



# **Voeding en DM**

**Maren Oosthuizen, diëtist**



## **Wat komt er aan bod?**

- ✓ De Voedietist, Introductie
- ✓ Veel voorkomende vragen
- ✓ Hoe kunnen wij u ondersteunen
- ✓ Werkwijze
- ✓ Samenwerking
- ✓ Tarieven en vergoedingen

# • **Introductie**



- ✓ 13 diëtisten
- ✓ Wetenschappelijk onderbouwd
- ✓ Gedragsverandering/ lifestyle coach
- ✓ Post HBO DM
- ✓ Alle specialismen in huis
- ✓ Regelmatige overleg
- ✓ Maatwerk leveren

- **Als diëtist zijn wij onderdeel van het behandelteam**

## Veel voorkomende vragen ?

- **Wat** is diabetes?
- **Wat is de relatie voeding en diabetes?**
- **Koolhydraten?** En **calorieën** dan??
- Mag ik nu **geen suiker**?
- **Alcohol**, mag dat?
- Wat is voor mij **Volwaardige voeding**?

## Veel voorkomende vragen ?

- Ik wil mee **Uit eten**, en op **Vakantie**
- Hoe regel ik mijn bloedsuikers in de **Ramadan**
- Was dit een **Hypo**? Wat moet ik doen?
- Ik word duizelig bij het **Sporten**

**Wij helpen u, geven antwoord  
en een dieetadvies op maat.**

## Hoe kunnen wij u ondersteunen?

DM +

- Verlagen van uw bloedsuikers
- Overgewicht

# Wetenschap



- Uit studies blijkt, dat passende voeding zorgt voor minder medicatie en minder klachten
- 5-15% afvallen
  - = vermindering risico op DM

## Hoe kunnen wij u ondersteunen?

DM +

- Bij verandering van de medicatie
- Hoge bloeddruk, cholesterol
- Andere ziekten
- Ondergewicht
- Nierfunctiestoornis



- **Werkwijze:**
- Wij kijken niet alleen naar wat u heeft,
- Wij kijken naar wie u bent.
  - Cultureel, sociaal, medisch, historie
- Een dieetadvies op maat, om u te ondersteunen.
- Informatie en materiaal passend bij uw vragen en thema's rond diabetes.
- Begeleiding om het dieetadvies toe te passen
- Samenwerking met andere behandelaars

- **Wat kunt u van de begeleiding verwachten**
  - Kwaliteit
  - Advies op maat
  - Afgestemd op uw medicatie, klachten, leefpatroon en persoonlijke situatie
  - Afstemming met andere zorgverleners
  - Snel terecht
  - Persoonlijke begeleiding
  - Vaste diëtist



**Diëtistenpraktijk**

# **Samenwerking**



**Diëtist**

**+**

**POH**

**Huisarts**

**Fysio**

**Apotheek**

**= Beste zorg**

**= Ketenzorg**



# Tarieven en vergoedingen

**Dieetbegeleiding wordt sinds 1 januari 2013 weer vergoed vanuit de basisverzekering**

- ✓ **Ketenzorg** = Geen eigen risico,
- ✓ Begeleiding volledig vergoed!

- **Voordelen van passende voeding**

- Beter bloedsuiker
- Inzicht in relatie voeding en diabetes
- Verbetering levenskwaliteit
- Het heft in eigen hand





## Conclusie

- De juiste voeding is de basis van uw diabetes behandeling.

- **Vragen?**



- Maren Oosthuizen  
diëtist
  - [Maren@voedietist.nl](mailto:Maren@voedietist.nl)
  - [www.voedietist.nl](http://www.voedietist.nl)
- Tel: 06 40117274  
B.g.g : 0172 444893



**Bedankt voor uw aandacht,  
en altijd: Smakelijk eten !**