



 **DIABETES**

ZORGSYSTEMEN EN

VOORZIENINGEN BIJ DIABETES

 **diabetesliga**
informeert | connecteert | mobiliseert

Diabetes Liga vzw
4de uitgave - Januari 2024

Verantwoordelijke uitgever:

Arnout Wouters,
Diabetes Liga vzw,
Ottergemsesteenweg 456,
9000 Gent

Wettelijk depot: D/2024/13.305/3

Iedere nadruk is verboden,
tenzij men een schriftelijke
toelating heeft bekomen van
de Diabetes Liga vzw.

Contact:

Diabetes Liga vzw
Ottergemsesteenweg 456,
9000 Gent
09 220 05 20 - liga@diabetes.be
www.diabetes.be
BE 0412.404.705
RPR Gent

**Graag bedanken we voor
de inhoudelijke feedback:**

Dr. Luk Buysse, Huisarts-sportarts,
Medisch Huis De Statie & BLITS, VUB, Brussel

Ruben Ritserveldt, stafmedewerker
beweging, Vlaams Instituut Gezond Leven

Enmaal de diagnose diabetes is gesteld, komt er heel wat op je af! Een goede behandeling en medische opvolging zijn noodzakelijk om de bloedsuikerspiegel onder controle te krijgen en gezondheidsproblemen op lange termijn te voorkomen. De begeleiding van een persoon met diabetes steunt op 4 pijlers: zelfzorg, leefstijladvies, medicatie en (para)medische opvolging.

Iedereen met diabetes heeft in ons land vanaf de diagnose recht op een passende ondersteuning, afhankelijk van de behandeling. Het gaat om begeleiding door verschillende zorgverleners enerzijds, anderzijds een tegemoetkoming voor zelfcontrole materiaal. In de praktijk wordt dit georganiseerd via verschillende wettelijke zorgsystemen.

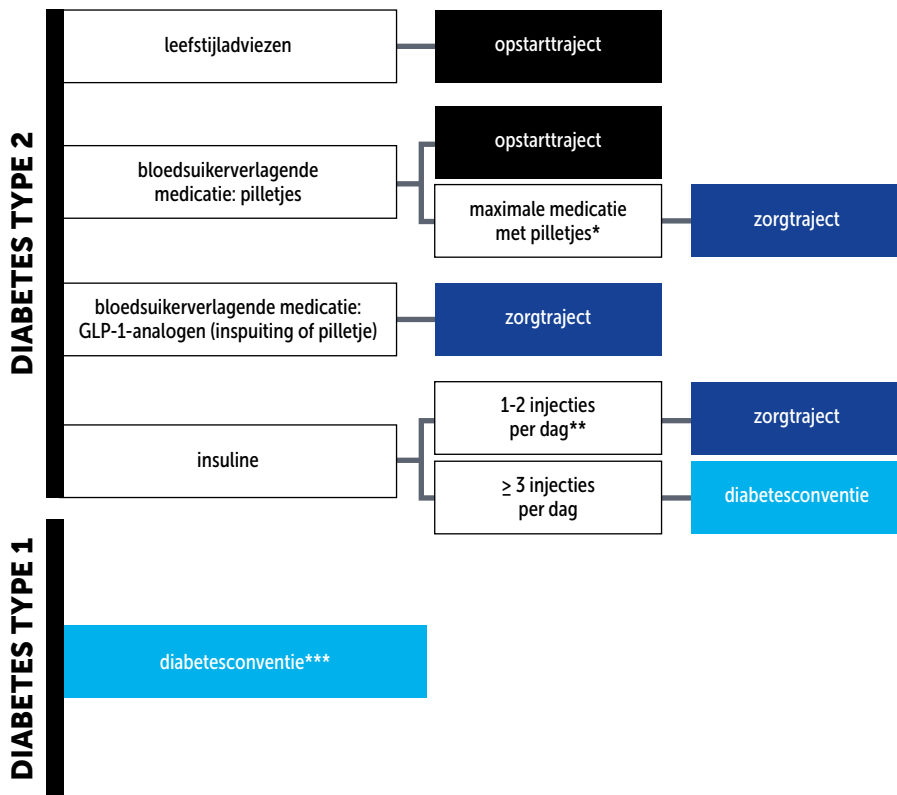
**VANAF DE DIAGNOSE
DIABETES HEB
JE RECHT OP
ONDERSTEUNING VIA
EEN ZORGSYSTEEM.**

DIABETESBEHANDELING

LEEFSTIJLADVIES	MEDICATIE	CONTROLE EN OPVOLGING
<ul style="list-style-type: none"> ○ gezond gewicht ○ gezonde voeding ○ voldoende beweging en minder lang stilzitten ○ rookstop 	<ul style="list-style-type: none"> ○ bloedsuikerverlagend ○ bloeddrukverlagend ○ cholesterolverlagend ○ ... 	<ul style="list-style-type: none"> ○ 3-maandelijks: HbA1c en bloeddruk ○ 6-maandelijks: gebitscontrole ○ jaarlijks: oogonderzoek, voetonderzoek, bloed- en urineonderzoek, griepvaccinatie

**BESPREEK MET JE BEHANDELEND
ARTS WELK ZORGSYSTEEM IN JOUW
SITUATIE VAN TOEPASSING IS.**

WELK ZORGSTELT VOOR WIE?



