

## Wat doet FoodSteps®?

- Het ter beschikking stellen van **didactisch materiaal** voor de professionelen.
- De begeleiding en advisering van **lokale initiatieven** rond diabetes.
- De creatie van een **website** met veel praktische informatie.
- De verspreiding van de **contactgegevens** van alle zorgverleners.
- De organisatie van de multidisciplinaire **opleiding** voor zorgverleners.
- De organisatie van de **informatieoverdracht** naar het grote publiek.
- De organisatie en ondersteuning van **screeningsprogramma's** naar diabetes, dit samen met de Vlaamse Diabetes Vereniging (VDV).
- De **inventarisatie** van de bestaande activiteiten rond diabetes.



foodSteps  
diabetes  
in beweging

Wie aan diabetes denkt,  
denkt aan FoodSteps®!

Voor meer info:

**Stefanie Desmet**

*Zorgtrajectpromotor van het Lokaal Multidisciplinair  
Netwerk Zuid West-Vlaanderen*

056 21 15 35

[lmnzwvl@skynet.be](mailto:lmnzwvl@skynet.be)

[www.lmn-zwv.be](http://www.lmn-zwv.be)



foodSteps  
diabetes  
in beweging



De rode draad doorheen  
de diabeteswereld!

# Diabetes, de ziekte van deze eeuw

## Wat is diabetes?

Diabetes mellitus is een chronische, niet geneesbare aandoening waarbij het lichaam onvoldoende insuline produceert (type 1) of waarbij het lichaam ongevoelig is voor het effect van insuline (type 2). Hierdoor verhoogt de suikerspiegel in het bloed en dat is schadelijk voor veel organen.

## Wat is de omvang van de aandoening?

Bij 5% van de Belgen werd reeds de diagnose van diabetes gesteld. Het werkelijke aantal is naar schatting dubbel zo hoog.

De meesten hebben type 2 (ook wel ouderdomsdiabetes genoemd).

Bij kinderen en jongeren komt type 1 het vaakst voor.



## Gevolgen van diabetes

De gevolgen van diabetes kunnen erg groot worden. Na jaren ontstaat er schade aan de ogen, de nieren, het zenuwstelsel, het hart en de bloedvaten. Door echter diabetes tijdig op te sporen en goed te behandelen kunnen we het risico op deze verwickelingen inperken.



## Wat kunnen we dan doen?

Raadpleeg uw vaste huisarts, de spilfiguur binnen de diabeteszorg. Sluit een GMD af, laat u tijdig testen op diabetes en bespreek uw opvolgplan. Deskundige ondersteuning is noodzakelijk.

**Voeding en beweging** zijn heel belangrijk in de opvolging van diabetes. Niet toevallig zijn zowel voeding (Food) als beweging (Steps) vervat in het woord FoodSteps®.

foodSteps  
diabetes  
in beweging

# Wat is FoodSteps®?

FoodSteps® is een initiatief van het Lokaal Multidisciplinair Netwerk (LMN) Zuid West-Vlaanderen.

Het is een door huisartsen gestuurde groep **deskundigen** die de kennis en de zorg wil **optimaliseren** binnen de totale diabeteszorg en dit voor alle zorgverleners binnen dit domein.

FoodSteps® beoogt een **maximale ondersteuning** van professionele zorgverleners, lokale initiatieven, e.a. die werken rond diabetes.

FoodSteps® kiest overtuigd voor een **multidisciplinaire aanpak** gebaseerd op wetenschap en deskundigheid en associeert zich aan de totale diabeteszorg in de regio.

FoodSteps® ondersteunt ook de **patiënten** bij het begrijpen van hun ziekte door hen de diabeteskennis en de diabeteszorg aan te bieden.

