

In gesprek over diabetestechnologie

Dr. Sasja Huisman

Klinisch Psycholoog/Sr Onderzoeker
Interne Geneeskunde: Endocrinologie

LUMC



Hoe kijk je naar technologie? Wat verwacht je?



“Zo’n ding waar je de hele dag aan vastgeplakt zit...?”



“3500 dollar voor een skibril waarmee je films kijkt...?”



“Al die nieuwe diabetestechologie. Dat is toch niet mijn taak...?”

Je weet niet wat je niet weet....
Of wat de juiste vragen zijn...

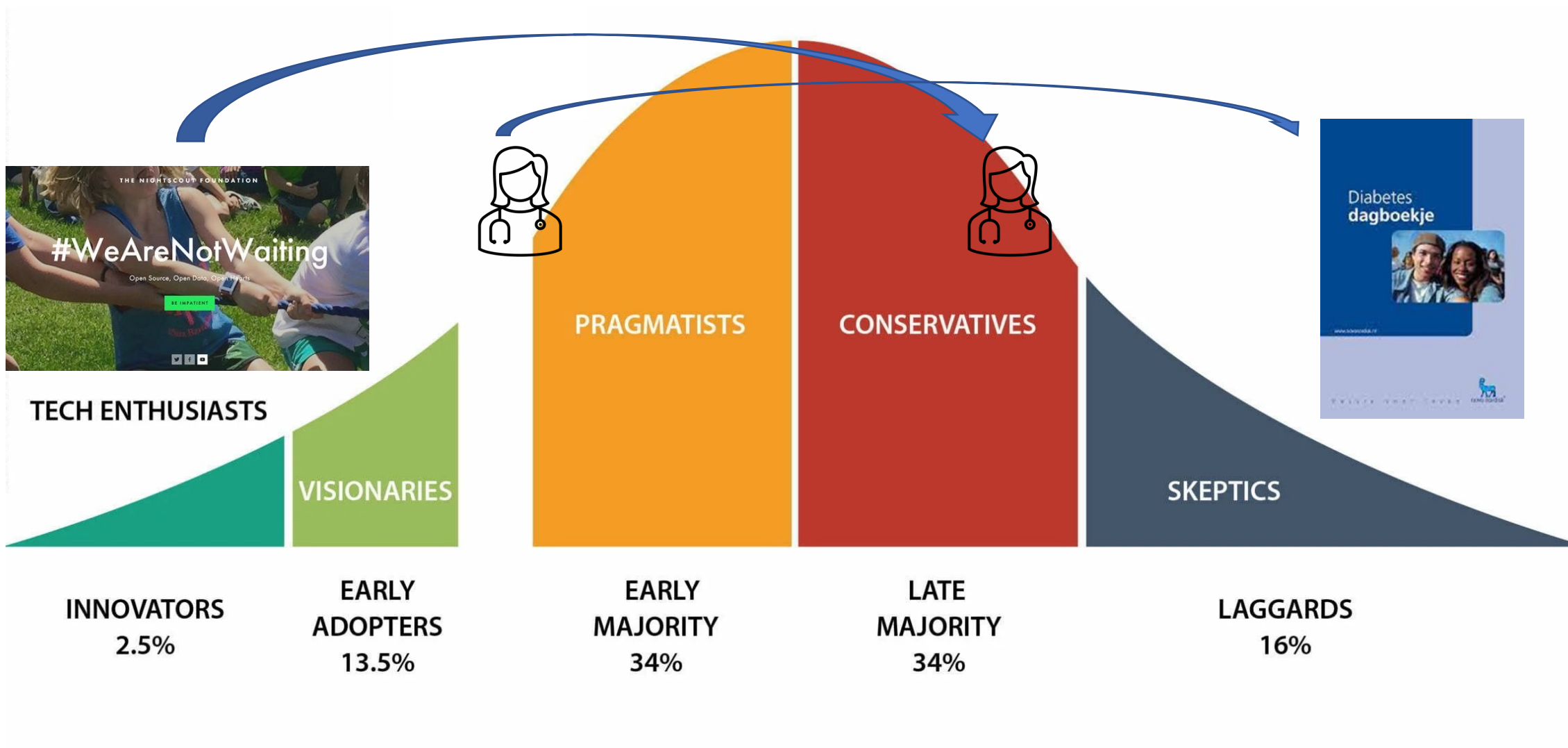
Diabetestechнологie: de verschillen zijn groot

Mensen met diabetes

- 'Ik wil niet dat technologie voor mij beslist... Ik houd liever zelf de regie...'
- 'Ik wil niet wachten tot de industrie en wetenschap eindelijk zo ver zijn.... Ik heb het NU nodig...'

Diabetes zorgverleners

- 'Ik kan het niet bijbenen allemaal... Ik vind dat ook niet mijn taak...'
- 'Ik vind dat iedereen met diabetes het recht heeft om te weten wat er allemaal mogelijk is...'



