



VZW

## DIABETES INTERACTIVE EDUCATION PROGRAM

### PERSBERICHT

#### **www.dieponline.be is gratis beschikbaar voor een betere preventie van type 2-diabetes en de complicaties ervan: veranderen van leefstijl is mogelijk!**

- 40% van de Belgen loopt een verhoogd risico om in een nabije toekomst<sup>1</sup> type 2-diabetes te krijgen, 1 Belg op 20<sup>2</sup> lijdt aan type 2-diabetes en 1 persoon met diabetes op 2 weet niet dat hij/zij getroffen is.
- Artsen (diabetologen en huisartsen) en patiëntenverenigingen hebben gedurende meer dan vier jaar samengewerkt aan DIEP (Diabetes Interactive Education Program) om aan al wie type 2-diabetes heeft of erbij betrokken is concrete informatie en praktische en toegankelijke oplossingen aan te reiken om op de uitdagingen van deze ziekte te reageren: waarom en hoe van leefstijl veranderen?
- Het Nederlandse initiatief waardoor DIEP in België zich liet inspireren, is vandaag uitgegroeid tot een door de regering financieel gesteunde stichting. Dit is eveneens het doel van DIEP in België, dat momenteel privésponsoring<sup>3</sup> geniet.

Brussel, 11 februari 2010 - De patiëntenverenigingen en de gezondheidsspecialisten die zich met diabetes bezighouden, lanceren vandaag officieel het interactieve platform [www.dieponline.be](http://www.dieponline.be), met de medewerking van hun meter en peter, Celie Dehaene (die zelf type 2-diabetes heeft) en Jacques Borlée (voor wie lichaamsbeweging essentieel is om zich goed te voelen). Dit vernieuwende platform, de vrucht van 4 jaar intensief werk door diabetologen, huisartsen en paramedici, staat gratis ter beschikking van wie meer wil weten over type 2-diabetes en deze aandoening actief wil bestrijden. Waarom dit initiatief? Door een verandering van leefstijl en aangepaste informatie zou men immers zowat 90% van de gevallen van type 2-diabetes kunnen vermijden en ook een aanzienlijk deel van de complicaties kunnen voorkomen. Welnu, in de praktijk stellen de artsen vast dat deze aanpassing van de leefstijl een echte uitdaging vormt. Ze blijft dikwijls een hinderpaal voor een geslaagde preventie van diabetes en de complicaties ervan, niettegenstaande de vooruitgang in de behandeling. De kosten zijn enorm: al in 1998 ging 1,1 miljard euro naar diabetes en de complicaties ervan<sup>4</sup>. De tijd van conclusies is voorbij, het project DIEP trekt nu resoluut de kaart van actie.

*"Onze aanvankelijke aanpak werd in ruime mate beïnvloed door een in 2006 gepubliceerd rapport van het KCE (Federaal Kenniscentrum voor de Gezondheidszorg). Dit rapport drong destijds aan op een meer patiëntgerichte en proactieve aanpak om zijn betrokkenheid in de behandeling van zijn ziekte te verbeteren. In die zin hebben vijf principes ons geleid bij de oprichting van DIEP, namelijk de oprichting van een platform: 1) dat digitaal en interactief is, 2) laagdrempelig, 3) met als doel de educatie van de diabetespatiënt en het aanreiken van concrete richtlijnen voor actie, 4) dat tegelijk toegankelijk is voor patiënten en zorgverleners en dit op 5) elk niveau van de behandelingsketen. Er zijn dus ook vijf modules die de bezoeker zullen leiden: Wat is diabetes? Waarom zich erover zorgen maken? Waarom moet ik mijn leefstijl aanpassen? Hoe moet ik dat aanpakken? Hoe antwoorden op specifieke vragen? In elke module wordt het audiovisuele gedeelte door een tekst en een diavoorstelling ondersteund, die de*



VLAAMSE  
DIABETES  
VERENIGING



Onafhankelijke  
Ziekenfondsen



VZW

## DIABETES INTERACTIVE EDUCATION PROGRAM

bezoeker de mogelijkheid bieden om de inhoud nog eens rustig opnieuw door te nemen. Voor patiënten die meer willen weten, geeft de website toegang tot verschillende door zorgverleners gevalideerde dossiers in pdf-formaat, beschikbaar in printversie", aldus professor Johan Wens, huisarts belast met de ontwikkeling van DIEP.

### Wat is diabetes? Wat is uw risico?

"DIEP wil met deze didactische en audiovisuele informatie een positieve boodschap over diabetes overbrengen. U kunt iets doen aan uw type 2-diabetes. U kunt het tijt doen keren. En ik meen dat deze eerste bewustwording voor iedereen, al dan niet met diabetes, van primordiaal belang is. Het komt er op aan te begrijpen om zo tot actie aan te zetten", verklaart Celie Dehaene. "Mensen met diabetes die dit niet weten kunnen dankzij deze module de eerste tekens herkennen en dus ingrijpen – met hun huisarts – vóór complicaties verschijnen. Diabetespatiënten kunnen actie tegenover hun aandoening ondernemen. De arts heeft zelden de tijd om alles tot in de details te tonen en uit te leggen. De kennis en erkenning van de ziekte zijn nochtans essentieel om een gedragsverandering op gang te brengen. Deze stap legt de basis om de patiënt ertoe te motiveren zijn aandoening doeltreffend aan te pakken", voegt dr. Legat, huisarts en voorzitter van de regionale commissie van de SSMG in Charleroi, daaraan toe

De toegang tot de site is op elke persoon afgestemd: "Wat is uw risico?" Een korte vragenlijst bepaalt het risico van de bezoeker. Samen met het resultaat geeft een coach in een filmpje aan iedereen informatie op maat.

