

## DIABETESBEHANDELING IN DE EERSTE LIJN: INZICHTEN VAN HET INTERNATIONAAL CONGRES.

De 16de editie van het PCDE-congres (Primary Care Diabetes Europe Congres) vond dit jaar plaats in Barcelona. Aan de hand van boeiende workshops en lezingen werden deelnemers ondergedompeld in een bad van recent wetenschappelijk onderzoek. Het PCDE-congres richt zich voornamelijk op zorgverleners uit de eerste lijn. Dat zijn basiszorgverleners waarbij je terecht kan zonder doorverwijzing, zoals een huisarts, een thuisverpleegkundige of een diabeteseducator. We delen graag ook enkele inzichten van het congres met jullie.



### DIABETES TYPE 2 KOMT STEEDS VAKER VOOR

Het optreden van diabetes type 2 op jongere leeftijd blijft toenemen. Een verontrustende vaststelling want vroegtijdige diabetes type 2 brengt meer risico op complicaties en slechtere prognoses met zich mee. Deze vaststellingen vragen om aangepaste zorg en bijkomend wetenschappelijk onderzoek binnen deze doelgroep. Dat is momenteel nog steeds te beperkt.

Ondanks dat diabetes type 2 steeds vaker op jonge leeftijd voorkomt zijn de helft van de personen met diabetes type 2, 65-plussers. Prof. Guy Rutten benadrukt de nood aan zorg op maat met voldoende aandacht voor potentiële vermindering van spiermassa, het risico op hypoglycemie, multimorbiditeit (het voorkomen van verschillende medische aandoeningen tegelijk), algemene lichamelijke verzwakking en mentale achteruitgang. De afname

van spiermassa kent een versnelling na de leeftijd van 75 jaar, wat het belang van spierversterkende activiteiten bij deze groep bevestigt. Ook heeft een actieve levensstijl een positief effect op de mentale achteruitgang die zich specifiek voordoet bij ouderen met diabetes. Onderzoek toont aan dat hypo's vaker voorkomen bij ouderen in vergelijking met jongeren. Hoe meer hypo's waarbij er (medische) hulp vereist is, hoe hoger het risico op sterfte.

### WAT ZIJN DE NIEUWE INZICHTEN OVER HYPOGLYCEMIE?

Wanneer we het over hypoglycemie hebben denken we vooral aan de acute effecten, de risico's op korte termijn. Onderzoek toont aan dat ernstige hypoglycemie-episodes doormaken het risico op chronische complicaties verhoogt. Zo stelden onderzoekers een hoger risico op cardiovasculaire en neurologisch aandoeningen vast. Bijkomend onderzoek is wel nog nodig om te bevestigen welke factoren hiervan de oorzaak kunnen zijn.



### OBESITAS EN DIABETES, TWEE AFZONDERLIJKE AANDOENINGEN!

Het voorkomen van overgewicht en obesitas blijft wereldwijd toenemen. Onderzoek spreekt van een verdubbeling in de mate van voorkomen in de laatste 15 jaar. Onderzoekers benadrukken dat

## “Onderzoek toont aan dat hypo's vaker voorkomen bij ouderen in vergelijking met jongeren.”

overgewicht veroorzaakt wordt door verschillende factoren. Het gaat hier niet zomaar om een gebrek aan wilskracht maar om een combinatie van omgevingsfactoren en genetische en biologische interacties. In geval van overgewicht toont gewichtsvermindering positieve therapeutische resultaten voor het voorkomen van diabetes type 2 en prediabetes, de mogelijkheid tot remissie en het verlagen van de bloeddruk. Dat resulteert op zijn beurt in een afname van diabetes-gerelateerde sterfte, nierproblemen, oogproblemen, hartaanvallen, amputaties en beroertes. Het blijft dus belangrijk om hier blijven op in te zetten.



