

# DIABETES

## de feiten op een rijtje



Wereldwijd hebben nu al  
**415 MILJOEN**  
**VOLWASSENEN**

diabetes en dat aantal zal stijgen naar  
ca. 642 miljoen in het jaar 2040.<sup>(1,2)</sup>



**1 OP DE 14**  
**NEDERLANDERS**

**IN NEDERLAND GAAT HET OM RUIM**  
**1,2 MILJOEN MENSEN.**

**DAT IS 1 OP DE 14 NEDERLANDERS.**

**EN ELKE WEEK KOMEN ER CIRCA**

**1.200 BIJ!**<sup>(3)</sup>

## TYPE **2** DIABETES



**9 op de 10 mensen** met diabetes hebben diabetes type 2.<sup>(3)</sup> Bij mensen met diabetes type 2 kan het lichaam de bloedsuiker niet meer in evenwicht houden. Doordat het lichaam te weinig insuline aanmaakt of minder goed reageert op insuline.<sup>(4,5)</sup>

Diabetes type 2 komt steeds vaker voor. Je leefstijl kan er de oorzaak van zijn: bijvoorbeeld door te weinig bewegen, roken of voeding. Een gezonde leefstijl kan helpen om diabetes type 2 te voorkomen. Maar dat lukt niet altijd. Bijvoorbeeld als de erfelijke aanleg te sterk is.<sup>(6)</sup>

## ERNSTIGE COMPLICATIES



Hart



Nier



Ogen



Voet



Zenuw

Diabetes kan (op korte en lange termijn) voor lichamelijke complicaties zorgen. Bijvoorbeeld aan je voeten, ogen, nieren, zenuwen en hart- en bloedvaten. Ook ben je gevoeliger voor infecties. Complicaties kunnen ontstaan doordat hoge bloedsuikers na een tijdje bloedvaten en zenuwen beschadigen.<sup>(7,8)</sup>

## HYP0

Als je diabetes hebt, is het je vast wel eens overkomen: een hypoglykemie, kortweg 'hypo'. Dit is een sterke daling van de bloedglucosespiegel, die voor een flinke impact op je lichaam kan zorgen. Hypo's zijn vervelend en beangstigend en brengen in sommige situaties risico's met zich mee. Bijvoorbeeld in het verkeer of tijdens het werken met machines.<sup>(9)</sup>

- Als je voelt dat je een hypo hebt of krijgt, dan is het belangrijk om je bloedglucosespiegel zo snel mogelijk te laten stijgen. Zorg dat je altijd druivensuiker of suikerklontjes bij je hebt.<sup>(11)</sup>
- Een hypo voel je soms niet goed aankomen – dan is het belangrijk dat anderen op je letten en eventueel kunnen ingrijpen.<sup>(11)</sup>
- Voorkom een hypo. De belangrijkste tip? Meten. Ken je lichaam. Breng je glucosewaarden regelmatig in kaart en analyseer ze. Hoe beter je weet hoe je reageert, hoe beter je actie kunt ondernemen.<sup>(9)</sup>
- Vraag om hulp als je er zelf niet uitkomt.<sup>(9)</sup>

## WIST JE DAT?

### DE KANS OP EEN HYP0 TOENEEMT ALS JE:<sup>(9, 11)</sup>

- te weinig of te laat eet
- je meer lichamelijk inspant dan je gewend bent (bijv. sporten)
- je niet aan de voorgeschreven dosering medicijnen houdt (of deze op een ander tijdstip inneemt)
- te veel insuline injecteert
- aan het vasten bent
- alcohol gebruikt

### HET KAN WEL TOT 24 UUR DUREN VOORDAT HET LICHAAM HERSTELD IS NA EEN HYP0!<sup>(9)</sup>

Er elke week

**1.200**

mensen met diabetes  
bij komen in  
Nederland? <sup>(2,3)</sup>

Meer dan

**100.000**

mensen in Nederland  
met diabetes niet  
weten dat zij de  
ziekte hebben? <sup>(2,3)</sup>

Van de patiënten met  
diabetes type 2 zo'n

**80 tot  
85%**

overgewicht heeft? <sup>(10)</sup>

**1 op de 3**

van de huidige  
volwassen  
Nederlanders diabetes  
type 2 krijgt? <sup>(3)</sup>

MSD | Postbus 581 | 2003 PC Haarlem | [www.msd.nl](http://www.msd.nl)  
[medicalinfo.nl@merck.com](mailto:medicalinfo.nl@merck.com) | 0800-9999000



**MSD**

INVENTING FOR LIFE

### Bronnen:

- 1) International Diabetes Federation Diabetes Atlas. The Seventh Edition. 2015 (26 juli 2017)
- 2) Geneesmiddelencommissie, Nederlandstalige toelichting op Diabetes Atlas 2015 (30 juli 2017)
- 3) Diabetes Fonds, diabetes in cijfers (26 juli 2017)
- 4) Diabetes Fonds, wat is diabetes (26 juli 2017)
- 5) DVN, diabetes type 2 (23 oktober 2017)
- 6) DVN, oorzaken diabetes (23 oktober 2017)
- 7) Diabetes Fonds, complicaties van diabetes (23 oktober 2017)
- 8) DVN, complicaties (23 oktober 2017)
- 9) DVN, hypo's (23 oktober 2017)
- 10) Wikipedia, vóórkomen van diabetes (23 oktober 2017)
- 11) DIAB-1186856-0008 HYP0-patiëntenfolder (16 augustus 2017)