### De motivatie verhogen

"De motivatie van de patiënt verhogen is een cruciaal onderdeel van de website. Met de allegorie van het scheepsroer laat men de diabetespatiënt aan het roer staan. Het is nu aan hem of haar om te kiezen voor goed of minder gunstig vaarwater. Een grafische kunstgreep geeft de voor- en nadelen van een houding visueel weer (bijvoorbeeld: de lucht wordt opnieuw blauw wanneer de patiënt 10% gewicht verliest of wordt stormachtig en het schip loopt op de klippen als de patiënt blijft verzwaren). Op die manier beseft de patiënt dat hij door zijn gedrag het beloop van de ziekte en haar gevolgen doeltreffend kan controleren", benadrukt dr. Verhaegen, voorzitter van de VDV. "De bezoeker hoeft enkel zijn gewicht en lichaamslengte in te voeren. De site berekent de BMI (Body Mass Index) en het persoonlijke resultaat verschijnt en wordt door een coach toegelicht. Zijn tussenkomst steunt op beproefde psychologische ondersteuningstechnieken."

### Hoe veranderen ?

In deze module krijgt de patiënt raadgevingen en tips om zijn of haar leefstijl doeltreffend aan te passen. Verder tracht men ook enkele vooroordelen de wereld uit te helpen. "In de toekomst zullen voortdurend nieuwe tips en raadgevingen op de site worden geplaatst zodat iedereen een antwoord kan vinden op alle mogelijke vragen in verband met diabetes. Op grafisch vlak hebben wij een kompas als symbool gekozen, dat elke patiënt de mogelijkheid biedt zijn persoonlijke koers te kiezen in de talrijke mogelijkheden op het gebied van voeding, lichaamsbeweging, zelfcontrole van de glycemie en optimale therapietrouw. In elk onderdeel van de module kan de



VLAAMSE  
DIABETES  
VERENIGING



Onafhankelijke  
Ziekenfondsen



VZW

## DIABETES INTERACTIVE EDUCATION PROGRAM

*patiënt volgens zijn persoonlijk ritme en zijn doelstellingen evolueren. Daarnaast zijn er enkele ludieke voedingsoefeningen en getuigenissen met praktische boodschappen, toegelicht door een diëtist(e)", zegt professor Wens.*

*"Zijn gedrag wijzigen in verband met dermate essentiële zaken als voeding en lichaamsbeweging blijft een echte uitdaging. Toch zijn deze veranderingen doeltreffend, niet alleen om diabetes te voorkomen, maar ook om de complicaties ervan te vermijden. Wij begeleiden de bezoeker hier naar acties die onmiddellijke en goed zichtbare voordelen opleveren", licht dokter Legat toe.*

*"Het gedeelte over lichaamsbeweging is volgens mij fundamenteel. Bewegen zorgt ervoor dat iemand zich goed voelt en voert ons naar een positieve spiraal van welbevinden, of men nu diabetes heeft of niet. Ik moedig alle diabetespatiënten aan om geleidelijk aan (opnieuw) een fysieke activiteit te verrichten. DIEP geeft interessante tips die gemakkelijk toepasbaar zijn in het dagelijkse leven. Ik zal met veel genoeg regelmatig nieuwe ideeën aanbrengen", aldus Jacques Borlée.*

*"Los van de cijfers (24% verhoging van het aantal diabetesgevallen tussen 2000 en 2010), is het hoog tijd om te handelen. De kostprijs van diabetes en de complicaties ervan kan op zich ons zorgsysteem in gevaar brengen. Nederlandse diabetologen hebben dit al sinds enkele jaren ingezien. DIEP werd aanvankelijk door een privéfonds<sup>5</sup> gespijsd. Het kreeg de prijs van beste hulpmiddel in diabeteseducatie en wordt nu volledig door de overheid gefinancierd. Dergelijke financiering in België bereiken, zou een krachtig signaal zijn dat de overheid oog heeft voor dit probleem voor de volksgezondheid en de omkeerbaarheid ervan aanmoedigt. Deze epidemie is niet onvermijdelijk we moeten alleen dringend tot concrete acties overgaan", luidt de conclusie van Prof. Dr. Ides Colin, Endocrinoloog en Diabetoloog.*

<sup>1</sup> Diabetes in België, de verborgen pandemie en haar impact

<sup>2</sup> Diabetes in België, de verborgen pandemie en haar impact

<sup>3</sup> 3 sponsors: DIEP ontvangt steun van de Johnson&Johnson Rekening voor Gezondheidsprojecten, beheerd door de Koning Boudewijnstichting (LifeScan), Novo Nordisk, Merck Serono, Onafhankelijke Ziekenfondsen

<sup>4</sup> Studie CODE-2 Kostprijs van Diabetes in Europa - Type 2

<sup>5</sup>Financiering door LifeScan en J&J Healthconnection (CSR)



VLAAMSE  
DIABETES  
VERENIGING



Onafhankelijke  
Ziekenfondsen