

Diabetes

Diabetes Mellitus is een ziekte waarbij de bloedsuiker uit evenwicht is. Daarom heet het ook wel suikerziekte.

Bij mensen met diabetes is het bloedglucosegehalte te hoog. Dit wordt veroorzaakt door een tekort aan insuline of een verminderde werking van insuline. Insuline wordt in een gezond lichaam geproduceerd door de alveesklier, ook wel pancreas genoemd.

De rol van de pancreas

De pancreas of alveesklier is een langwerpig orgaan dat achter de maag ligt. De alveesklier maakt insuline en geeft dit af aan het bloed zodra dit nodig is. De hoeveelheid insuline die de alveesklier maakt, hangt af van de hoeveelheid glucose in het bloed, kortweg 'bloedglucose' genoemd. De hoeveelheid bloedglucose hangt onder meer af van de hoeveelheid koolhydraten die wordt gegeten (zie ook de overige informatie over koolhydraten).

Het evenwicht tussen bloedglucose en insuline

Onze voeding wordt in de maag en onze darmen verwerkt. De waardevolle stoffen worden in het bloed opgenomen en de afvalstoffen worden met de ontlasting uitgescheiden. De koolhydraten uit ons voedsel worden verwerkt tot glucose. Via de darmen komt de glucose in het bloed terecht. Via de bloedbaan wordt glucose naar de lichaamscellen vervoerd. Bloedglucose heeft de hulp van het hormoon insuline nodig om in de cellen te komen. De werking van insuline is te vergelijken met die van een sleutel in een slot.

Insuline is de sleutel die de deur van de cel openmaakt waardoor het bloedglucose de cel in kan. In de lichaamscellen wordt de bloedglucose verbrand en dit levert energie op. Deze energie is nodig om te lopen, te werken enzovoort. Bij diabetes wordt er geen of weinig insuline geproduceerd en blijft het bloedglucose dus in het bloed achter, het bloedglucosegehalte stijgt.

Het streven bij mensen met diabetes is om bloedglucosewaarden tussen de 4 en 10 mmol/liter te bereiken (mmol = millimol; deze term wordt gebruikt om de hoeveelheid glucose in het bloed aan te geven). De diabetesverpleegkundige kan precies uitleggen hoe u zelf uw bloedglucosegehalte kunt meten.

Symptomen

Klachten die te maken hebben met hoge bloedsuikers zijn:

- dorst;
- veel plassen;
- moeheid;
- gewichtsverlies in korte tijd;
- slecht zien;
- jeuk.

Soorten

Er zijn meerdere soorten diabetes:

Diabetes type 1

In dit geval maakt de alvleesklier helemaal geen insuline meer. Dit wordt ook wel insuline-afhankelijke diabetes genoemd. Diabetes type 1 komt voor bij ongeveer 1% van de bevolking. Het begint meestal op jonge leeftijd en de behandeling bestaat uit het toedienen van insuline en afstemming op het eten afhankelijk van de individuele omstandigheden (bv sport, koorts etc).

Diabetes type 2

De alvleesklier maakt bij diabetes type 2 nog wel insuline, maar niet genoeg. Bovendien zijn de lichaamscellen vaak minder gevoelig voor insuline, bijvoorbeeld door overgewicht. Het begint vaak bij mensen op latere leeftijd, ook komt het vaak al in de familie voor. Diabetes type 2 komt voor bij ongeveer 2% van de bevolking, bij mensen ouder dan 50 jaar komt het bij ongeveer 10% voor. De behandeling bestaat uit meer bewegen, werken aan een gezond gewicht en voeding aanpassen. Zo nodig wordt er ook medicatie gestart en op den duur soms insuline.

Naast type 1 en 2 zijn er nog andere soorten diabetes

- Prediabetes: waarbij het lichaam al minder goed op insuline reageert
- Zwangerschapsdiabetes (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/dieetadvies-bij-zwangerschapsdiabetes>)
- Diabetes door medicatie waarbij bloedsuikers hoger worden na gebruik van bepaalde medicamenten
- Diabetes na een alvleesklierontsteking
- Mody: Een vorm van diabetes die op jonge leeftijd begint
- Lada: Een vorm van diabetes type 1 die op latere leeftijd begint

Behandelingen

Diabetes type 1

De behandeling van Diabetes type 1 bestaat uit het toedienen van insuline en voedingsadvies. Helaas zul je dit de rest van je leven moeten blijven doen.

Diabetes type 2

De behandeling van Diabetes type 2 bestaat uit een voedingsadvies en tabletten, regelmatig is ook insuline nodig.

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Alcohol en diabetes (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/alcohol-en-diabetes>)
- Diabetes en koolhydraten (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/diabetes-en-koolhydraten>)
- Diabetes en sport (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/diabetes-en-sport>)

Specialismen

- Diabetologie (diabeteszorg voor volwassenen)
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/diabetologie-diabeteszorg-voor-volwassenen>)
- Voeding & Dieet (diëtetiek) (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/specialismen/voeding-dieet-dietetiek>)

Contact Diabetologie (diabeteszorg voor volwassenen)

T 088 320 48 00