



Diabetes type 2  
Stappenplan voor  
uw zorgtraject

Beste,

U hebt beslist om in het zorgtraject diabetes te stappen. Het zorgtraject heeft tot doel uw diabetes zo goed mogelijk te behandelen.

Dit is geen uitgebreide handleiding over diabetes. Wij willen u vooral helpen om uw weg te vinden in het zorgtraject. Daarom werden de verschillende elementen die binnen het zorgtraject belangrijk zijn, op een rijtje gezet.

In dit boekje vindt u de voordelen en voorwaarden van het zorgtraject. U kunt er ook enkele belangrijke gegevens in noteren.

Het grootste deel van de behandeling ligt in uw handen, maar in het zorgtraject zal u worden begeleid door verschillende zorgverleners.

Uw huisarts is degene die samen met u de koers zal bepalen en met u de stappen in de behandeling bespreekt.

Veel succes met uw behandeling!

# Uw gegevens

Naam: .....

Adres: .....

Tel./gsm: .....

E-mail: .....

Geboortedatum: ..... / ..... / .....

Kleefbriefje van uw ziekenfonds

## Belangrijke gegevens in uw zorgtraject:

Zorgtraject loopt: van ..... tot .....

Type glucosemeter: .....

Glucosemeter aangeschaft op (datum): .....

## Verwittigen in geval van nood:

Naam: .....

Tel./gsm: .....

Naam: .....

Tel./gsm: .....



# Wie zijn uw zorgverleners in het zorgtraject diabetes type 2?



## Uw huisarts

is de eerste aanspreekpersoon in het zorgtraject en zal samen met u de behandeling uitstippelen.

## Uw diabetesspecialist

werkt samen met uw huisarts en andere zorgverleners voor het behandelen van uw diabetes. Daarom gaat u jaarlijks op controle bij de specialist. Indien nodig kan uw huisarts beslissen om sneller een consult aan te vragen of om met de specialist te overleggen.

## Uw diabeteseducator

informeert u over uw diabetes en helpt bij de noodzakelijke veranderingen in uw levenswijze. Dit wordt "educatie" genoemd. De educator kiest ook samen met u een geschikte glucosemeter.

## Uw diëtist

stelt een persoonlijk voedingsadvies samen en zal u helpen om uw gewicht onder controle te houden.

## Uw podoloog

zal bij klachten uw voeten onderzoeken en zo nodig verder behandelen.

## Uw apotheker

begeleidt u bij een correct medicatiegebruik en geeft uitleg over het goed gebruik van diabetesmateriaal dat ter beschikking wordt gesteld in het zorgtraject.

## Uw oogarts

een jaarlijks oogonderzoek door deze specialist is belangrijk

<p><b>UW HUISARTS:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>	<p><b>UW OOGARTS:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>
<p><b>UW DIABETESSPECIALIST:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>	<p><b>UW PODOLOOG:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>
<p><b>UW DIABETES EDUCATOR:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>	<p><b>UW DIËTIST:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>
<p><b>UW APOTHEKER:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>	<p><b>UW VERPLEEGKUNDIGE:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>
<p><b>ANDERE:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>	<p><b>ANDERE:</b></p> <p>(stempel)</p> <p>Naam: Adres: Tel.:</p>

# Wat is het zorgtraject diabetes?

U hebt diabetes type 2 en u wordt met insuline (één tot twee inspuitingen per dag) of met een incretinemimeticum (inspuiting) behandeld. Of u neemt momenteel orale medicatie, maar bovenstaande behandelingen worden overwogen.

➔ In die gevallen kan uw diabetes worden opgevolgd via een “zorgtraject diabetes type 2”.

## Een goede samenwerking

Een goede aanpak van uw diabetes vereist een goede samenwerking tussen alle betrokken zorgverleners en uzelf. Dit wordt vastgelegd in een contract, getekend door uzelf, uw huisarts en uw diabetesspecialist.

Uw huisarts is de eerste aanspreekpersoon in uw zorgtraject. Deze zal in nauw overleg met uw diabetesspecialist uw gezondheidssituatie en de doelstellingen van de behandeling opvolgen. Daarnaast kunnen andere zorgverleners u ook ondersteunen.

