

KEUZETABEL DIABETES MELLITUS TYPE 2

Ik slik 2 soorten tabletten (metformine en sulfonylureumderivaat, zoals gliclazide) in de maximale dosering, maar krijg mijn bloedsuiker niet goed onder controle. Wat zijn nu de verschillende mogelijkheden?

Deze tabel kan u en uw huisarts of praktijkondersteuner (=POH) helpen om uw mogelijkheden voor verdere behandeling te bespreken.

| | Begeleiding bij aanpassen leefstijl & verbetering innemen tabletten | Injectie insuline erbij | Tablet DPP-4-remmer erbij (zoals sitagliptine) | Injectie GLP-1-agonist erbij (zoals liraglutide) |
|---|--|--|--|---|
| Hoe gaat de behandeling? | Met uw arts of POH bespreekt u hoe u uw leefstijl kunt aanpassen en uw tabletten beter kunt innemen. Vaak is extra hulp en advies nodig (zoals van diëtist of fysiotherapeut). | U geeft uzelf 1x per dag een injectie met een insulinepen. De POH of diabetes-verpleegkundige leert u zelf uw bloedsuiker meten en insuline spuiten. De diëtist geeft u voedingsadviezen. | 1x per dag een tablet innemen. | U geeft uzelf 1x per dag of 1x per week een injectie. De POH of diabetes-verpleegkundige leert u spuiten. U moet eerst naar de internist; die kan deze behandeling voorschrijven. |
| Voor wie is de behandeling geschikt? | Voor iedereen geschikt, vooral als u uw leefstijl nog meer wilt gaan verbeteren. | In principe voor iedereen als aanpassen leefstijl & verbetering innemen tabletten niet genoeg helpen. Is uw HbA _{1c} meer dan 15 mmol/mol boven uw streefwaarde? Dan is insuline toevoegen de enige behandeling die goed werkt. | Geschikt als: - insuline niet in aanmerking komt, bijvoorbeeld omdat het extra belangrijk is dat u geen hypo's krijgt (bv. voor uw beroep) of als u uzelf niet kunt spuiten en niet uw bloedsuiker kunt meten; - uw HbA _{1c} maximaal 15 mmol/mol hoger is dan uw streefwaarde. | Geschikt als: - insuline niet in aanmerking komt, bijvoorbeeld omdat het extra belangrijk is dat u geen hypo's krijgt (bv. voor uw beroep); - uw BMI hoger is dan 30 (het wordt pas vergoed bij BMI hoger dan 35); - uw HbA _{1c} maximaal 15 mmol/mol hoger is dan uw streefwaarde. |
| Krijg ik goede bloedsuikers? | Ja, vaak wel. Met gezond eten, extra bewegen en afvallen bereiken veel mensen betere bloedsuikers. | 3 op de 4 mensen haalt goede bloedsuikers met 1x per dag een injectie. | HbA _{1c} kan maximaal 7 tot 9 mmol/mol dalen. | HbA _{1c} kan maximaal 11 tot 18 mmol/mol dalen. |
| Verandert mijn gewicht? | Een gezonde leefstijl helpt om een goed gewicht te krijgen en te houden. | Gewicht wordt meer: 0,5 tot 3 kg. | Gewicht wordt meer: 0,5 tot 1 kg. | Gewicht wordt minder: 1 tot 3 kg. |
| Welke nadelen heeft de behandeling? | Gezond leven heeft alleen maar voordelen, voor diabetes en uw hele gezondheid. | Kans op hypo's. Deze kans is klein als u leert zelf uw bloedsuikers te meten en met insuline om te gaan. Huidirritatie op injectieplaats bij 1 op de 40 mensen. | Mogelijk pijnlijke gewrichten en/of hoofdpijn. Nog onzekerheid over risico op alveesklierontsteking en hartfalen, maar waarschijnlijk veilig. | Maagdarm-klachten (meestal voorbijgaand) bij 1 op de 4 mensen. Huidirritatie op injectieplaats bij 1 op de 5 mensen. Nog onzekerheid over risico op galstenen, alveesklierontsteking en netvlies-problemen, maar waarschijnlijk veilig. |
| Belangrijk bij elke behandeling | <ul style="list-style-type: none"> - Als u rookt: vraag hulp om te stoppen en bespreek met uw huisarts de mogelijkheden; zie keuzetabel stoppen met roken op Thuisarts. - Gezond eten en extra bewegen zijn voor iedereen met diabetes heel belangrijk. U kunt hulp krijgen van een praktijkondersteuner, diëtist, fysiotherapeut en via patiëntenorganisatie DVN en Diabetesfonds. - Meer informatie op Thuisarts.nl: over medicijnen, insulinepen en leefstijl. - Ondersteuning en medicijnen worden meestal vergoed uit de basisverzekering. U betaalt wel de eigen bijdrage. Informeer bij uw eigen zorgverzekeraar of kijk op www.dvn.nl voor actuele informatie over vergoedingen. | | | |