* De bloedsuikerwaarden zijn moeilijk onder controle te krijgen en een GLP-1-analoog of insulinebehandeling wordt overwogen.

** Uitzondering: tijdelijke opname in de conventie bij onregelde bloedglucosewaarden door bijvoorbeeld een cortisonebehandeling of chemotherapie bij kanker.

*** Binnen de conventie bestaat er naast de volwassenconventie ook een kindconventie. Voor personen behandeld met een insulinepomp is er een pompconventie en in sommige centra is er een Geavanceerde Dure Technologie (GDT) conventie.

VOETCONVENTIE

Iedere persoon met diabetes, die behandeld wordt in één van de diabetes zorgsystemen, met een voetwonde en/of een charcotvoet (= zeer ernstige ontsteking voetgewrichten) komt in aanmerking voor voetverzorging in een gespecialiseerd multidisciplinair centrum, namelijk de 'voetconventie'. Als iemand eerder dergelijke wonden had (en werd behandeld in de voetconventie) en opvolging blijft noodzakelijk, dan kan deze persoon in de voetconventie blijven.

OPSTARTTRAJECT

OFFICIEEL 'OPSTARTTRAJECT VOOR EEN PATIËNT MET DIABETES MELLITUS TYPE 2'



VOOR WIE?

Het opstarttraject is er voor alle personen met diabetes type 2 die niet in een ander diabetes-zorgsysteem behandeld worden. Je huisarts is je eerste aanspreekpunt in de behandeling van je diabetes. Daarnaast heb je recht op extra begeleiding en financiële tegemoetkomingen. Je komt in aanmerking voor het opstarttraject als je behandeling bestaat uit:

- leefstijladviezen (voeding en beweging);
- en/of bloedsuikerverlagende medicatie (pilletjes).*

* Behalve als je een GLP-1-analoog in pilvorm gebruikt, dan kan je worden opgenomen in het zorgtraject diabetes type 2. Personen met diabetes type 2 in remissie kunnen ook beroep doen op het opstarttraject.

AANVRAAG

Het opstarttraject wordt elektronisch aangevraagd door de huisarts die je Globaal Medisch Dossier (GMD) beheert. Je krijgt zelf geen document ter bevestiging.

Voorwaarden waar je aan moet voldoen om een opstarttraject af te sluiten:

- diagnose diabetes type 2;
- een GMD hebben.

Het opstarttraject wordt jaarlijks automatisch verlengd zolang je aan de voorwaarden voldoet.

ZELFCONTROLEMATERIAAL

Er is binnen het opstarttraject geen terugbetaling voorzien voor zelfcontrolemateriaal (bloedglucosemeter, bloedglucosestrips en lancetten of sensoren).

BEGELEIDING

Je huisarts is de coördinator van je diabetesbehandeling. Jaarlijks heb je recht op een volledige terugbetaling van:

- 4 educatiesessies gegeven door diabeteseducator, diëtist, thuisverpleegkundige, apotheker of kinesist, waarvan minstens 1 verplicht bij diabeteseducator;
- 2 x 30 min./jaar bij erkend diëtist;
- 2 x 45 min./jaar bij erkend podoloog (bij verhoogd voetrisico);
- preventief mondonderzoek door een tandarts (uitgezonderd een eventueel supplement).

Je hebt voor deze begeleiding (per discipline) steeds een voorschrift van de huisarts nodig, waarop ook 'opstarttraject' wordt vermeld. Voor een volledige terugbetaling van mondonderzoek heb je geen voorschrift van de huisarts nodig.

**VOORBEELD****1**

Annie is 53 jaar. Na een jaarlijkse controle bij de huisarts wordt de diagnose van diabetes type 2 gesteld. Er wordt gestart met één bloedsuikerverlagende medicatie (metformine), die ze 1x/dag inneemt. De huisarts maakt haar GMD in orde en vraagt het opstarttraject aan. Bij een volgende afspraak geeft de huisarts aan dat Annie best wat gewicht verliest, want ze is zwaarlijvig. Annie heeft zelf ook heel wat vragen over diabetes en wil graag meer uitleg over de aandoening. De huisarts maakt een voorschrift voor de diabeteseducator en de diëtist.