Verwachtingen managen in de praktijk

Faciliteren van gestructureerd gesprek over diabetes technologie

Ontwikkeling en implementatie van gesprekskaart
'Diatech kaart'

Subsidie Diabetesfonds



Doelen van de Diatech kaart

- ✓ Iedereen met diabetes in Nederland toegang geven tot basale (B1), onafhankelijke, objectieve informatie over technologie
- ✓ Alle diabetes zorgverleners in Nederland de mogelijkheid geven om eenzelfde verhaal te vertellen over technologie



Onderzoek voor 'Diatechkaart'

- ✓ Online vragenlijst via DVN 'onderzoekspanel'
'Ervaringen met en ideeën/verwachtingen over diabetes technologie'
451 respondenten
- ✓ 2 focusgroepen
- ✓ interviews zorgverleners
- ✓ literatuurstudie



Input geïntegreerd

- Belangrijkste thema's, vragen en antwoorden
- Objectieve informatie op 1 duidelijke plek
- Gelaagde informatie
- Alle zorgverleners zelfde info + rol van zorgverlener expliciet

Het 'Diotech pakket'

- ❑ Gesprekskaart voor mensen met diabetes en zorgverleners

In print en online (www.diabetes.nl/diatech)

Thema's en vragen over diabetestechnologie

Basaal gesprek over reële mogelijkheden technologie

- ❑ Wachtkamer posters

Diabetestechologie: wat wil ik weten en bespreken?

Diabetestechologie



Wat is het?

Diabetestechologie



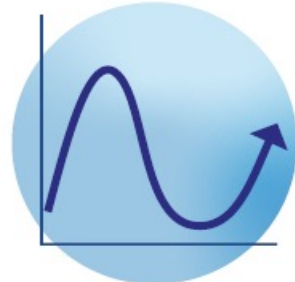
Koolhydraten

Diabetestechologie



Sport & beweging

Diabetestechologie



Bloedsuikers

Diabetestechologie



Draagbaarheid

Diabetestechologie



Welzijn

Diabetestechologie



Slaap

Diabetestechologie



Zelfmanagement

Diabetestechologie



Zorg & hulp

Diabetestechologie: wat wil ik weten en bespreken?

Diabetestechologie

- Voor wie is diabetestechologie beschikbaar?
- Welke diabetes-technologie is er?

Wat is het?

Diabetestechologie

- Kan diabetestechologie koolhydraten berekenen?
- Moet ik zelf nog koolhydraten tellen of invoeren?

Koolhydraten

Diabetestechologie

- Wat heb ik aan diabetestechologie bij beweging of sport?
- Wat moet ik zelf nog doen als ik ga bewegen of sporten?

Sport & beweging

Diabetestechologie

- Welke invloed heeft diabetestechologie op hypo's, hypers en schommelingen?

Bloedsuikers

Diabetestechologie

- Waar draag ik diabetestechologie op mijn lichaam?
- Welke manieren zijn er om diabetes-technologie (onzichtbaar) te dragen?

Draagbaarheid

Diabetestechologie

- Wat is de invloed van diabetestechologie op je leven?

Welzijn

Diabetestechologie

- Wat doet diabetestechologie met je slaap?

Slaap

Diabetestechologie

- Welke invloed heeft diabetestechologie op mijn zelfmanagement?
- Kost het minder tijd of inspanning?
- Wat moet ik zelf nog doen?

Zelfmanagement

Diabetestechologie

- Wie helpt mij om diabetestechologie te leren gebruiken en problemen op te lossen?

Zorg & hulp

Diabetestehnologie



Wat is het?

Wat is
diabetestehnologie?

Glucosesensor

Een glucosesensor is een apparaatje dat de bloedsuiker meet. De sensor meet je glucose met een dun naaldje, dat net onder de huid zit. Hier voel je weinig of niets van. Een vingerprik is veel minder vaak nodig, als je een sensor draagt. De sensor meet de glucose makkelijker en sneller. Een sensor ziet vaak ook of je bloedsuiker stijgt of daalt. Een sensor geeft dus meer informatie over je glucosewaarde dan een gewone vingerprik.

Er zijn 2 soorten glucosesensoren:

CONTINUE GLUCOSESENSOR

FLASH GLUCOSESENSOR



glucosesensor



insulinepomp



hybrid closed loop



Wat is het?



Koolhydraten



Sport & beweging



Bloedsuikers



Draagbaarheid



Welzijn



Slaap



Zelfmanagement



Zorg & Hulp

Hoe kan de Diatech kaart helpen bij het maken van keuzes?