### GEZONDHEIDSVAAARDIGHEDEN

Gezondheidsvaardigheden zijn de capaciteiten van personen om toegang te krijgen tot gezondheidsinformatie, de informatie te begrijpen, te evalueren en te gebruiken met als doel het behouden of verbeteren van de gezondheid. Dat wordt door heel wat factoren beïnvloed. Zo kunnen leeftijd, opleidingsniveau, taal en inkomen gedeeltelijk verschillen in gezondheidsvaardigheden verklaren.

Onderzoek in Portugal toont aan dat gezondheidsvaardigheden een cruciale factor zijn om therapietrouwheid te optimaliseren bij personen met diabetes type 2. Zo zagen wetenschappers in een onderzoek met personen met diabetes type 2 dat een toename in gezondheidsvaardigheden een positief effect heeft op zelfzorgactiviteiten zoals bewegen, gezonde voeding en voetzorg. Ook in België toonde onderzoek aan dat vier op tien Belgen te weinig gezondheidsvaardigheden bezit om een optimaal gezond leven te leiden. Het Vlaams Instituut Gezond Leven benadrukt dat het belangrijk is om de vaardigheden, competenties en kennis van de personen met diabetes te versterken. Maar volgens hen moet er ook ingezet worden op de inspanningen en mogelijkheden van professionals, zodat ze gebrek aan gezondheidsvaardigheden kunnen herkennen en zich hieraan kunnen aanpassen.



### MOETEN WE VITAMINE B-12 INNEMEN?

Vitamine B-12 is een essentiële voedingsstof die belangrijk is voor onder andere de gezondheid van ons

zenuwstelsel, het immuunsysteem en de aanmaak van rode bloedcellen. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat personen met diabetes type 2 die Metformine innemen een verhoogd risico hebben voor een tekort aan vitamine B-12. Het risico op een tekort neemt toe bij innamen van hoge dosissen van Metformine en langdurige behandelingen. Dat wil niet zeggen dat iedereen die Metformine neemt extra vitamine B-12 dient in te nemen. Wel toont dat het belang aan van het includeren van een screening op vitamine B-12 in een jaarlijks bloedonderzoek, bij zij die Metformine nemen. Tot op heden wordt dat vaak pas gedaan wanneer er meerdere risicofactoren of symptomen aanwezig zijn.



**HOE ZIT HET MET DE KWALITEIT VAN ZORG IN BELGIË?**

Op het symposium krijgen jonge onderzoekers ook de kans om hun onderzoek voor te stellen. Zo onderzochten Isabelle Op de Beeck en Julie Lecomte, beiden huisarts-in-opleiding in België, de kennis over nieuwe diabetesmedicatie bij 202 Vlaamse huisartsen. Uit de vragenlijst is gebleken dat nieuwe glycemie-verlagende medicatie en de bijhorende terugbetalingscriteria nog onvoldoende bekend zijn bij de huisartsen en huisartsen-in-opleiding.

Ook de kwaliteit van de zorg werd in verschillende huisartsenpraktijken in België gemeten. Huisarts en onderzoeker Katrien Danhieux gaf alvast enkele voorlopige conclusies mee: 'We zien een groot verschil



Isabelle Op de Beeck en Julie Lecomte

**“Op het symposium krijgen jonge onderzoekers de kans om hun onderzoek voor te stellen.”**

in de mate van opvolging van personen met diabetes tussen verschillende huisartsenpraktijken. Praktijken die zich beter organiseren, met bijvoorbeeld een beter medisch dossiersysteem of betere samenwerking in het team volgen personen met diabetes nauwkeuriger op. Er zijn echter minder verschillen tussen huisartsenpraktijken als we enkel kijken naar de langdurige glycemiecontrole. Er zijn vooral grote verschillen tussen verschillende patiënten en overheen de tijd.'



