



DIABETES

Wat is diabetes?

Diabetes is een stofwisselingsziekte die ervoor zorgt dat de bloedsuikerspiegel niet op peil blijft. Diabetes wordt ook 'suikerziekte' genoemd. Er zijn 3 verschillende diabetes- vormen:

- **Diabetes type 1**
→ Bij diabetes type 1 maakt het lichaam geen insuline meer aan. Insuline zorgt ervoor dat glucose (= bloedsuiker) uit de voeding in het bloed terecht komt. Als het lichaam geen insuline aanmaakt gebeurt dit niet.
- **Diabetes type 2**
→ Bij diabetes type 2 maakt het lichaam te weinig insuline aan of werkt deze insuline niet meer goed.
- **Zwangerschap diabetes**
→ Zwangerschap diabetes ontstaat tijdens de zwangerschap. De oorzaak is waarschijnlijk gelegen in de hormonale schommelingen tijdens de zwangerschap.

Alle typen diabetes worden behandeld met insuline.

Mensen met diabetes zullen zichzelf insuline toe moeten dienen (in tablet of vloeibare vorm).

Symptomen van diabetes.

Diabetes is een ziekte die moeilijk te herkennen is. Er zijn een aantal symptomen die op diabetes kunnen duiden, deze zijn:

- dorst hebben, veel meer dan normaal.
- vaak moeten plassen.
- een droge mond hebben.
- heel moe voelen.
- last krijgen van wazig zien of oogontstekingen.

Deze symptomen duiden niet altijd op diabetes. Het is van belang een arts te raadplegen die de diagnose kan stellen.

Hoe ga ik met mensen met diabetes om?

Mensen met diabetes hebben veel baat bij een gezonde levensstijl en een gezond en gevarieerd voedingspatroon. Daarmee wordt bedoeld: 30 minuten per dag bewegen, gezond eten, niet roken en niet te veel alcohol drinken. Het is zinvol om haalbare doelen te stellen. Door te grote doelen te stellen, die vaak niet behaald worden, raken mensen gedemotiveerd.

Mensen met diabetes kunnen een 'hypo' of een 'hyper' krijgen. Bij een 'hypo' is er een te lage bloedsuikerspiegel, bij een 'hyper' is deze te hoog. Op de afbeelding hiernaast is te zien welke symptomen er optreden. Zo kan men de verschijnselen herkennen. Het is van belang om het maatje te vragen wat je moet doen als één van beiden optreedt.

Nuttige links.

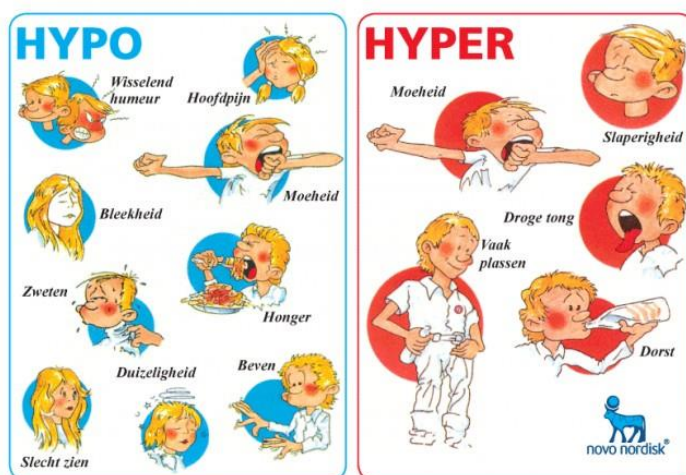
Informatie:

<https://www.dvn.nl/diabetes>

Wat is hersenletsel?

Hersenletsel is letterlijk 'letsel' aan de hersenen (schade aan de hersenen).

Er zijn twee soorten hersenletsel: aangeboren en niet-aangeboren hersenletsel.



Kennis, tips, wetenswaardigheden over ziektebeelden...

Aangeboren hersenletsel ontstaat rond of tijdens de geboorte. Niet aangeboren hersenletsel ontstaat in de loop van het leven.

Niet aangeboren hersenletsel kan worden onderverdeeld in: 'traumatisch' en 'niet traumatisch hersenletsel'. Bij niet traumatisch letsel gaat er iets mis *in* het lichaam. Denk aan een hersenbloeding, tumor of infectie. Bij traumatisch hersenletsel ligt de oorzaak *buiten* het lichaam. Denk aan een harde klap op het hoofd.

Symptomen van hersenletsel.

Omdat er verschillende vormen van hersenletsel zijn kunnen precieze symptomen niet beschreven worden. Op het moment dat de schade ontstaat kan dit zichtbaar zijn door het niet goed functioneren (plots niet meer kunnen praten/ bewegen) of het wegvallen van het bewustzijn. Echter deze symptomen passen ook bij andere complicaties. Voorzichtigheid en het inschakelen van professionele hulp is altijd noodzakelijk.

De gevolgen van hersenletsel zijn divers en uniek. Sommige mensen herstellen volledig van hun hersenletsel, terwijl anderen zware beperkingen ondervinden gedurende de rest van hun leven. Gevolgen van hersenletsel kunnen zijn:

- Fysieke beperkingen.
Bijvoorbeeld niet meer kunnen lopen of andere bewegingen maken.
- Concentratie en andere geheugenproblemen. Bijvoorbeeld aandacht niet kunnen verdelen.
- Zintuigelijke problemen. Niet meer kunnen proeven, ruiken, zien, horen, voelen enz.
- Voorwerpen, kleuren en/of gezichten niet meer herkennen.
- Persoonlijke en/of gedragsveranderingen.

Dit zijn een aantal gevolgen van hersenletsel. Omdat iedereen met hersenletsel andere schade oploopt zullen de gevolgen ook anders en uniek zijn.

Hoe ga ik om met mensen met hersenletsel?

Begrip en geduld zijn de twee belangrijkste vaardigheden die nodig zijn om iemand met hersenletsel te begeleiden.

Een aantal praktische tips:

- Praat langzaam en duidelijk
- Leg afspraken vast op papier zodat hij/zij dit nog eens na kan lezen.
- Kijk naar mogelijkheden en niet (alleen maar) naar onmogelijkheden.
- Praat erover. Mensen die blijvende schade aan hersenletsel overhouden worden nooit meer dezelfde persoon. Dit heeft grote invloed op hun leven en zelfbeeld.



Meer informatie: <https://www.hersenstichting.nl/alles-over-hersenen/hersenaandoeningen/niet-aangeboren-hersenletsel> en <http://www.nah-info.nl/omgaan.php>