Faciliteren van gestructureerd gesprek over
diabetestechnologie

8 thema's over diabetestechnologie

gerelateerde vragen

ter voorbereiding door persoon met diabetes

basale informatie vóór verdiepende details over techn.
modellen

Filmpjes: zorgverleners en patienten

[Goed op weg met Diatech](#)

Filmpjes: zorgverleners en patienten



Filmpjes: zorgverleners en patienten



Nascholing



The video frame shows a woman, Dr. Sasja Huisman, standing next to a presentation slide. The slide has a dark blue background with white circuit-like patterns. The text on the slide is as follows:

DiaTech Gesprekskaart

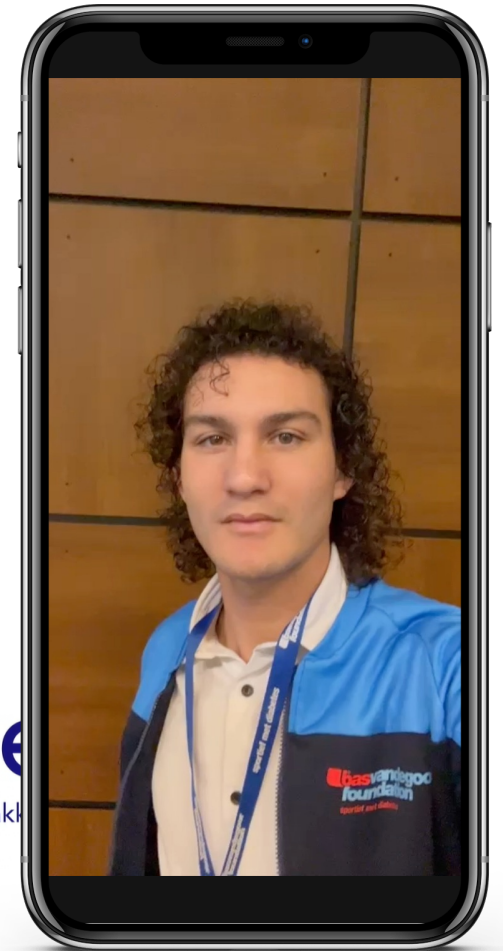
Diabetestechologie
Het bespreken waard!

Dr. Sasja Huisman
Klinisch psycholoog & Sr. Onderzoeker

Logos for Diabetes Fonds and LUMC are visible at the bottom right of the slide.

Below the video frame, the text "MedNet - DiaTech Gesprekskaart - Deel 1" is displayed, followed by a download icon.

MedNet
Vergroot je medische vakke



Wat verwacht je van technologie?
Wat is je doel met technologie?



Technologie geeft feedback

- Zeer belangrijk om te blijven motiveren!
- Om gedragsverandering in/voort te zetten, moet een mens progressie kunnen zien/meten



Technologie maakt concreet

- Sensor-technologie verduidelijkt de link tussen gedrag en glucose
- Van algemene adviezen, naar persoonlijke en zeer specifieke inzichten:
insuline, voeding, beweging, stress, slaap



Interactie psychologie en techniek

QoL

Prettig leven met DM
Wat levert
technologie je op?



Gezondheid

Glucoseregulatie (TIR)
Wat kost de
technologie je?

(wanneer) ben
je tevreden?

Time in
Happiness

Data-management

Hoeveel/welke
informatie heb
je nodig?



Hoeveel/welke
informatie is niet
nodig/kost
teveel?

Wat is je doel
met de
informatie?

Data-stress plan:

Wat wordt jouw voornaamste doel de komende tijd?

Welke informatie heb je daarvoor nodig?

Welke informatie mag je 'loslaten'?

Data-stress: don'ts

- Vermijd het 'checken om het checken'
- Vermijd TIR als (voornaamste) doel



Data-stress: do's

- ✓ Probeer afgebakende en korte termijn gewenste veranderingen te formuleren

Kies er maximaal 1-2

'minder hoge pieken na de maaltijd'
'minder hypo's in de nacht'
'minder hypo's bij het sporten')

- ✓ Probeer gedragsmatige doelen te formuleren, gerelateerd aan de gewenste verandering

'aanpassen ratio'
'koolhydraten tellen bij diner'
'2 uur voor sporten basaal op 80%'

- ✓ Formuleer deze doelen van consult tot consult



Data-stress: do's

- Probeer met je alarmen 'je koers te bepalen'
- Welke alarmen passen bij de benoemde doelen?
- Op welke andere momenten is het nodig te checken?



Data-stress? Ikke niet!

- Ik weet wat mijn doel is de komende weken
- Ik weet waar ik gedragsmatig de focus op wil leggen
- Ik laat mijn alarmen helpen om te bepalen of ik actie moet ondernemen
- Ik weet welke data ik nodig heb en welke ik kan "parkeren"



Take home messages



Verwachtingen over technologie zijn
veelbepalend

Verwachtingen over diabetestechologie
worden inzichtelijk met de 'Diatech-kaart'

Bij data-stress helpen afgebakende
gedragsmatige doelen en alarmen om
data te filteren