## Afspraken binnen het zorgtraject

- U verbindt zich ertoe om minstens **2 maal per jaar** op raadpleging te gaan bij uw huisarts en minstens **1 maal per jaar** bij uw diabetesspecialist.
- Om van de voordelen van het zorgtraject te kunnen genieten dient uw huisarts uw **globaal medisch dossier** te beheren. Binnen het jaar na de start van het zorgtraject dient dit in orde te zijn.



## Voordelen van het zorgtraject

- Uw huisarts stelt met u een behandelingsplan op. U spreekt een aantal persoonlijke werkpunten (gewicht, beweging, rookstop...) af die u ter harte neemt. Deze worden regelmatig met u opgevolgd door de huisarts.
- Gedurende de 4 jaar dat uw zorgtraject loopt, betaalt uw ziekenfonds al de raadplegingen bij uw huisarts (geen huisbezoeken) en diabetes-specialist volledig terug.<sup>1</sup>
- U krijgt de mogelijkheid om begeleiding te krijgen van een diabetes-educator, met volledige terugbetaling door uw ziekenfonds.
- U krijgt specifiek diabetesmateriaal gratis ter beschikking (glucosemeter, strookjes en lancetten).
- Er is een gedeeltelijke terugbetaling voorzien van twee consultaties per jaar bij de diëtist (minimum 30 minuten) en podoloog (minimum 45 minuten).

---

1. Dit geldt enkel voor de officiële tarieven. Indien uw arts niet geconventioneerd is, zal een eventueel supplement aangerekend worden.

# Uw zorgtraject diabetes, stap voor stap

Hier vindt u een korte 'handleiding' voor het zorgtraject diabetes. Houd er wel rekening mee dat elke behandeling specifiek is. Uw huisarts zal met u een persoonlijk opvolgingsplan afspreken. De hier beschreven stappen kunnen eventueel iets anders verlopen.

## Stap 1: Op raadpleging bij uw huisarts

### Wat doet uw huisarts?

- 🕒 onderzoekt of u in aanmerking komt voor het zorgtraject
- 🕒 overloopt met u, uw persoonlijke doelstellingen en het opvolgingsplan
- 🕒 ondertekent het zorgtrajectcontract.

### Wat krijgt u mee van uw huisarts?

- 🕒 zorgtrajectcontract
- 🕒 eventueel verwijsbrief voor uw diabetesspecialist
- 🕒 eventueel kopie van uw persoonlijk opvolgingsplan.

### Wat doet u?

- 🕒 ondertekent het zorgtrajectcontract
- 🕒 maakt een afspraak bij de diabetesspecialist.

Deze eerste raadpleging bij uw huisarts betaalt uw ziekenfonds u gedeeltelijk terug. U betaalt enkel het remgeld.





## Stap 2: Op raadpleging bij de diabetesspecialist

### Wat neemt u mee?

- 🕒 zorgtrajectcontract
- 🕒 verwijfsbrief van de huisarts, indien u dit heeft
- 🕒 kopie van uw opvolgingsplan, indien u dit heeft.

### Wat doet uw diabetesspecialist?

- 🕒 bespreekt met u het zorgtraject
- 🕒 ondertekent het zorgtrajectcontract.

Deze eerste raadpleging bij uw diabetesspecialist betaalt uw ziekenfonds u gedeeltelijk terug. U betaalt enkel het remgeld.

## Stap 3: Bezorg het zorgtrajectcontract aan uw huisarts

### Wat bezorgt u?

- 🕒 ondertekend zorgtrajectcontract.

### Wat doet uw huisarts?

- 🕒 bewaart het origineel contract in uw medisch dossier
- 🕒 stuurt een kopie van het contract naar de adviserend geneesheer van uw ziekenfonds.

## Stap 4: Wachten tot de goedkeuring van uw ziekenfonds

### Wat doet uw ziekenfonds?

- ☺ stuurt met de post een goedkeuring naar uzelf, uw huisarts en de diabetesspecialist
- ☺ uw zorgtraject start op de datum vermeld op de goedkeuring van het ziekenfonds.

Vanaf nu betaalt uw ziekenfonds u de raadplegingen bij uw huisarts (geen huisbezoeken) en diabetesspecialist volledig terug. Dit voor de duur van uw zorgtraject.