Jaarlijks heb je recht op maximaal 4 educatiesessies. Je kan hiervoor terecht bij volgende zorgverleners: diabeteseducator*, diëtist, apotheker, thuisverpleegkundige en/of kinesitherapeut. Minstens één educatiesessie moet gegeven worden door een diabeteseducator. De apotheker kan uitleg geven over juiste medicatie-inname, de thuisverpleegkundige bekijkt of de zelfzorg thuis goed loopt en de kinesitherapeut kan worden ingeschakeld voor educatie over lichaamsbeweging (enkel groepseducatie). Bij wie en hoe vaak je langsgaat bij deze professionals, bespreek je best met je huisarts. Hij/zij moet je daarvoor wel telkens een ander voorschrift geven. Al de educatiesessies zijn volledig terugbetaald.

* De diabeteseducator is meestal een verpleegkundige, diëtist of podoloog die een extra opleiding rond diabetes heeft gevolgd.

EDUCATIE WORDT INDIVIDUEEL GEGEVEN (SESSIES VAN 30 MIN.), IN GROEP (SESSIES VAN 2 UUR) OF IN EEN COMBINATIE VAN BEIDE. BESPREEK MET JE HUISARTS WAT MOGELIJK IS.

STAPPENPLAN



ZORGTRAJECT DIABETES TYPE 2



VOOR WIE?

Het zorgtraject is er voor personen met diabetes type 2 die worden behandeld met GLP-1-analogen (inspuitbaar of pilletje) of 1 tot 2 insuline-injecties/dag. Het kan ook worden opgestart als de behandeling met bloedsuikerverlagende medicatie (pilletjes) onvoldoende is en een GLP-1-analoog of insuline wordt overwogen.

AANVRAAG

Er wordt een contract ondertekend door de huisarts, diabetesspecialist (endocrinoloog) en jezelf. Je bezorgt dit formulier aan je mutualiteit, de adviserend geneesheer bevestigt de goedkeuring via een brief.

Voorwaarden waar je aan moet voldoen om een zorgtraject af te sluiten:

- diagnose diabetes type 2 en behandeld worden met GLP-1-analoog, 1 of 2 insuline-injecties/dag of maximale orale (pilletjes) diabetesmedicatie;
- een GMD hebben, waarbij volgende parameters worden geregistreerd: BMI, bloeddruk, HbA1c en LDL-cholesterol.

Het zorgtraject wordt jaarlijks automatisch verlengd zolang je aan de voorwaarden voldoet.

ZELFCONTROLEMATERIAAL

Binnen het zorgtraject heb je enkel recht op gratis zelfcontrolemateriaal als je wordt behandeld met een GLP-1-analoog of insuline:

- 1 bloedglucosemeter/3 jaar;
- 150 bloedglucosestrips/6 maand;
- 100 lancetten/6 maand.

De diabeteseducator kiest samen met jou een bloedglucosemeter en geeft je hiervoor een afleveringsattest mee. Ga met dit attest en een voorschrift van de huisarts naar de apotheek, waar je gratis de voorgeschreven bloedglucosemeter, strips en lancetten afhaalt.

Na 6 maand kan je met een nieuw voorschrift van de huisarts bloedglucosestrips en lancetten afhalen.

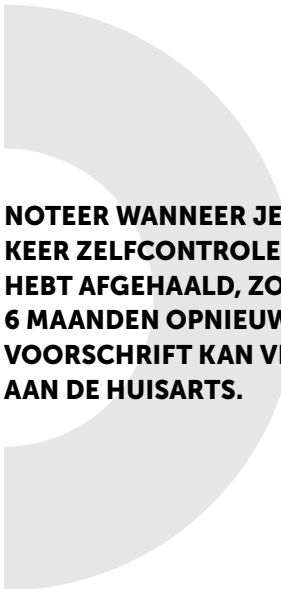
Na 3 jaar heb je recht op een nieuwe bloedglucosemeter, die je kan afhalen met een nieuw afleveringsattest van de diabeteseducator en een voorschrift van de huisarts.

BEGELEIDING

De huisarts is de coördinator en opvolger van je diabetesbehandeling. De diabetesspecialist heeft een adviserende rol en werkt nauw samen met de huisarts en andere zorgverleners.

Iedereen in het zorgtraject heeft ook recht op educatie. Jaarlijks gaat dit over 5 educatiesessies van 30 minuten, op voorschrift van de huisarts. In het kalenderjaar dat het zorgtraject wordt afgesloten of het kalenderjaar daaropvolgend, heb je éénmalig recht op 5 bijkomende educatiesessies.

De educatie kan zowel individueel als in groep plaatsvinden en wordt gegeven door een diabeteseducator in de praktijk of bij je thuis. Indien je opteert voor individuele educatie, moet minimum 1 sessie bij jou thuis plaatsvinden. Je hoeft voor deze sessies niets te betalen, zolang er minstens 1 sessie thuis plaatsvindt. Zo niet? Dan heb je geen recht op 5 bijkomende educatiesessies en geen terugbetaling.



