

Jaarcontrole bij de diëtist voor cliënten met insuline afhankelijke diabetes

Een jaarlijkse controleafspraak bij de diëtist is belangrijk om problemen en knelpunten te bespreken met betrekking tot voeding en diabetes.

Als u een van de volgende vragen met “ja” beantwoordt, is het misschien goed om het daar over te hebben tijdens het jaarlijks bezoek aan de diëtist.

- Heeft u het gevoel dat u uzelf voedsel en maaltijden moet ontzeggen?
- Maakt u zich zorgen over hypo's (lage bloedglucoses)?
- Heeft u steeds zorgen over voeding en eten?
- Neemt u op vakantie geen ijsje?
- Vermijdt u eten buitenshuis?
- Beperkt u zoveel mogelijk lichamelijke inspanning?
- Wilt u graag afvallen, maar komt u alleen maar aan?
- Durft u geen alcoholische dranken te gebruiken?
- Heeft u last van eetbuien?
- Durft u niets met suiker te nemen?
- Is uw bloedglucose na een maaltijd vaak boven de 10?

Natuurlijk kunt u ook met algemene vragen over voeding bij de diëtist terecht. Bijvoorbeeld:

- Moet ik extra vitamines en mineralen slikken?
- Wat kan ik het beste eten als ik zwanger wil worden?
- Hoe kan ik mijn gewicht stabiel houden na afvallen?
- Wat is het verschil tussen verzadigd en onverzadigd vet?
- Waarom zijn 2 stuks fruit en 2 ons groente zo belangrijk?
- Word je van aardappelen echt dik?
- Hoeveel sneden brood moet ik eigenlijk eten?

U kunt alleen een afspraak voor de jaarcontrole maken als u al bekend bent bij de diëtist van het Flevoziekenhuis. U kunt de afspraak telefonisch maken of via de site van het Flevoziekenhuis: www.flevoziekenhuis.nl.

De afdeling Diëtetiek is telefonisch bereikbaar op ☎ **(036) 868 8771**. Mogelijk staat de voicemail ingeschakeld; u kunt dan uiteraard een bericht voor ons achterlaten. U kunt ook een e-mailbericht sturen naar dietetiek@flevoziekenhuis.nl.

Deze brochure is samengesteld door het diabetesteam van het Flevoziekenhuis.