## Stap 5: Wanneer u de goedkeuring van uw ziekenfonds hebt ontvangen gaat u opnieuw naar uw huisarts

### Wat krijgt u mee van uw huisarts?

- ☺ voorschrift diabeteseducatie
- ☺ voorschrift voor "glucosemeter, strookjes en lancetten" voor 6 maanden<sup>2</sup>
- ☺ informatie voor de diabeteseducator
- ☺ uw huisarts heeft contactgegevens van erkende diabeteseducatoren in uw regio en bespreekt met u waar de educatie kan plaatsvinden.

---

2. Met de vermelding "ZTD" of "zorgtraject diabetes".

## Stap 6: Afspraak met de diabeteseducator

### Welke documenten heeft u nodig?

- ☞ voorschrift voor diabeteseducatie
- ☞ informatie van uw huisarts
- ☞ eventueel voorschrift voor glucosemeter, strookjes en lancetten voor 6 maanden.

### Wat doet uw diabeteseducator?

- ☞ bespreekt met u de keuze van de glucosemeter en de stappen in de diabeteseducatie.

### Wat krijgt u van uw diabeteseducator?

- ☞ attest voor de aflevering van een glucosemeter.

Uw ziekenfonds bekostigt de voorziene educatie volledig.

### Educatie voorzien in het zorgtraject

Het is uw huisarts die de educatie in overleg met u en de diabeteseducator voorschrijft.

Tijdens het 1<sup>e</sup> jaar heeft u recht op vijf tot max. tien keer 30 minuten educatie.<sup>3</sup>

In de volgende jaren hebt u recht op één tot maximaal zes keer 30 minuten educatie, naargelang de noodzaak.

De begeleiding door een diabeteseducator is verplicht in volgende gevallen:

- ☞ Wanneer u opstart met spuitjes (insuline of incretinemimeticum): vijf keer 30 minuten educatie.
- ☞ Wanneer u overschakelt van één naar twee spuitjes: twee keer 30 minuten educatie.
- ☞ Wanneer uw hemoglobine A1c<sup>4</sup> hoger is dan 7,5 % (58 mmol/mol): twee keer 30 minuten educatie.
- ☞ Wanneer u een nieuwe glucosemeter nodig heeft (maximum om de drie jaar): één keer 30 minuten educatie.

3. Behalve indien u reeds diabeteseducatie hebt gekregen buiten het zorgtraject.

4. Hemoglobine A1c (HbA1c) geeft aan of uw bloedsuiker gedurende de voorbije 3 maanden goed geregeld was.

## Stap 7: Naar uw apotheker of andere erkende verdeler

### Wat neemt u mee?

- voorschrift voor glucosemeter, strookjes en lancetten voor 6 maanden
- attest van de diabeteseducator voor de aflevering van de gekozen glucosemeter.

### Wat krijgt u van uw apotheker?

- 150 strookjes voor bloedglucosemeting
- 100 lancetnaaldjes voor het prikken
- 1 glucosemeter.

Uw ziekenfonds bekostigt het materiaal volledig.

### ! Opvolging van bloedglucosewaarden

Vanaf nu beschikt u over het nodige diabetesmateriaal om uw bloedglucosewaarden op te volgen.

Zorg voor voldoende metingen volgens de aanwijzingen van uw arts. Noteer de meetresultaten goed in uw glycemiedagboekje.

U heeft dit nodig voor elk bezoek bij uw arts, educator of diëtist.

## Stap 8: Naar een diëtist (en/of podoloog)

Zo nodig zal uw huisarts u doorverwijzen naar een erkende diëtist en/of podoloog.

### Wat krijgt u van uw huisarts?

- voorschrift voor podologie en/of dieetadvies
- informatie voor uw zorgverleners.

**Dieetadvies:** Binnen het zorgtraject zijn twee keer 30 minuten per jaar voorzien die uw ziekenfonds u gedeeltelijk terugbetaalt.

**Podologisch advies<sup>5</sup>:** Binnen het zorgtraject zijn twee keer 45 minuten per jaar voorzien die uw ziekenfonds u gedeeltelijk terugbetaalt.

