabetes. Concrete afspraken over uw leefstijl (voeding, beweging, stoppen met roken) zijn afgestemd op uw eigen situatie; u krijgt hiermee meer grip op uw ziekte en gezondheid.

## De rol van Zorggroep RCH Midden-Brabant

In samenwerking met de zorgverleners in de regio Midden-Brabant regelt Zorggroep RCH Midden-Brabant de zorg voor patiënten met COPD, diabetes en (een verhoogd risico op) hart- en vaatziekten. Deze zorgverleners hebben een contract met Zorggroep RCH. Hierdoor bieden zij allen de zorg op dezelfde wijze aan, zoals vastgelegd in de zorgprogramma's. Daarnaast ondersteunt Zorggroep RCH deze zorgverleners bij het leveren van de zorg aan u en bewaakt de kwaliteit daarvan.