**NOTEER WANNEER JE DE EERSTE
KEER ZELFCONTROLEMATERIAAL
HEBT AFGEHAALD, ZODAT JE NA
6 MAANDEN OPNIEUW EEN
VOORSCHRIFT KAN VRAGEN
AAN DE HUISARTS.**

**ONTHOUD**

Binnen het zorgtraject ben je verplicht om jaarlijks de diabetesspecialist te raadplegen en 2 keer per jaar de huisarts te raadplegen. Zolang het zorgtraject loopt, worden deze consultaties volledig terugbetaald door de mutualiteit (geen huisbezoeken), uitgezonderd eventuele supplementen.

Jaarlijks heb je ook recht op een volledige terugbetaling voor:

- 2 sessies van 30 minuten bij een erkend diëtist;
- 2 sessies van 45 minuten bij een erkend podoloog, indien je een verhoogd voetrisico hebt.

Voor beiden is er wel de voorwaarde dat je een voorschrift van de huisarts nodig hebt, waarop ook 'ZTD of zorgtraject' wordt vermeld.

Je hebt ook recht op jaarlijks een volledig terugbetaald preventief mondonderzoek door een tandarts (uitgezonderd een eventueel supplement). Een voorschrift van de arts is hiervoor niet nodig.

VOORBEELD**2**

Frits is 48 jaar en heeft al 5 jaar diabetes type 2. Hij neemt momenteel 2x/dag bloedsuikerverlagende medicatie, maar uit bloedonderzoek blijkt dat zijn diabetes niet onder controle is. De huisarts start een GLP-1-analoog op en vraagt meteen een zorgtraject aan.

STAPPENPLAN

DIABETES- CONVENTIE



VOOR WIE?

De diabetesconventie is bedoeld voor wie nood heeft aan specialistische begeleiding, gezien de complexe insulinebehandeling. Het diabetesteam in het ziekenhuis, dat multidisciplinair is samengesteld, staat garant voor de opvolging van:

- personen met diabetes type 1 of personen die volledig insuline-afhankelijk zijn;
- personen met diabetes type 2 met ≥ 3 injecties;
- personen met diabetes type 2 die tijdelijk worden opgenomen in de conventie bv. omwille van onregelde bloedglucosewaarden door een cortisonebehandeling of chemotherapie bij kanker.

Daarnaast kunnen ook vrouwen met zwangerschapsdiabetes (tijdelijk), vrouwen met een zwangerschapswens, personen op nierdialyse ... opgenomen worden in de diabetesconventie. Het ziekenhuis kan hierover correcte informatie geven.

AANVRAAG

De aanvraag voor opname in de diabetesconventie gebeurt via het ziekenhuis en wordt aan de mutualiteit bezorgd ter goedkeuring. Je dient te beschikken over een GMD bij je huisarts. Een conventie dient jaarlijks verlengd te worden.

ZELFCONTROLEMATERIAAL

Binnen de conventie heb je recht op gratis zelfcontrolemateriaal dat je verkrijgt via het ziekenhuis:

Personen met diabetes type 1 alsook personen met diabetes type 2 op minimum 3 of meer injecties hebben recht op gratis sensoren of een glucosemeter met strips (+/- 130 maand). Andere personen in de conventie hebben ook recht op een gratis glucosemeter met een beperkt aantal strips. Ze kunnen er ook voor kiezen een korting op sensoren te krijgen die ze aankopen via het ziekenhuis.

**EDUCATIE EN OPVOLGING**

Binnen de conventie heb je recht op kosteloze educatie door een verpleegkundige-diabeteseducator en een diëtist. De educatie vindt steeds binnen het ziekenhuis plaats. Je dient minimum 1x/jaar bij de diabetesspecialist langs te gaan. Binnen de conventie ben je ook verplicht om volgende jaarlijkse onderzoeken te ondergaan: oogonderzoek, nierfunctie, controle zenuwaantasting en voetonderzoek. Jaarlijks heb je recht op een volledige terugbetaling voor 2 sessies van 45 minuten bij een erkend podoloog, bij verhoogd voetrisico, op voorschrift van je behandelend arts.

Ook een psycholoog maakt deel uit van het conventie-team. Bespreek zeker met je behandelteam of je nood hebt aan psychologische ondersteuning.

Je hebt ook recht op jaarlijks een volledig terugbetaald preventief mondonderzoek door een tandarts (uitgezonderd een eventueel supplement). Een voorschrift van de arts is hiervoor niet nodig.