**DE IMPACT VAN COVID-19**

Een studie uitgevoerd in de UK onderzocht de impact van COVID-19 en ongelijkheden in etnische minderheidsgroepen. Bij personen met diabetes type 1 was er een significant hoger sterfterisico voor personen van Zuid-Azië, personen met een donkere huidskleur, gemengde en andere etnische

groepen in vergelijking met de witte populatie. Ook voor personen met diabetes type 2 was er een hoger sterfterisico voor etnische minderheden. Potentieel verklarende factoren voor een hoger risico op diabetes bij etnische minderheden zijn onder andere; overgewicht, obesitas, genetische factoren, omgevingsfactoren, levensstijl en dieet. Mogelijk verklarende factoren voor de disproportionele impact van COVID-19 bij bepaalde groepen zijn: verhoogde blootstelling aan het virus door ander werkomstandigheden, meer contacten en slechte/dichtbevolkte woonomstandigheden. Ook armoede, taalbarrières, meer vaccinatie-twijfels, minder screening en minder toegang tot boodschappen van de publieke gezondheidszorg spelen een rol. Daarnaast is er potentieel een verhoogde kwetsbaarheid door hogere stressniveaus, de aanwezigheid van meerdere aandoeningen en slechtere luchtkwaliteit.



**DIABETES EN BELEID: NAAR EEN GEZONDERE TOEKOMST!**

Professor Chantal Mathieu uit Leuven introduceerde ook het European Diabetes Forum (EUDF). Deze organisatie brengt heel wat diabetes-gerelateerde Europese organisaties samen. Het hoofddoel van EUDF is het verbeteren van diabeteszorg op zowel Europees als nationaal niveau, via het formuleren van beleidsadviezen. Deze adviezen zijn gebaseerd op internationaal wetenschappelijk onderzoek. Op die manier tracht het EUDF om de diabetesepidemie tegen te gaan en optimale levenskwaliteit te kunnen voorzien voor personen met diabetes. In navolging van het European Diabetes Forum werd in 2020 ook een Belgisch Diabetes Forum opgericht, waar de Diabetes Liga een belangrijke rol inneemt.

Prof. Geert Goderis gaf tijdens een workshop de aanzet om ideeën uit te wisselen over het ontwikkelen van landelijke afdelingen van Primary Care Diabetes Europe. Met deelnemers uit meer dan tien verschillende landen werd al snel duidelijk dat elk land voor verschillende uitdagingen komt te staan als het aankomt op het organiseren van diabeteszorg. Naast de land-specifieke noden gaf de voorzitter van PCDE, Prof. Xavier Cos aan waarom elk land hier baat bij kan hebben. Namelijk; de hoge prevalentie van de aandoening en de belangrijke ziektelast die diabetes en bijhorende aandoeningen met zich meebrengen; de complexiteit in behandeling en follow-up; de snel evoluerende medische kennis en richtlijnen en de noodzakelijke, samenwerking tussen diverse beroepsgroepen en de 2de lijn.

Samengevat, het PCDE-congres bracht aan de hand van boeiende presentaties en workshops zorgverleners en academici samen. Het delen van best practices, recent wetenschappelijk onderzoek en innovatieve benaderingen brengt ons een stapje dichterbij een beter begrip en aanpak van diabetes. Het congres heeft de samenwerking tussen professionals in de gezondheidszorg versterkt en gaf een platform om de belangrijke aandachtspunten te identificeren, zoals preventie, gepersonaliseerde zorg en de bevordering van gezondheidsvaardigheden.



**Bescherm uzelf tegen griep en de complicaties ervan²**

Vaccinatie is de meest effectieve manier om je tegen griep te beschermen.³

**Praat erover met uw arts of apotheker, ze weten welk griepvaccin voor u geschikt is.**



1. AwD, Silva AB, Palmer DB. Immunology. 2007. 2. Gozalo P. et al., 2012. 3. WHO - position paper May 2022. SANOFI BELGIUM MAT-BE-2300690 - 07/2023