

Wat is Keer Diabetes2 Om?

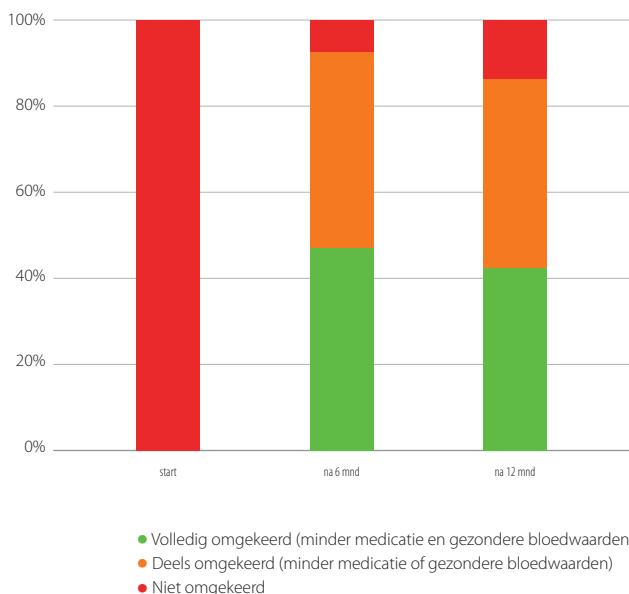
Bijna 1 miljoen Nederlanders hebben diabetes type 2¹. Elk jaar komen er zo'n 65.000 nieuwe patiënten bij.

www.keerdiabetes2om.nl

Medicatie helpt mensen met diabetes type 2, maar geneest de ziekte niet. Er is steeds meer wetenschappelijk bewijs dat mensen wel beter kunnen worden van leefstijlinterventies².

Het groepsprogramma Keer Diabetes2 Om richt zich op het omkeren³ van diabetes type 2 met behulp van leefstijl. Keer Diabetes2 Om zet voeding, beweging, ontspanning en slaap in als medicijn met als doel minder medicatie en gezondere bloed-

waarden. Dit gebeurt in groepen van maximaal 20 personen. De deelnemers worden begeleid door een vast team van een ervaren verpleegkundige, een diëtist, een leefstijlcoach en een kok met op de achtergrond een huisarts, een internist en een medisch fysioloog. Het team werkt samen met de huisarts van de deelnemer (die hoofdbehandelaar blijft) en praktijkondersteuners. Deelnemers waarderen het programma met een 8,8.



Na 12 maanden is 87 procent van de deelnemers⁴ geheel of gedeeltelijk omgekeerd



Uit de keuken van
 Voeding Leeft



bewuz+
zorgverzekerd

UNIVÉ
VERZEKERINGEN

Zorgzaam

Iza

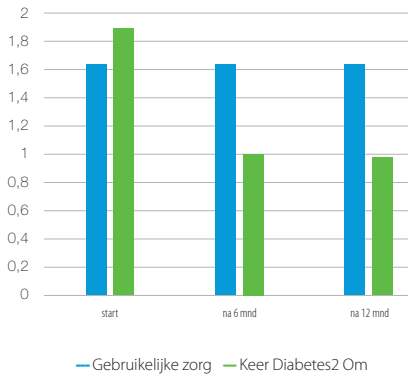
ZEKUR.nl
Veel verzekering voor weinig

UMC
zorgverzekering

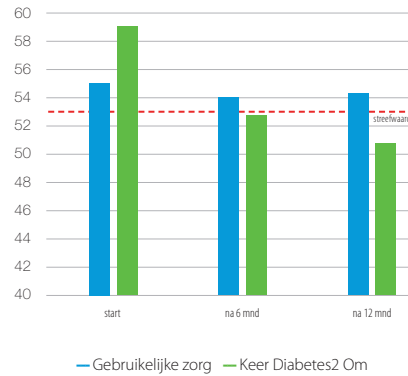
de IZ zorgverzekering
van mensen in de zorg.