GOED OM TE WETEN (VOOR ALLE ZORGSYSTEMEN)

- Alle bloedsuikerverlagende medicatie wordt volledig terugbetaald, op voorschrift van de behandelend arts.
- Voor bepaalde medicatie gelden wel specifieke terugbetalingsvoorwaarden, waarvoor je behandelend arts een aanvraag indient bij de adviserend geneesheer van de mutualiteit. Deze aanvraag is niet nodig voor mensen in het zorgtraject of de conventie als de arts ZTD of DC op het medicatievoorschrift noteert. Dit zou op termijn ook voor het opstarttraject in voege treden.
- Andere medicatie (bv. cholesterolverlager) wordt gedeeltelijk terugbetaald, op voorschrift van de behandelend arts.
- Risicogroepen zoals mensen met diabetes (ongeacht de behandeling) krijgen jaarlijks een groot gedeelte van het griepvaccin terugbetaald. Je arts vermeldt 'derdebetalersregeling' op het voorschrift.
- Pennaalden voor insputingen worden niet terugbetaald. Deze kan je aan voordelige prijzen verkrijgen via de webshop van de Diabetes Liga: shop.diabetes.be

OPSTARTTRAJECT DIABETES TYPE 2

BEGELEIDING

4 educatiesessies/jaar gegeven door een diabeteseducator, diëtist, verpleegkundige, apotheker of kinesist, waarvan minstens 1 verplicht door diabeteseducator (volledig terugbetaald)

2x 30 min/jaar bij erkend diëtist (volledig terugbetaald)

2x 45 min/jaar bij erkend podoloog (bij verhoogd voetrisico, volledig terugbetaald)

1x per jaar preventieve mondzorg, volledig terugbetaald

ZORGTRAJECT DIABETES TYPE 2

5 educatiesessies/jaar gegeven door een diabeteseducator (volledig terugbetaald)

+ 5 extra educatiesessies in jaar van opstart of kalenderjaar daaropvolgend (volledig terugbetaald)

2x 30 min/jaar bij erkend diëtist (volledig terugbetaald)

2x 45 min/jaar bij erkend podoloog (verhoogd voetrisico, volledig terugbetaald)

1x per jaar preventieve mondzorg, volledig terugbetaald

DIABETES- CONVENTIE

educatie in het ziekenhuis (volledig terugbetaald)

opvolging in het ziekenhuis door diëtist en verpleegkundige-diabeteseducator, op vraag consultatie bij psycholoog

2x 45 min/jaar bij erkend podoloog (verhoogd voetrisico, volledig terugbetaald)

1x per jaar preventieve mondzorg, volledig terugbetaald

ZELFCONTROLE- MATERIAAL

geen zelfcontrolemateriaal

bij behandeling met inspuiting(en) of GLP-1-analoog (ook oraal):
bloedglucosemeter/3 jaar
150 strips/6 maand
100 lanceetten/6 maand

zelfcontrolemateriaal te verkrijgen via het ziekenhuis: bloedglucosemeter + strips of (sensoren gratis voor conventiegroep A en B, conventiegroep C enkel mits eigen opleg)

AANVRAAG- PROCEDURE

huisarts vraagt dit jaarlijks elektronisch aan

contract (éénmalig) te ondertekenen door huisarts, diabetesspecialist en patiënt

jaarlijks contract te ondertekenen met de conventie

Naast de diabetes zorgsystemen zijn er nog andere initiatieven die je kunnen helpen bij een gezonde leefstijl zoals Beweging Op Verwijzing en rookstop. Ook lokaal worden vaak gezondheidsinitiatieven georganiseerd. Vraag ernaar bij je gemeente en/of ziekenfonds.

BEWEGEN OP VERWIJZING

Je wilt meer bewegen, maar weet niet hoe te beginnen? Via het project 'Beweging Op Verwijzing' (of BOV) – ondersteund door de Vlaamse overheid – kan je beroep doen op een coach die samen met jou een beweegplan opstelt. De coach is een bewegingsexpert met een vooropleiding in kinesithherapie of lichamelijke opvoeding.



WAT DOET DE 'BEWEGING OP VERWIJZING'-COACH?

- Begeleidt je om op een verantwoorde en gezonde manier beweging te integreren in je dagelijks leven;
- richt zich tot iedereen die de aanbevelingen rond beweging en/of langdurig stilzitten niet haalt;
- stelt samen met jou een beweegplan op, rekening houdend met eigen wensen en behoeften;
- bekijkt de mogelijkheden van beweging op verschillende vlakken: actief transport, vrije tijd, op het werk en thuis;
- treedt op als motivator en geeft antwoord op al je vragen;
- zorgt dat je op lange termijn je actieve levensstijl op zelfstandige basis kan verderzetten.

WANNEER KAN JE BIJ EEN COACH LANGSGAAN?

- Vraag een doorverwijzingsformulier aan je zorgverlener*.
- Zoek een coach in je buurt.
- Maak een afspraak en ga langs.

WAT KOST EEN COACH?

- De Vlaamse overheid komt tussen in de kosten: zelf betaal je een beperkte persoonlijke bijdrage (zie Tabel).
- Maak jij gebruik van de dienstverlening van het OCMW, dan kan je de persoonlijke bijdrage voor het grootste deel terugbetaald krijgen.
- Sommige mutualiteiten betalen het bedrag dat jij betaald hebt aan de coach volledig of gedeeltelijk terug.