---

5. Enkel terugbetaald bij risicogroepen.

## Stap 9: Ga opnieuw langs bij uw huisarts

In het kader van het zorgtraject moet u minimum om de zes maanden uw huisarts raadplegen. De huisarts zal met u afspreken hoe vaak uw diabetes moet worden opgevolgd.

### Wat doet uw huisarts?

- ☺ overloopt met u uw gezondheidstoestand
- ☺ bespreekt uw persoonlijke doelstellingen
- ☺ geeft u een nieuw voorschrift voor strookjes en lancetten.

## Stap 10: Naar uw apotheker of andere erkende verdeler

### Wat neemt u mee?

- ☺ voorschrift voor hernieuwing strookjes en lancetten voor 6 maanden.

### Wat krijgt u mee?

- ☺ 150 strookjes
- ☺ 100 lancetnaalden.

## Stap 11: Naar de oogarts

U laat best jaarlijks een preventief oogonderzoek doen.

De raadplegingen bij andere specialisten zoals de oogarts, betaalt uw ziekenfonds u gedeeltelijk terug.

## Stap 12: Jaarlijkse raadpleging bij uw diabetesspecialist

U laat best kort voordien bij uw huisarts de “grote jaarcontrole” doen, met bloed- en urineonderzoek, en het preventief oogonderzoek bij uw oogarts.

### Wat neemt u mee?

- 📄 verslag van uw huisarts
- 📄 volledige medicatielijst
- 📄 de resultaten van voorbereidende onderzoeken

### Wat doet uw diabetesspecialist?

- 🗣️ bespreekt uw resultaten en behandeling
- 📄 stuurt een verslag naar uw huisarts

Deze raadplegingen bij de diabetesspecialist betaalt uw ziekenfonds u volledig terug.

# Overzicht van de afspraken met uw zorgverleners



# JAAR 1

## Raadplegingen bij uw huisarts

1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadplegingen bij uw diabetesspecialist

1.	2.	3.	4.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadpleging bij een andere specialist (met betrekking tot uw diabetes)

1. Oogarts		3. ....	
2. ....		4. ....	

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds.



## Afspraken met uw **educator**

Maximaal drie keer 30 minuten op dezelfde dag.

30 min.	30 min.	30 min.	30 min.	30 min.
30 min.	30 min.	30 min.	30 min.	30 min.

Volledige terugbetaling door het ziekenfonds (maximum tien sessies, te bepalen door uw huisarts).

## Afspraken bij uw **diëtist**

30 min.	30 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 30 minuten per jaar).

## Afspraken bij uw **podoloog**

45 min.	45 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 45 minuten per jaar).

## Bij uw **apotheker of erkende verdeler**

Datum eerste aflevering diabetesmateriaal voor zes maanden (glucosemeter, strookjes, lancetten)	(stempel)
Datum hernieuwing diabetesmateriaal (strookjes, lancetten)	(stempel)

Dit diabetesmateriaal wordt volledig bekostigd door uw ziekenfonds.

# JAAR 2

## Raadplegingen bij uw huisarts

1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadplegingen bij uw diabetesspecialist

1.	2.	3.	4.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadpleging bij een andere specialist (met betrekking tot uw diabetes)

1. Oogarts		3. ....	
2. ....		4. ....	

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds.

## Afspraken met uw **educator**

De nodige educatie wordt voorgeschreven door uw huisarts.

30 min.	30 min.

30 min.	30 min.	30 min.	30 min.

Volledige terugbetaling door het ziekenfonds (maximum zes sessies, te bepalen door uw huisarts).

## Afspraken bij uw **diëtist**

30 min.	30 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 30 minuten per jaar).

## Afspraken bij uw **podoloog**

45 min.	45 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 45 minuten per jaar).

## Bij uw **apotheker of erkende verdeler**

Datum hernieuwing diabetesmateriaal (strookjes, lancetten)	(stempel)
Datum hernieuwing diabetesmateriaal (strookjes, lancetten)	(stempel)

Dit diabetesmateriaal wordt volledig bekostigd door uw ziekenfonds.

# JAAR 3

## Raadplegingen bij uw huisarts

1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadplegingen bij uw diabetesspecialist

1.	2.	3.	4.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadpleging bij een andere specialist (met betrekking tot uw diabetes)

1. Oogarts		3. ....	
2. ....		4. ....	

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds.

