

# Wat is Keer Diabetes2 Om?

Bijna 1 miljoen Nederlanders hebben diabetes type 2.  
Elk jaar komen er 55.000 nieuwe patiënten bij.<sup>1</sup>



Medicatie helpt mensen met diabetes type 2, maar geneest niet. Er is steeds meer bewijs dat diabetes type 2 met gerichte leefstijlaanpassingen kan worden voorkomen en genezen.<sup>2</sup>

Keer Diabetes2 Om is een multidisciplinair leefstijlprogramma van Voeding Leeft gericht op het omkeren van diabetes type 2. Het zet voeding, beweging en ontspanning in als medicijn. Zelfzorg is hierbij een sleutelwoord. Keer Diabetes2 Om helpt deelnemers hun leefstijl zo aan te passen dat zij gezond(er) kunnen worden en blijven.



**Keer Diabetes2 Om heeft als doel diabetes type 2 om te keren. Dit wil zeggen: een betere ervaren gezondheid en kwaliteit van leven, minder medicatie, gunstigere bloedwaarden, een lager zorggebruik en lagere zorgkosten.**

Deelnemers aan Keer Diabetes2 Om werken in groepen van maximaal 20 personen aan leefstijlverbetering. Onder begeleiding van ervaren en speciaal hiervoor opgeleide verpleegkundigen, leefstijlcoaches, diëtisten en koks. Deze professionals werken samen met de hoofdbehandelaar (huisarts of medisch specialist) van de deelnemer en praktijkondersteuners of diabetesverpleegkundigen.

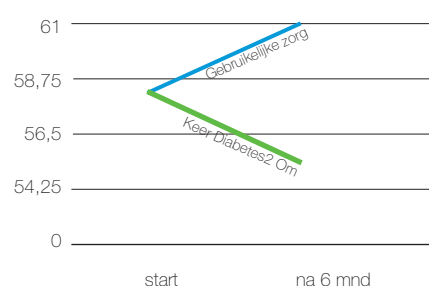
Het programma duurt twee jaar en bestaat uit meerdere bijeenkomsten op buitenlocaties en intensieve nazorg. Het programma start met een tweedaagse. Na één, drie en zes maanden zijn terugkomdagen. De nazorg wordt online en telefonisch aangeboden.

# Wat is het effect van Keer Diabetes2 Om?

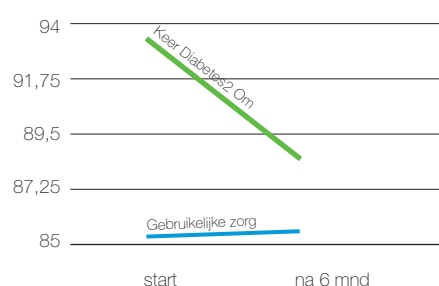
Medicatiegebruik<sup>3</sup>



HbA1c



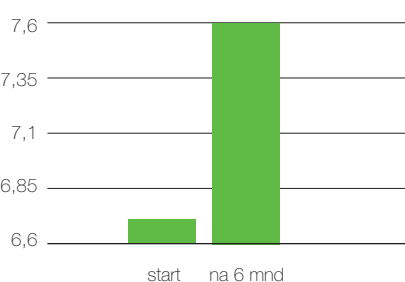
Gewicht



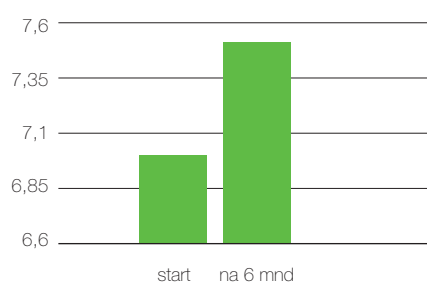
Taille



Ervaren gezondheid<sup>4</sup>



Kwaliteit van leven



## KEER DIABETES2 OM\*...

- doorbreekt het progressieve karakter van diabetes type 2.
- doorbreekt de spiraal van steeds meer en steeds zwaardere medicatie.
- leidt tot klinisch relevante symptoomvermindering.
- lijkt te leiden tot duurzame verbetering van de gezondheid.
- krijgt gemiddeld een negen van deelnemers.

## VERGELEKEN MET 'GEBRUIKELIJKE DIABETES2 ZORG'<sup>5</sup>...

- gebruiken deelnemers aan het Keer Diabetes2 Om programma na 6 maanden minder medicatie.
- hebben deelnemers aan het Keer Diabetes2 Om programma na 6 maanden gunstigere bloedwaarden.

<sup>1</sup> TNO. Business case voor type 2 diabetes, 2016.

<sup>2</sup> LUMC. Persbericht, 2017; TNO. Persbericht, 2017.

<sup>3</sup> Gemeten op een 3-puntschaal. 0=geen medicatie; 1=metformine; 2= metformine + andere orale medicatie; 3= metformine + andere orale + insuline.

<sup>4</sup> Gemeten op een 10-puntschaal.

<sup>5</sup> Vergelijking op basis van een geanonimiseerd referentiebestand van 11.000 mensen die in de huisartsenpraktijk bekend zijn met diabetes type 2.

\* Deze factsheet baseert zich op twee pilots van Keer Diabetes2 Om die in samenwerking met het ministerie van Economische Zaken en VGZ zijn uitgevoerd in de periode 2014-2016. Hieraan namen 82 mensen deel met diabetes type 2. Aangezien de tweejaars follow-up nog niet is afgerond, zijn nog niet alle gegevens beschikbaar voor alle deelnemers. Vanaf 2017 rolt Keer Diabetes2 Om het programma gedoseerd uit in samenwerking met VGZ. Wetenschappelijk onderzoek met grotere aantallen maakt hier deel van uit.