<i>Geldig voor Vlaanderen in 2024</i>	Individuele consultatie	Groepsconsultatie
Persoonlijke bijdrage standaard	max. 5 EUR	max. 1 EUR
Persoonlijke bijdrage bij verhoogde tegemoetkoming	max. 1 EUR	max. 0,5 EUR

Individuele en groepsconsultaties mogen door elkaar worden gebruikt.

“HET WAS TIJD OM OP DAGELIJKSE BASIS AAN MIJN CONDITIE TE WERKEN. IK BEN FITTER GEWORDEN DOOR DE STAPPENTELLER. DANKZIJ DE STEUN VAN MIJN COACH HEB IK VEEL MEER MOTIVATIE OM MEZELF TE OVERTREFFEN.”
PAUL

* Arts, verpleegkundige, kinesitherapeut, diëtist, apotheker, maatschappelijk werker, psycholoog, ergotherapeut, verloskundige of podoloog.

ROOKSTOP- BEGELEIDING

Het besef dat roken slecht is voor je gezondheid is al een stap in de goede richting, maar het effectief stoppen met roken is vaak makkelijker gezegd dan gedaan. Schakel de hulp in van rookstopbegeleiding om er voorgoed komaf mee te maken.

GA ZELF AAN DE SLAG EN ONDERNEEM STAPPEN OM TE STOPPEN MET ROKEN:

- Breng familie en vrienden op de hoogte dat je wil stoppen met roken.
- Praat met je arts over jouw motivatie en mogelijkheden. Je kan rookstopmedicatie gebruiken. Zo zijn er nicotinevervangers zoals een pleister of kauwgom (verkrijgbaar zonder voorschrift) of medicatie op voorschrift. Beiden helpen je drang naar sigaretten en ontwenningverschijnselen te verminderen. De hulp van een tabakoloog kan zeker nuttig zijn.

SCHAKEL DE HULP IN VAN EEN TABAKOLOOG

Een tabakoloog is een zorgverlener (huisarts, psycholoog, diëtist, verpleegkundige, kinesitherapeut ...) die een aanvullende opleiding tabakologie heeft gevolgd en je begeleidt in het rookstopproces.

Wat kan je van een tabakoloog verwachten:

- individuele en/of groepsbegeleiding;
- gaat met jou op zoek naar de achterliggende redenen voor jouw rookgedrag;
- stelt een rookstopplan op met aandacht voor stress, gewichtstoename, voordelen ...;
- treedt op als coach en geeft antwoord op al je vragen;
- bekijkt samen met jou welke rookstopmiddelen (medicatie, e-sigaret) kunnen ondersteunen;
- zorgt dat je op lange termijn je rookstop op zelfstandige basis kan verderzetten.

“UIT ONDERZOEK BLIJKT DAT BEGELEIDING DOOR EEN TABAKOLOOG IN COMBINATIE MET ROOKSTOPMEDICATIE JE KANS VERGROOT OM SUCCESVOL TE STOPPEN MET ROKEN.”

WAT KOST EEN TABAKOLOOG?

- Woon je in Vlaanderen? De overheid komt tussen in de kosten en zelf betaal je slechts een beperkte persoonlijke bijdrage. Je hebt elk jaar recht op een tegemoetkoming voor 4 uur individuele of 12 uur groepsbegeleiding. Jongeren hebben recht op een verhoogde tegemoetkoming tot en met het jaar waarin ze 21 worden.
- Woon je in Brussel/Wallonië? Dan heb je recht op een gedeeltelijke terugbetaling door je mutualiteit.

<i>Geldig voor Vlaanderen in 2024</i>	Individuele consultatie 15 min.	Groepsconsultatie 15 min.
Personlijke bijdrage standaard	max. 7,5 EUR	max. 1 EUR
Personlijke bijdrage bij verhoogde tegemoetkoming	max. 1 EUR	max. 0,5 EUR

Individuele en groepsconsultaties mogen door elkaar worden gebruikt.

BIJ WELKE ZORGVERLENERS KAN JE ALLEMAAL TERECHT?

HUISARTS

- eerste aanspreekpunt in behandeling diabetes (type 2);
- stelt behandelplan op en verwijst door naar andere zorgverleners die in jouw situatie aangewezen zijn;
- laat 3-maandelijks je bloed onderzoeken. Dit om je behandeling nauwgezet op te volgen.

DIABETESSPECIALIST

- een endocrinoloog/diabetoloog;
- werkt actief samen met de huisarts;
- heeft ondersteunende of coördinerende rol in de diabetesbehandeling.

DIABETESEDUCATOR

- meestal verpleegkundige, diëtist of podoloog;
- geeft uitleg over verschillende aspecten van diabetes.