## Afspraken met uw **educator**

De nodige educatie wordt voorgeschreven door uw huisarts.

30 min.	30 min.

30 min.	30 min.	30 min.	30 min.

Volledige terugbetaling door het ziekenfonds (maximum zes sessies, te bepalen door uw huisarts).

## Afspraken bij uw **diëtist**

30 min.	30 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 30 minuten per jaar).

## Afspraken bij uw **podoloog**

45 min.	45 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 45 minuten per jaar).

## Bij uw **apotheker of erkende verdeler**

Datum hernieuwing diabetesmateriaal (strookjes, lancetten)	(stempel)
Datum hernieuwing diabetesmateriaal (strookjes, lancetten)	(stempel)

Dit diabetesmateriaal wordt volledig bekostigd door uw ziekenfonds.

# JAAR 4

## Raadplegingen bij uw huisarts

1.	2.	3.	4.	5.
6.	7.	8.	9.	10.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadplegingen bij uw diabetesspecialist

1.	2.	3.	4.

Volledige terugbetaling door uw ziekenfonds (ook uw remgeld).

## Raadpleging bij een andere specialist (met betrekking tot uw diabetes)

1. Oogarts		3. ....	
2. ....		4. ....	

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds.

## Afspraken met uw **educator**

De nodige educatie wordt voorgeschreven door uw huisarts.

30 min.	30 min.

30 min.	30 min.	30 min.	30 min.

Volledige terugbetaling door het ziekenfonds (maximum zes sessies, te bepalen door uw huisarts).

## Afspraken bij uw **diëtist**

30 min.	30 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 30 minuten per jaar).

## Afspraken bij uw **podoloog**

45 min.	45 min.

Gedeeltelijke terugbetaling door uw ziekenfonds (maximum twee keer 45 minuten per jaar).

## Bij uw **apotheker of erkende verdeler**

Datum hernieuwing diabetesmateriaal (glucosemeter indien nodig, strookjes, lancetten)	(stempel)
Datum hernieuwing diabetesmateriaal (strookjes, lancetten)	(stempel)

Dit diabetesmateriaal wordt volledig bekostigd door uw ziekenfonds.





# Uw persoonlijke doelstellingen



# JAAR 1

	EBM waarde	Huidige situatie	Mijn doelstellingen																			
Datum		. . / . . / . . . .	. . / . . / . . . .																			
			Doel	Resultaat																		
<b>3-MAANDELIJKS</b>	Ziekte-inzicht																					
	Gezonde voeding																					
	Regelmatig bewegen	5 x 30 min/week																				
	Tabakgebruik	Geen	<input type="checkbox"/> Roker <input type="checkbox"/> Niet-roker	Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																		
	Gewicht	5 % tot 10 % ↓ lichaamsgewicht indien BMI > 25	kg	kg																		
	BMI			kg																		
	Buikomtrek	Man < 94 cm Vrouw < 80 cm	cm	cm																		
	Bloeddruk	< 130/80 mm Hg	mm Hg	mm Hg																		
	Glycemie	80-110 mg/dl	mg/dl	mg/dl																		
	HbA1c	< 7 % < 53 mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol																		
<b>JAARLIJKS</b>	Ondervraging	Hartlijden, zenuwpijnen, enz.																				
	Risicograad voet	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2a</td> <td>2b</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>R</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				0	1	2a	2b	3	L						R					
	0	1	2a	2b	3																	
L																						
R																						
		EBM waarde	Huidige situatie	Doel	Resultaat																	
	Bloed																					
	Tot Cholesterol	< 180 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	LDL-cholesterol	< 100 mg/dl (< 70 mg/dl indien hart- en vaatlijden)	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Triglyceriden	< 150 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Urine microalbumine	Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																			
	Oogarts	1x/jaar	Datum: . . / . . / . . . .																			
	Inenting	Griep: 1x/jaar  Pneumokokken: 1x/5 tot 7 jaar	Griep: ja Datum: . . / . . / . . . .  Pneumokokken: Ja Datum: . . / . . / . . . .																			

Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen	
... / ... / ...		... / ... / ...		... / ... / ...	
Doel	Resultaat	Doel	Resultaat	Doel	Resultaat
Wenst te stoppen	Rookstop	Wenst te stoppen	Rookstop	Wenst te stoppen	Rookstop
<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja
<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee
kg	kg	kg	kg	kg	kg
cm	cm	cm	cm	cm	cm
mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg
mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl
%	%	%	%	%	%
mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol

# JAAR 2

	EBM waarde	Huidige situatie	Mijn doelstellingen																			
Datum		. . / . . / . . . .	. . / . . / . . . .																			
			Doel	Resultaat																		
<b>3-MAANDELIJKS</b>	Ziekte-inzicht																					
	Gezonde voeding																					
	Regelmatig bewegen	5 x 30 min/week																				
	Tabakgebruik	Geen	<input type="checkbox"/> Roker <input type="checkbox"/> Niet-roker	Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																		
	Gewicht	5 % tot 10 % ↓ lichaamsgewicht indien BMI > 25	kg	kg																		
	BMI			kg																		
	Buikomtrek	Man < 94 cm Vrouw < 80 cm	cm	cm																		
	Bloeddruk	< 130/80 mm Hg	mm Hg	mm Hg																		
	Glycemie	80-110 mg/dl	mg/dl	mg/dl																		
	HbA1c	< 7 % < 53 mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol																		
<b>JAARLIJKS</b>	Ondervraging	Hartlijden, zenuwpijnen, enz.																				
	Risicograad voet	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2a</td> <td>2b</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>R</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		0	1	2a	2b	3	L						R							
	0	1	2a	2b	3																	
L																						
R																						
		EBM waarde	Huidige situatie	Doel	Resultaat																	
	Bloed																					
	Tot Cholesterol	< 180 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	LDL-cholesterol	< 100 mg/dl (< 70 mg/dl indien hart- en vaatlijden)	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Triglyceriden	< 150 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Urine microalbumine	Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																			
	Oogarts	1x/jaar	Datum: . . / . . / . . . .																			
	Inentingen	Griep: 1x/jaar  Pneumokokken: 1x/5 tot 7 jaar	Griep: ja Datum: . . / . . / . . . .  Pneumokokken: Ja Datum: . . / . . / . . . .																			

Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen	
... / ... / .....		... / ... / .....		... / ... / .....	
Doel	Resultaat	Doel	Resultaat	Doel	Resultaat
Wenst te stoppen	Rookstop	Wenst te stoppen	Rookstop	Wenst te stoppen	Rookstop
<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Ja
<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Nee
kg	kg	kg	kg	kg	kg
cm	cm	cm	cm	cm	cm
mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg
mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl
%	%	%	%	%	%
mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol	mmol/mol

# JAAR 3

	EBM waarde	Huidige situatie	Mijn doelstellingen																			
Datum		.. / .. / .....	.. / .. / .....																			
			Doel	Resultaat																		
<b>3-MAANDELIJKS</b>	Ziekte-inzicht																					
	Gezonde voeding																					
	Regelmatig bewegen	5 x 30 min/week																				
	Tabakgebruik	Geen	<input type="checkbox"/> Roker <input type="checkbox"/> Niet-roker	Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																		
	Gewicht	5 % tot 10 % ↓ lichaamsgewicht indien BMI > 25	kg	kg																		
	BMI			kg																		
	Buikomtrek	Man < 94 cm Vrouw < 80 cm	cm	cm																		
	Bloeddruk	< 130/80 mm Hg	mm Hg	mm Hg																		
	Glycemie	80-110 mg/dl	mg/dl	mg/dl																		
	HbA1c	< 7 % < 53 mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol																		
<b>JAARLIJKS</b>	Ondervraging	Hartlijden, zenuwpijnen, enz.																				
	Risicograad voet	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2a</td> <td>2b</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>R</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>		0	1	2a	2b	3	L						R							
	0	1	2a	2b	3																	
L																						
R																						
		EBM waarde	Huidige situatie	Doel	Resultaat																	
	Bloed																					
	Tot Cholesterol	< 180 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	LDL-cholesterol	< 100 mg/dl (< 70 mg/dl indien hart- en vaatlijden)	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Triglyceriden	< 150 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Urine microalbumine	Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																			
	Oogarts	1x/jaar	Datum: .. / .. / .....																			
	Inentingen	Griep: 1x/jaar  Pneumokokken: 1x/5 tot 7 jaar	Griep: ja Datum: .. / .. / .....	Pneumokokken: Ja Datum: .. / .. / .....																		

Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen	
... / ... / .....		... / ... / .....		... / ... / .....	
Doel	Resultaat	Doel	Resultaat	Doel	Resultaat
Wenst te stoppen	Rookstop	Wenst te stoppen	Rookstop	Wenst te stoppen	Rookstop
<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee
kg	kg	kg	kg	kg	kg
cm	cm	cm	cm	cm	cm
mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg
mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl
% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol

# JAAR 4

	EBM waarde	Huidige situatie	Mijn doelstellingen																			
Datum		.. / .. / .....	.. / .. / .....																			
			Doel	Resultaat																		
<b>3-MAANDELIJKS</b>	Ziekte-inzicht																					
	Gezonde voeding																					
	Regelmatig bewegen	5 x 30 min/week																				
	Tabakgebruik	Geen	<input type="checkbox"/> Roker <input type="checkbox"/> Niet-roker	Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																		
	Gewicht	5 % tot 10 % ↓ lichaamsgewicht indien BMI > 25	kg	kg																		
	BMI			kg																		
	Buikomtrek	Man < 94 cm Vrouw < 80 cm	cm	cm																		
	Bloeddruk	< 130/80 mm Hg	mm Hg	mm Hg																		
	Glycemie	80-110 mg/dl	mg/dl	mg/dl																		
	HbA1c	< 7 % < 53 mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol																		
<b>JAARLIJKS</b>	Ondervraging	Hartlijden, zenuwpijnen, enz.																				
	Risicograad voet	<table border="1"> <tr> <td></td> <td>0</td> <td>1</td> <td>2a</td> <td>2b</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>L</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>R</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>				0	1	2a	2b	3	L						R					
	0	1	2a	2b	3																	
L																						
R																						
		EBM waarde	Huidige situatie	Doel	Resultaat																	
	Bloed																					
	Tot Cholesterol	< 180 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	LDL-cholesterol	< 100 mg/dl (< 70 mg/dl indien hart- en vaatlijden)	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Triglyceriden	< 150 mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl																	
	Urine microalbumine	Nee	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee																			
	Oogarts	1x/jaar	Datum: .. / .. / .....																			
	Inentingen	Griep: 1x/jaar  Pneumokokken: 1x/5 tot 7 jaar	Griep: ja Datum: .. / .. / .....	Pneumokokken: Ja Datum: .. / .. / .....																		



Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen		Mijn doelstellingen	
.../.../....		.../.../....		.../.../....	
Doel	Resultaat	Doel	Resultaat	Doel	Resultaat
Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	Rookstop <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	Rookstop <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	Wenst te stoppen <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee	Rookstop <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee
kg	kg	kg	kg	kg	kg
cm	cm	cm	cm	cm	cm
mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg	mm Hg
mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl	mg/dl
% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol	% mmol/mol

# Notities



A series of horizontal dotted lines for taking notes, spanning the width of the page below the header.

# Meer informatie

 Over het zorgtraject:

[www.zorgtraject.be](http://www.zorgtraject.be)

 Over diabetes:

Vlaamse Diabetes Vereniging vzw

Ottergemsesteenweg 456, 9000 Gent

Tel.: 09 220 05 20

E-mail: [vdv@diabetes.be](mailto:vdv@diabetes.be)

Website: [www.diabetes.be](http://www.diabetes.be)

**DIABETES INFOLIJN**

**Gratis**  **0800 - 96 333**

**Tijdens de werkuren**

Mei 2011

Realisatie

Vlaamse Diabetes Vereniging vzw en Association  
Belge du Diabète asbl, in samenwerking  
met de zorgtrajectpromotoren en RIZIV

Verantwoordelijke uitgever

J. De Cock, Tervurenlaan 211,  
1150 Brussel

Graphic Design

Communicatiecel van  
het RIZIV

Wettelijk depot

D/2011/0401/6



VLAAMSE  
DIABETES  
VERENIGING vzw



Association Belge du Diabète ...



ZORGTRAJECTEN