

CAMPAGNETEKST

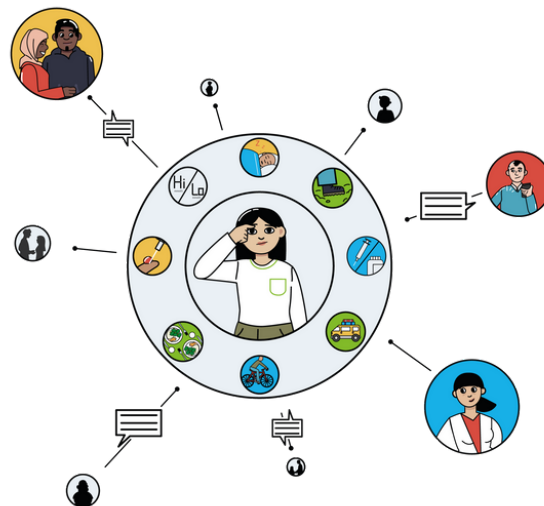
GEEFT DIABETES JE KOPZORGEN? SPREEK EROVER.

Op dinsdag 14 november 2023 is het **Wereld Diabetes Dag**.

Op deze Internationale VN-dag vragen we aandacht voor diabetes. Want **1 op 10 Vlamingen** heeft diabetes en **1 op 3** weet dat niet. Zo zijn er **600.000** mensen in Vlaanderen die diabetes hebben en elk jaar stijgt dat cijfer.

Diabetes is 24/7 aanwezig en er bestaat geen pauzeknop. Diabetes brengt heel wat met zich mee. Zo wordt de **mentale impact van de constante zelfzorg vaak onderschat**.

Diabetes is een chronische aandoening waarbij zelfmanagement cruciaal is voor een optimale behandeling. Die constante nood aan zelfzorg brengt heel wat verantwoordelijkheid met zich mee, wat een groot effect kan hebben op de mentale gezondheid.



Daarom lanceert de Diabetes Liga, naar aanleiding van Wereld Diabetes Dag, de campagne **'Geeft diabetes je kopzorgen? Spreek erover'**. Met deze campagne vragen we aandacht voor alle personen met diabetes en hun naaste familie die dagelijks emotionele uitdagingen kennen.

Diabetes distress mag niet geminimaliseerd worden en **erover spreken kan helend werken**.

Op diabetes.be/kopzorgen vind je informatie over diabetes distress en hoe je dat kan aanpakken als persoon met diabetes, als ouder van een kind met diabetes of als partner. Verder is er ook een korte bevraging om jouw mate van diabetes distress te meten.

Naast de informatie op onze website is er ook een nieuwe flyer ontwikkeld 'Diabetes distress'. In deze flyer worden enkele tips en tricks gebundeld om om te gaan met de mentale impact van diabetes.