DIËTIST

- geeft voedingsadvies op maat;
- coacht je bij gewichtscntrole.

PODOLOOG

- voert voetonderzoek uit;
- behandelt zo nodig voetproblemen.

*Huisapotheker

Heb je een chronische aandoening zoals diabetes en neem je minimum 5 terugbetaalde geneesmiddelen (waarvan minimum 1 chronische), dan kan je beroep doen op een huisapotheker. Hij/zij geeft extra begeleiding en opvolging op het vlak van medicatie-inname, waarbij hij je een actueel medicatieschema bezorgt. Hiervoor sluit je een overeenkomst af met je apotheker.

APOTHEKER

- stelt medicatie en diabetesmateriaal ter beschikking;
- geeft advies en waakt over correct medicatiegebruik;
- huisapotheker*.

KINESITHERAPEUT

- kan je coachen bij beweging;
- werkt een specifiek beweegprogramma uit;
- behandelt specifieke beweegproblemen.

OOGARTS

- jaarlijks preventief onderzoek;
- behandelt eventuele oogproblemen.

TANDARTS OF MONDHYGIËNIST

- controleert je mond;
- behandelt eventuele tand- en andere mondproblemen.

BEWEGING OP VERWIJZING-COACH

- bewegingsexpert;
- stimuleert mensen om meer te bewegen.



Heb je vragen over financiële tegemoetkomingen, dan kan je ook terecht bij de sociale dienst van je mutualiteit of ziekenhuis.

Informeer zeker ook eens bij je hospitalisatieverzekering naar eventuele extra tegemoetkomingen.

GOED OM TE WETEN



- Naast deze zorgverleners kunnen ook andere specialisten betrokken zijn: cardioloog, nefroloog, neuroloog ... Bespreek dit met je behandelend arts.
- Personen in het opstarttraject, zorgtraject of de diabetesconventie hebben recht op een volledige terugbetaling van een preventief mondonderzoek door een tandarts (uitzondering eventueel supplement). Terugbetaling voor tand- en gebitsverzorging ligt verder niet hoger als je diabetes hebt. Ga minstens jaarlijks (maar bij voorkeur zesmaandelijks) naar de tandarts zodat je recht hebt op een hogere tegemoetkoming.
- Je krijgt een hogere tegemoetkoming voor de specialist indien je er op verwijzing van je huisarts naar toe gaat, dan wanneer je dit op eigen initiatief doet. Dit geldt voor elke eerste consultatie per kalenderjaar bij een bepaalde specialist. Bezorg hiervoor het verwijs-attest van je huisarts en het getuigschrift voor verstrekte hulp van je specialist aan je mutualiteit.
- Een geconventioneerde (tand)arts of specialist houdt zich aan vaste consultatietarieven die zijn afgesproken. Indien je langsgaat bij een niet-geconventioneerde zorgverlener, kan deze meer aanrekenen voor een consultatie.
- Als je medische kosten hoog oplopen, overschrijden deze mogelijk het plafondbedrag voor de maximumfactuur binnen dat kalenderjaar. Bepaalde kosten boven dit plafond worden dan volledig terugbetaald.
- In sommige situaties wordt een 'statuut chronische aandoening' toegekend, waarbij je recht hebt op de een ruimere toepassing van derdebetalersregeling. Je hebt ook recht op een vermindering van het grensbedrag van jouw persoonlijk aandeel in kader van de maximumfactuur. De derdebetalersregeling betekent dat je bij een consultatie enkel het remgeld (het niet-terugbetaalde deel) betaalt.

WELKE ROL SPEELT JE MUTUALITEIT?

Als je de bijdrage voor je mutualiteit correct betaalt, zorgt de mutualiteit voor de wettelijke (vaak gedeeltelijke) terugbetaling van bv. de consultaties bij je zorgverleners. Buiten de wettelijk geregelde voorzieningen biedt de aanvullende verzekering van de mutualiteiten extra financiële voordelen. Het aanbod is verschillend per mutualiteit en vaak ook regiogebonden.

Enkele voorbeelden van voordelen vanuit de aanvullende verzekering:

- lidgeld erkende sport- of fitnessclub, erkende jog- of zweminitiatie (bv. start-to-run);
- consultaties erkend diëtist (meestal heb je hier jaarlijks recht op);
- consultaties rookstopbegeleiding;
- vaccins;
- psychotherapie en mindfulness;
- groepsprogramma rond gewichtsverlies;
- consultaties erkend diabeteseducator;
- lidgeld Diabetes Liga;
- diabetesmateriaal.

VIND JE ZORGVERLENER

De Vlaamse Sociale Kaart informeert over het ruime zorgaanbod in Vlaanderen en Brussel, neem een kijkje op www.desocialekaart.be

Zoek je een erkend **diëtist** bij jou in de buurt? Surf naar www.vbvdb.be.

Een erkend **podoloog** in je buurt kan je terugvinden via www.podologie.be.

