

Zorgtraject diabetes type 2 - opvolgingsplan

De huisarts stelt, in overleg met zijn patiënt, een opvolgingsplan op. Dit is gebaseerd op de volgende doelstellingen die worden aangepast en geïndividualiseerd op maat van de patiënt.

1. Doen begrijpen van de ziekte en van de geplande zorgbegeleiding
2. Motiveren van de patiënt en verwerving van de steun van zijn omgeving
3. Gezonde levensstijl
 - » sedentariteit: fysieke activiteit aanmoedigen
 - » tabakgebruik: rookstop
 - » ongezonde voeding: gezonde aanpassingen doorvoeren
 - » obesitas: gewichtsreductie stimuleren
4. Opvolgen en behandelen van, eventueel farmacologisch
 - » glycemie (Hb A1c <7%)
 - » lipiden (LDL-cholesterol < 100 mg/dl of zelfs <70 mg/dl indien majeure cardio-vasculair risico): statines tenzij tegenindicatie
 - » bloeddruk (<130/80mmHg, <125/75 mmHg indien proteïnurie >1g/dag)
 - » geneesmiddelen om het risico op trombose tegen te gaan
 - » overgewicht: -5 tot 10 % tijdens het eerste jaar
 - » tabakgebruik: rookstop
 - » infecties
5. Biologische controles HbA1c, lipiden
6. Jaarlijks onderzoek op complicaties
 - » anamnese: klachten van ischemisch hartlijden, neuropathische of ischemische pijnen in onderste ledematen, seksuele stoornissen, ...
 - » bloed en urineonderzoek: microalbuminurie, creatinine, creatinineklaring
 - » oogfundusonderzoek door oogarts
 - » onderzoek van voeten
7. Inenten tegen griep en pneumokokken.