

Patient empowerment

Door informatie te geven aan de patiënt kunnen vooroordelen of misvattingen over diabetes en de behandeling ervan vaak worden weggenomen. Emotionele factoren (ontkenning, woede, schuldgevoel, depressie en aanvaarding) bepalen dikwijls in grote mate het educatieproces. Hoe drastischer de leefstijlwijzigingen of hoe complexer de therapievormen, hoe moeilijker het doel zal worden bereikt. Een open en respectvolle relatie tussen de patiënt en zorgverstreker verhoogt de slaagkansen. Communicatie is hierbij essentieel; luisteren is net zo belangrijk als spreken.

Volgende onderwerpen kunnen aangehaald worden, eventueel in verschillende sessies:

- ✓ De **achtergronden** van de ziekte.
- ✓ De **behandeling** en therapietrouw.
- ✓ De mogelijke **complicaties** van de ziekte.
- ✓ **Niet-medicamenteuze adviezen** en het (zelf) formuleren van haalbare doelen m.b.t. gewicht, rookgedrag, lichaamsbeweging en medicatietrouw.
- ✓ De **streefwaarden** voor glucose, HbA1c, lipiden en bloeddruk.
- ✓ Herkenning van de **signalen van hyper- en hypoglykemie** en hoe hierop te reageren.
- ✓ Eventuele **controle en regulatie** van de eigen bloedglucosewaarden.
- ✓ Aanraden van vaccinaties (griep, pneumokokken, ...).

Personen met diabetes hebben nl. een verhoogd risico op ernstige complicaties door een griepinfectie. Diabetespatiënten moeten dus aangeraden worden zich te vaccineren om de morbiditeit en mortaliteit te verminderen!

Eventueel kan u de patiënt doorverwijzen naar volgende sites:

- ✓ www.diabetes.be (diabetesliga)
- ✓ www.gezondheidwetenschap.be
- ✓ www.thuisarts.nl / www.apotheek.nl
- ✓ Uw persoonlijke apotheeksite

Ook verschillende app's i.v.m. diabetes kunnen aangeraden worden.

Een educatie van de patiënt zou kunnen gebeuren op 4 momenten:

- ✓ Bij de diagnose.
- ✓ Daarna jaarlijks.
- ✓ Wanneer self-management moeilijk wordt voor de patiënt door bv. gezondheidsproblemen, fysieke problemen, emotionele factoren.
- ✓ Wanneer er een verandering in de zorg gebeurt bv. aanpassing van medicatie, opname in ziekenhuis.
- ✓ Op voorschrift van de arts (i.k.v. voortraject diabetes)(momenteel nog niet van toepassing).

Een succesvolle diabeteseducatie houdt rekening met de volgende punten:

- ✓ Hanteer eenvoudig taalgebruik en visuele ondersteuning
- ✓ Hanteer eenvoudige en concrete richtlijnen
- ✓ Controleer of adviezen begrepen zijn
- ✓ Een schriftelijke samenvatting kan nuttig zijn als geheugensteun
- ✓ Schakel zo mogelijk de omgeving in (partner, familie, collega's)
- ✓ Herhaal deze adviezen regelmatig.