Een '**Beweging Op Verwijzing**'-coach bij jou in de buurt?

Dit en nog meer informatie vind je op de website: www.bewegenopverwijzing.be.

Zoek je een **geregistreerde tabakoloog** in je buurt? Een overzicht van tabakologen vind je via <https://rookstop.vrgt.be/geregistreerde-tabakologen>.

Informatie rond **rookstop**? Zie www.tabakstop.be.

Nood aan extra hulp? Je kan steeds terecht bij Tabakstop via 0800/111 00 (bereikbaar maandag tot vrijdag van 15-19u). Via deze weg kan je je ook aanmelden voor gratis telefonische begeleiding door een persoonlijke coach (tabakoloog).

Ook je **huisarts** kan je natuurlijk doorverwijzen naar de juiste zorgverlener in je buurt!



SHOP.DIABETES.BE

KORTING TOT 25% VOOR LEDEN DIABETES LIGA

Ruim assortiment Kwaliteitsvolle producten voor je dagelijkse diabeteszorg Onafhankelijke informatie en advies Veilig betalen Snelle en correcte levering (thuis of afhaalpunt)

WORD VANDAAG NOG LID

5 redenen waarom:

- Als lid versterk je onze stem en impact in beleidsdossiers. Je stimuleert verbetering.
- Je ontmoet dicht bij huis lotgenoten en hun familie voor tips, ervaringen en leuke momenten.
- Je krijgt een antwoord op je vragen en de nieuwste informatie over diabetes via onze Infolijn, website, nieuwsbrieven, magazine ...
- Je betaalt tot 30% minder op shop.diabetes.be en geniet ledenvoordelen bij partners.
- Je ziet, leest en voelt dat je niet de enige bent met diabetes. Je staat er niet alleen voor!

Onze Diabetes Community is een warm nest met ruimte voor een goed gesprek en helpt je waar nodig! Je bent lid voor € 35 per jaar, dat is slechts € 3 per maand.



Registreren kan via
www.diabetes.be/lidworden.

TOON JE HART VOOR DIABETES

1 op 10 personen heeft diabetes.

1 op 3 weet niet dat hij diabetes heeft.

Elke 17 minuten krijgt iemand de diagnose.

Hoog tijd om diabetes bespreekbaar te maken, want diabetes treft heel veel mensen, ook personen die jij kent.

Steun ons met een gift en help ons streven naar een beter leven met diabetes en bouwen aan een maatschappij zonder diabetes type 2.

Jouw gift gaat naar het sociaal, educatie- of onderzoeksfonds. Voor elke donatie vanaf € 40 ontvang je een fiscaal attest.



Jouw steun heeft impact. Bedankt. Doe vandaag jouw gift op het nummer
BE44 0688 8882 2545 of via www.diabetes.be/steun-ons.

DIABETES LIGA INFORMEERT

Personen met diabetes en hun omgeving, professionelen, onderwijsinstellingen, overheden, bedrijven ... Iedereen kan terecht bij de Diabetes Liga. We zijn hét kenniscentrum rond diabetes in Vlaanderen. Daarom hebben we een gratis Diabetes Infolijn, verspreiden we informatieve folders en magazines, organiseren we opleidingen en zetten we online communicatie op. Relevant en to-the-point. Al deze kennis bundelen we op onze site.

DIABETES LIGA CONNECTEERT

Samen staan we sterker!
De Diabetes Liga bouwt bruggen tussen lotgenoten en hun familie, zorgverleners, wetenschappers, bedrijven en iedereen betrokken bij diabetes. Van jong tot oud! Onze 15 000 leden, 400 vrijwilligers en alle betrokken professionals brengen we samen op gezinsdagen, vakanties, lokale activiteiten over heel Vlaanderen, symposia en andere events. Word vandaag nog lid.

DIABETES LIGA MOBILISEERT

Diabetes treft nu al 1 op 10 Belgen. Daarom blijven we aan de alarmbel trekken en brengen we diabetes op alle niveaus onder de aandacht. Maar we zetten iedereen ook letterlijk in beweging. Je kan deelnemen aan onze sport- en beweegevents, onze sensibilisatiecampagnes ondersteunen en met jouw gift of legaat brengen we het diabetesonderzoek in een hogere versnelling.

STEUN ONZE WERKING VANDAAG NOG!

SURF NAAR WWW.DIABETES.BE.

ddiabetes
infolijn

DURF TE VRAGEN

0800 96 333

infolijn@diabetes.be

Heb jij een prangende vraag over diabetes? Dan staat de Diabetes Infolijn steeds tot jouw beschikking. Stel je vraag vandaag nog via infolijn@diabetes.be of 0800 96 333.

Diabetes Liga vzw
Ottergemsesteenweg 456
9000 Gent
www.diabetes.be
09 220 05 20
liga@diabetes.be
BE 0412.404.705
RPR Gent