Wat is het effect van Keer Diabetes2 Om?⁵

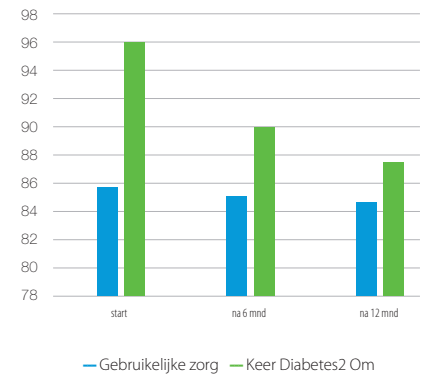
Minder medicatie⁶



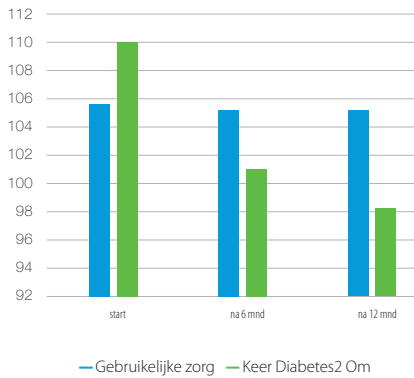
Daling HbA1C



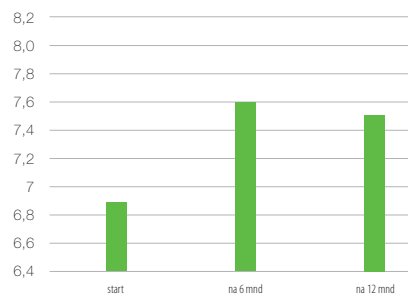
Gezonder gewicht



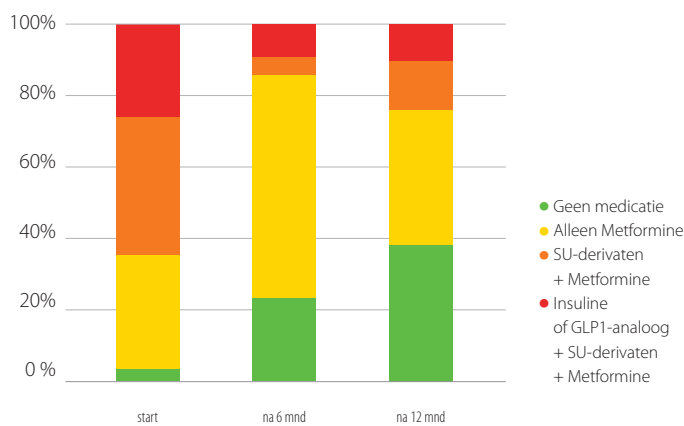
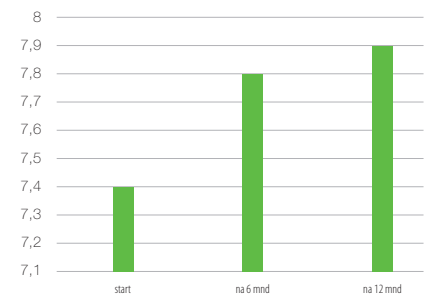
Afname taille-omvang



Betere ervaren gezondheid



Meer kwaliteit van leven



Na 12 maanden gebruikt 38 procent van de deelnemers⁷ geen diabetes-medicatie meer

¹ Cijfers RIVM: www.vzinfo.nl

² Van Ommen B, Wopereis S, van Empelen P, van Keulen HM, Otten W, Kasteleyn M, Molema JJW, de Hoogh IM, Chavannes NH, Numans ME, Evers AWM and Pijl H (2018) From Diabetes Care to Diabetes Cure—The Integration of Systems Biology, eHealth, and Behavioral Change. *Front. Endocrinol.* 8:381. doi: 10.3389/fendo.2017.00381

³ Voor een definitie van omkeren zie De Vries M, Witkamp R, Pijl H, De Visser M, Voshol P en De Weijer T. *BMJ* (online) 18 september 2017 <http://www.bmj.com/content/358/bmj.j4030/rapid-responses>

⁴ Start en na 6 maanden n=196 (data groep start 2017 en pilot), na 12 maanden n=38 (data groep pilot)

⁵ Cijfers: Louis Bolk Instituut. Wetenschappelijk onderzoek naar het effect van het Groepsprogramma Keer Diabetes2 Om van Voeding Leeft in samenwerking met Coöperatie VGZ, publicatie in voorbereiding. Het aantal respondenten varieert per variabele. Start en na 6 maanden n= max 227 / min 115 (data groep start 2017 en pilot), na 12 maanden n= max 68 / min 47 (data groep pilot). Vergelijking op basis van een geanoniseerd referentiebestand van 11.000 mensen die in de huisartsenpraktijk bekend zijn met diabetes type 2.

⁶ Gemeten op een 3-punts schaal. 0=geen medicatie; 1=metformine; 2= metformine + andere orale medicatie; 3= metformine + andere orale + insuline.

⁷ Start n=263 (data groep start 2017 en pilot), na 6 maanden n=221 (data groep start 2017 en pilot), na 12 maanden n=47 (data groep pilot)

Deze factsheet baseert zich op resultaten verkregen uit de pilot Keer Diabetes2 Om en het Keer Diabetes2 Om groepsprogramma dat in januari 2017 is gestart. Aangezien de tweejaars follow-up nog niet is afgerond, zijn nog niet alle gegevens beschikbaar voor alle deelnemers.