

DIABETES

de feiten op een rij



Wereldwijd hebben nu al

425 MILJOEN VOLWASSENEN

diabetes.^(1,2) In Nederland gaat het om ruim 1,2 miljoen mensen.⁽³⁾

DAT IS



1 OP DE 14
NEDERLANDERS

EN ELKE WEEK KOMEN ER
CIRCA 1.200 BIJ⁽³⁾

TYPE 2 DIABETES



Diabetes heet ook wel **suikerziekte**. **9 op de 10 mensen** met diabetes hebben diabetes type 2⁽³⁾. Zij hebben te weinig insuline in het lichaam en reageren daar ook niet meer goed op.^(4,5)

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.⁽⁶⁾

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.^(7,8)

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.⁽⁹⁾

- 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.⁽¹¹⁾
- Een hypo voel je soms niet goed aankomen – dan is het belangrijk dat anderen op je letten en eventueel kunnen ingrijpen.⁽¹¹⁾
- 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.⁽⁹⁾
- Vraag om hulp als je er zelf niet uitkomt.⁽⁹⁾

WIST JE DAT?

DE KANS OP EEN HYP0 TOENEEMT ALS JE:^(9, 11)

- 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 WEL TOT 24 UUR KAN DUREN VOORDAT HET LICHAAM HERSTELD IS NA EEN HYP0?⁽⁹⁾



Er elke week

1.200

mensen met diabetes bij komen in Nederland? ^(2,3)

Meer dan

100.000

mensen in Nederland met diabetes niet weten dat zij de ziekte hebben? ^(2,3)

Van de patiënten met diabetes type 2 zo'n

80 tot 85%

overgewicht heeft? ⁽¹⁰⁾

1 op de 3

van de huidige volwassen Nederlanders diabetes type 2 krijgt? ⁽³⁾

MSD | Postbus 581 | 2003 PC Haarlem | www.msd.nl
medicalinfo.nl@merck.com | 0800-9999000



MSD

INVENTING FOR LIFE

Bronnen:

- 1) IDF Diabetes Atlas, website, key messages [2 augustus 2018]
- 2) IDF Diabetes Atlas, website, across the globe [2 augustus 2018]
- 3) Diabetes Fonds, diabetes in cijfers [29 augustus 2018]
- 4) Diabetes Fonds, wat is diabetes [29 augustus 2018]
- 5) DVN, diabetes type 2 [29 augustus 2018]
- 6) DVN, oorzaken diabetes [29 augustus 2018]
- 7) Diabetes Fonds, complicaties van diabetes [29 augustus 2018]
- 8) DVN, complicaties [29 augustus 2018]
- 9) DVN, hypo's [29 augustus 2018]
- 10) Wikipedia, vóórkomen van diabetes [29 augustus 2018]
- 11) DIAB-1186856-0008 HYP0-patiëntenfolder [14 juni 2018]