

PATIËNTENFOLDER

Interne Geneeskunde |

Diabetes Mellitus: Victoza & voeding

ACIBADEM
INTERNATIONAL MEDICAL CENTER

Wat is diabetes in het kort?

Diabetes mellitus wordt in de volksmond ook wel suikerziekte genoemd. Bij Diabetes mellitus is er geen of onvoldoende insuline beschikbaar voor het lichaam. Insuline is een hormoon dat door de alvleesklier wordt geproduceerd. Insuline houdt het glucosegehalte van het bloed binnen normale waarden (4-8 mmol/l). Glucose of bloedsuiker komt in het bloed na het eten van koolhydraten.

Diabetes en voeding in het algemeen?

Bij diabetes kan gebruik gemaakt worden van de richtlijnen goede voeding. Goede voeding voorziet in alle voor het lichaam noodzakelijke voedingsstoffen in de juiste hoeveelheid. Goede voeding bevordert de gezondheid en verhoogt het prestatievermogen. De behoefte aan voedingsstoffen is voor iedereen verschillend. Dit hangt onder andere af van de leeftijd, geslacht, gezondheidstoestand en de activiteit die wordt verricht.

Wat is victoza?

Victoza® is een geneesmiddel voor de behandeling van diabetes mellitus type 2, dat eenmaal daags wordt toegediend. De behandeling met Victoza® is gebaseerd op de wetenschap dat veel mensen met diabetes type 2, naast een insulinetekort, ook een relatief tekort hebben aan GLP-1 (een stof die door de darm wordt aangemaakt). Het doel hiervan is het handhaven van een normale bloedglucosewaarde door het tekort aan de stof GLP-1 te herstellen.

Wat doet GLP-1 precies?

GLP-1 is een stof die door de darm wordt aangemaakt. Als u koolhydraten eet, wordt GLP-1 afgegeven aan het bloed. Vervolgens geeft GLP-1 samen met glucose een signaal aan de alvleesklier om insuline aan te maken.

Behandeling met Victoza

U heeft een BMI van 35 of hoger en de bloedsuiker is slecht gereguleerd, op dat moment kan bekeken worden of Victoza een uitkomst biedt voor u bij de behandeling van diabetes. Bij patiënten met een BMI van 35 of hoger voor wie het afvallen ondanks begeleiding een probleem vormt, kan de toevoeging van victoza worden overwogen, vanwege het voordeel van de gewichtsafname.

Gewichtsafname is een gunstige bijwerking van het medicijn victoza, gewichtsafname is tevens wenselijk in deze situatie. Echter is het belangrijk dat de voeding goed samengesteld is en u voldoende voedingsstoffen binnenkrijgt. Dit hoeft niet te betekenen dat het gewichtsverlies tegengehouden wordt, er wordt alleen mee voorkomen dat u op een onverantwoorde manier gewicht verliest.

Uit de ervaring blijkt dat bij veel patiënten die victoza gebruiken de eetlust dusdanig laag is dat er onder het minimale dat we per dag nodig hebben gegeten wordt. Om deze reden is er voor u op een rijtje gezet wat aanbevolen wordt om per dag te gebruiken, zodat u dit naast uw eigen voedingspatroon kan leggen en in kan schatten of u voldoende eet. Bent u nog nooit bij een diëtist geweest, of is dit al meer dan een jaar geleden? Dan is het raadzaam om eens een afspraak te maken om uw voedingspatroon samen goed door te spreken en te optimaliseren. U hebt dan wel een verwijzing van uw nodig.

Spelregels bij het samenstellen van een goede voeding zijn:

- Eet gevarieerd;
- Wees matig met vet en vooral met verzadigd vet en cholesterol;
- Eet meer zetmeel en plantaardige producten, zoals groente, fruit, aardappelen, sojaproducten. Deze zijn rijk aan vezels en goede vetten;
- Wees zuinig met suiker en suikerrijke producten;
- Vermijd het gebruik van alcohol;
- Wees zuinig met zout;
- Drink ten minste 1½ liter vocht per dag.

Waarom zijn bepaalde voedingsmiddelen belangrijk?

De schijf van vijf is u wellicht bekend, hierin staat goed aangegeven waarom het belangrijk is uit elk vak een bepaald aantal voedingsmiddelen te nuttigen. Namelijk:

- Groente en fruit: om voldoende vitamines, zoals C, foliumzuur en mineralen als kalium binnen te krijgen. Tevens om voldoende voedingsvezels te gebruiken;

- Brood, granen, rijst, pasta, aardappelen, peulvruchten: koolhydraten, eiwit, voedingsvezels, B-vitamines en mineralen zoals ijzer;
- Zuivel, vlees(waren), vis, ei en vleesvervangers: eiwit, mineralen zoals ijzer en calcium, B-vitamines en visvetzuren;
- Vetten en olie: vitamine A, D, E en essentiële vetzuren;
- Dranken: vocht.

Wat hebben we nodig per dag?

Per persoon verschillen de precieze hoeveelheden die we nodig hebben per dag, we gaan uit van het minimale in deze. Bekijk eens 2 weken na de start van victoza uw voedingsinname. Gemiddeld kan het volgende gezegd worden bij volwassenen:

- Groente- 200 g (4 grote lepels);
- Fruit- 2 stuks (200 g);
- Brood- 5 sneetjes;
- Aardappelen, rijst, pasta, peulvruchten- 3 aardappelen of 3 opscheplepels;
- Melk(producten)- 2 bekertjes/schaaltjes;
- Kaas- 1 plak;
- Vlees(waren), vis, kip, eieren, vleesvervangers ± 100 gram;
- Halvarine- 30 gram;
- (Vloeibare)bak-, braad- en (olijf)olie- 1 afgestreken eetlepel;
- Dranken (incl. melk) 1½ liter.

FINANCIËLE ASPECTEN

Deze informatie betreft de verzekering en vergoeding van uw behandeling. Heeft u een verwijzing van uw huisarts? Dan dekt uw zorgverzekering 60% -100% van uw behandeling. Wij vergoeden de resterende 40% - 0% voor u. U betaalt dus niets extra's.

Vragen of suggesties?

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op via telefoonnummer: 020 238 8800.

Bent u van mening dat bepaalde informatie ontbreekt of onduidelijk is, heeft u opmerkingen over deze brochure of over de gang van zaken tijdens het onderzoek die nuttig kunnen zijn, dan vernemen wij het graag. Volgende patiënten kunnen hier baat bij hebben.

Ons privacyreglement vindt u op <http://www.acibademimc.com/over-ons> onder Privacy & klachten. Hier vindt u informatie over de mogelijkheid tot het melden van onveilige situaties (waaronder (bijna-)incidenten); klachten en/of claims;

Bij complicaties kunt u de kliniek (buiten) werktijden op het noodnummer bereiken: 06-214 66 796

Wat ik nog wil weten:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ACIBADEM
INTERNATIONAL MEDICAL CENTER