

Diabetes is een chronische aandoening waarbij je bloedsuikergehalte te hoog is. 1 op de 10 volwassenen in ons land heeft momenteel diabetes, waarvan 90% type 2 diabetes.

Diabetes verhoogt op zijn beurt het risico op een hartinfarct, beroerte, nier- en oogproblemen. Zeker als men er vroeg genoeg bij is, kunnen deze verwikkelingen mogelijk voorkomen worden. Meer info over diabetes vind je op de website van de [Diabetes Liga](#).

Met zijn allen willen we diabetes type 2 vóór zijn en verwikkelingen voorkomen met het project [HALT2Diabetes](#). Met het “Gezondheidskompas” sporen we personen met verhoogde risico’s op diabetes type 2 en andere chronische aandoeningen op, geven we gezondheidsadviezen en verwijzen we zo nodig door naar de huisarts om dit risico gericht aan te pakken. Daarnaast worden ook de relevante zorgverleners en organisaties gemobiliseerd om hieraan mee te werken.

In dit project worden personen opgespoord via een 2stapsmethode én begeleid naar een gezonde leefstijl om dit risico aan te pakken.&

In kader van het partnership met de Vlaamse overheid voor de preventie van diabetes type 2 bouwt de Diabetes Liga sinds 2012 activiteiten uit om diabetespreventie te stimuleren in Vlaanderen. HALT2Diabetes is een project binnen deze samenwerking en in de gemeente Knokke-Heist (ELZ Oostkust) werd dit traject opgestart.

Als zorgprofessional in Knokke-Heist kan ja aan de slag in dit traject.

(Huis)artsen en andere zorgverleners in Knokke-Heist kunnen op onderstaande manier meewerken aan het project en diabetes type 2 een halt toeroepen:

1. **Screen 45plussers aan de hand van www.gezondheidskompas.be of via de papieren FINDRISC**
2. **FINDRISC $\geq$ 12?**
 - Verwijs de persoon door naar de huisarts voor verdere onderzoeken (bepaling nuchtere glycemie en cardiovasculair risico)
 - De persoon heeft recht op leefstijlbegeleiding via de gratis **Groepsessies Gezonde Voeding op verwijzing**, Bewegen op Verwijzing of Rookstopbegeleiding. Een doorverwijsbrief van de huisarts is noodzakelijk. Dit kan via de template van de Diabetes Liga of via een eigen doorverwijsbriefje.
3. **FINDRISC $<$ 12**
 - Geef algemeen leefstijladvies (gezonde voeding, bewegen, gezond gewicht, rookstop. Raadpleeg de folder HALT2Diabetes en www.gezondleven.be.
 - De FINDRISC moet om de 3 jaar opnieuw afgenomen worden.

Vraag gratis materialen aan via preventie@diabetes.be: Papieren FINDRISC, HALT2Diabetes folders, HALT2Diabetes affiches, HALT2Diabetes lintmeters, Visuals voor op Plasmaschermen, website en social media.

Meer info hoe het werkt vind je [hier](#).

Ook in de andere ELZ 's wordt er met de Zorgraad en in samenwerking met de Lokale Besturen gekeken om dit traject op te starten. Volg de nieuwsbrief op van KNWV en van uw eigen ELZ.