

Protocol voedingsadvies binnen keten diabetes mellitus type 2 ELZHA

Module 1. Nieuwe DM2 patiënt (in het 1e jaar na stellen van de diagnose T₂DM)¹

Onderwerp	Huisarts POH/dvk	Diëtist	Inhoud / Opmerkingen
1. Algemeen <u>Antropometrische gegevens</u> BMI, Tailleomvang (overgewicht, ondergewicht, glucosewaarden)	X	X	Relatie antropometrische gegevens – Diabetes Relatie dieetadvies diëtist
2. Verwijzing van HA naar POH	X		Zie verwijsprotocol voedingsadvies ELZHA
3. Consult POH; educatie: <u>a. Diabetes Mellitus algemeen</u> <u>b. Voeding algemeen</u>	X X		Uitleg DM, ziekte, symptomen, streefwaarden, hypoglykemie/hyperglykemie Richtlijnen Goede Voeding (Schijf van Vijf folder), POH geeft folder mee. Te bestellen via Voedingscentrum, klik hier . Of te downloaden via site ELZHA. Zie ook thuisarts.nl voor Voedingsadvies, klik hier . Voorkomen van sterke schommelingen in bloedglucosewaarden door: - Geen maaltijden overslaan, verdeel maaltijden goed over de dag, minimaal drie hoofdmaaltijden - Gebruik suiker (koolhydraat) met mate, eventueel inpassen in dieetadvies - Matig met vet met name verzadigd vet i.v.m. VRM - Bij voorkeur voldoende voedingsvezels i.v.m. minder snel stijgen van bloedglucosewaarden - Met mate koolhydraatrijke dranken zoals frisdrank, limonade (ongezoet) vruchtensap

¹ De diagnose diabetes mellitus mag worden gesteld bij:

- 2 nuchtere plasmaglucozewaarden $\geq 7,0$ mmol/l op 2 verschillende dagen;
- nuchtere plasmaglucozewaarde $\geq 7,0$ mmol/l of willekeurige plasmaglucozewaarde $\geq 11,1$ mmol/l in combinatie met klachten passend bij hyperglykemie.

4. Verwijzing naar diëtist	X		Zie verwijfsprotocol voedingsadvies ELZHA Vermeld bijzonderheden op het verwijfsformulier!
5. Diëtist <u>5a. Eerste consult</u> <u>Diabetes Mellitus relatie voeding</u>		X X	Uitleg relatie met bloedglucosewaarden - diëtistische diagnose: aan de hand van de uitkomsten van de anamnese, waarbij bloedglucosewaarden, risicoprofiel en uitkomsten voedingsanamnese bepalend zijn - individueel bepaald dieetbehandelplan - behandeldoel <u>Mondeling:</u> - uitleg diabetes en relatie voeding, bewegen en eventueel medicatie - naam, doel en principe dieet uitleg, risico op hyper- en hypoglykemie afhankelijk van de soort orale medicatie - uitleg kenmerken dieetbehandeling en leefregels - uitleg eetdagboek of voeding navragen - energiebalans <u>Schriftelijk:</u> Voorbeeld dagmenu met individueel dieetadvies en variatielijst, Brochures voeding en diabetes; Folder Schijf van Vijf. Te bestellen via Voedingscentrum, klik hier . Of te downloaden via site ELZHA. Zie ook thuisarts.nl voor Voedingsadvies, klik hier . - diëtistische diagnose - behandeldoel, volgens richtlijn NDF gewichtsreductie 5-10% - behandelplan
Terugkoppeling (rapportage) diëtist naar huisarts/poh			
<u>5b. Vervolgafspraak:</u> - voeding en koolhydraten (Kh) - Vet (V) - vezels - Zout - Vitamines en mineralen - knelpunten in de voeding - voeding in diverse leefsituaties - energiebalans - alcohol ²	x	X X X X X X X X	Kh: soort, hoeveelheid, verdeling V: onverzadigd vet ivm hyperlipidemie en hypertensie hyperglykemie, gewicht / taille

- voeding en late complicaties ² - gedragsverandering en gedragsbehoud ² - leefstijl ² - barrières (taal, cultuur, stress, depressie, eetstoornis) ²	X X X X	X X X X	
<i>5c. Vervolgafpraak / evaluatie:</i> - gedragsverandering en gedragsbehoud - behaalde doelen		X X	Regelmaat, implementatie adviezen Voortzetten advisering en begeleiding in module 2, 3 of 4 in volgend kalenderjaar
6. Bewegen algemeen	X	X	Invloed op diabetes
7. Roken Stoppen met roken en gewicht	X	 X	Relatie roken en gezondheid. Al eerder SMR cursus gevolgd? Veranderde energiebalans
8. Bijzondere situaties Ramadan/vasten Sporten Onregelmatige werktijden Vakantie	 X X X X		Medicatie aanpassing door huisarts Zo nodig diëtist inschakelen
9. Medicatie Aanpassing medicatie en eventuele aanpassingen van de voeding hierbij	X	X	Medicatie aanpassing door huisarts
10. Zelfcontrole en -regulatie	X		

Participatie patiënt: de patiënt wordt bij elk onderwerp uiteraard intensief betrokken. Zelfmanagement wordt gestimuleerd o.a. door het opstellen van een individueel zorgplan. Hierin staan de proceskenmerken (wie doet wat en wanneer) en de concrete resultaten/afspraken.

Dit protocol is tot stand gekomen in de werkgroep dieetadvies van ELZHA, bestaande uit kaderhuisarts DM2, praktijkondersteuners, diabetesverpleegkundigen en diëtisten.

² hoewel diëtist deze onderwerpen behandelt in het consult, behandelt poh/dvk dit onderwerp ook teneinde elkaars informatie en het belang van deze informatie te benadrukken