

**Is iemand met diabetes.....
.....altijd een "heer" in het verkeer?**

**Caroline Lubach
verpleegkundig consulent diabetes VUmc**

VU medisch centrum



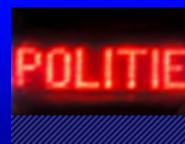
Inhoud

- Aanleiding
- De politie
- Wat kan de diabetesverpleegkundige betekenen in deze?
 - Verpleegkundige anamnese
 - Hypo's: corrigeren
voorspellen
symptomen herkennen

VU medisch centrum



VU medisch centrum



Statistieken landelijk

	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Aangehouden met hypo (dronken?)	12	14	12	19	19	8	9	4
Verzet bij aanhouding	6	5	3	7	8	2	2	0

VU medisch centrum



Politie Academie

- Wat is diabetes?
- Wat is een hypo?
- Wat zijn de symptomen?
- Hoe onderscheid je een hypo van dronkenschap?
 - Diabetes identiteitskaart / penning
 - Een of andere vorm van suiker
 - Inspuitsmateriaal
- Hoe ingrijpen bij een hypoglykemie?

VU medisch centrum



Subtiele verschillen

	Dronken	Hypoglykemie
Houding	Voorover zitten	Liggen
Zweten	Niet overdreven zweten	Kletsnat van zweet
Adem	Alcoholgeur	Normaal

maar geven geen zekerheid !

VU medisch centrum



Belangrijkste leerpunt voor politie!

- Het gedrag verergert ipv verbetert



Met dank aan Niels Bos operationeel chef district Kennemerland

VU medisch centrum



Rol diabetesverpleegkundige bij hypo-problematiek

VU medisch centrum



Verpleegkundige anamnese

VU medisch centrum



..... verpleegkundige anamnese.....

- Wat is het insulineschema?
 - past dit schema bij de omstandigheden/ leefpatroon van de patiënt?
- Is de patiënt op de hoogte van de werking van zijn of haar insuline(s)?
- Is er sprake van verandering van de huid daar waar gespoten wordt?
- Worden de juiste materialen gebruikt én op de juiste manier?
 - bloedglucosemeter
 - verloopdatum bloedglucosestrips
 - insulinepen
 - naaldlengte
 - vervaldatum insuline

VU medisch centrum



..... vervolg verpleegkundige anamnese

- Is de patiënt op de hoogte hoeveel koolhydraten zijn ontbijt, lunch en diner gewoonlijk bevatten?
- Kan de patiënt variëren met koolhydraten?
En past zn de insuline aan? Op welke manier?
- Wat zijn de symptomen van een hypo bij deze patiënt?
- Zijn de symptomen van een hypo veranderd in de loop der tijd?
- Heeft de patiënt een hypo-gevoel maar geen "echte" hypo?
- Is er sprake van reduced-awareness of zelfs hypo-unawareness?
- Hoe wordt de hypo opgelost?

VU medisch centrum



.....vervolg verpleegkundige anamnese.....

- Weet de patiënt waar een te lage bloedglucose door kan ontstaan?
 - te veel insuline of verkeerde insuline
 - te weinig eten, te laat eten of andere dingen eten dan gewend
 - meer lichaamsbeweging dan anders
 - alcohol gebruik
 - warmte
 - stress
- Kan de hypo gemaskeerd worden door het gebruik van:
 - medicatie (bèta blockers)
 - alcohol

VU medisch centrum



Na het afnemen van de anamnese:

1. Corrigeren van een hypoglykemie
2. Voorspellen van een hypoglykemie
3. Symptomen herkennen

VU medisch centrum



Patiënt kan meerdere problemen ervaren:

- hypo-gevoel
- lastig
- angst
- hypo-unawareness of reduced-awareness

VU medisch centrum



Definitie hypoglykemie

- **hypo zonder symptomen:**
ontdekt bij routine matig meten
- **milde hypo:**
symptomen verdwijnen nadat patiënt het zelf heeft opgelost
- **ernstige hypo:**
hulp van ander noodzakelijk (DCCT,1997)

VU medisch centrum



Duur van de diabetes verhoogt het risico op het krijgen van ernstige hypo's

DCCT 1997
UK Hypoglycaemia Study Group 2007

VU medisch centrum



1. Corrigeren hypo

- Op juiste manier oplossen
- "Oplossing" altijd bij je hebben
- op dezelfde plek
- Altijd oplossen ook als je er geen last van hebt (contra regulatie)
- Altijd controleren ook als symptomen lijken te verdwijnen
- Overcorrectie

VU medisch centrum



2. Voorspellen

externe signalen gebruiken, vooral bij slechte waarneming!

- Insuline
- Voeding
- Lichaamsbeweging

VU medisch centrum



2. voorspellen: **Insuline**

- werking
(begin, piek, totale werkingsduur)
- eigen insuline profiel tekenen
- opname snelheid - bijbehorende injectie plaats
- lipodystrofie
- koude / warme huid
(sauna, wintersport, hete douche / bad)
- lengte naald
- masseren injectie plaats

VU medisch centrum



2. voorspellen: **Voeding**

- opname snelheid KH
- KH tellen
- combi met vetten (pizza, stampot) en vezels
- alcohol
- snel(ler) eten
- water drinken bij maaltijd
- autonome neuropathie
- tijdstip extra KH / werking insuline
- zo nodig verwijzing diëtist

VU medisch centrum



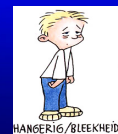
2. voorspellen: **Lichaamsbeweging**

- Intensiteit en duur
- Afstemming beweging - voeding - insuline
- Na-ijl effect
- Hoge BG: sporten?!

VU medisch centrum



3. Symptomen hypo herkennen



VU medisch centrum



Symptomen hypoglykemie

Lichamelijke signalen	Signalen vanuit hersenen	Stemmingssignalen
Trillen	Traag reageren	Verdrietig
Hartkloppingen	Licht in het hoofd	Ontspannen
Blozen	Onduidelijk praten	Zelfverzekerd
Zweten	Onverklaarbaar slaperig	Energiek
Warme handen	Verdoofd gevoel lippen /mond	Niet op je gemak voelen
Koude handen	Wazig zien	Nerveus
Snelle hartslag	Moette concentreren	Blij
Misselijk	Trager denken	Bezorgd
Zwaar ademhalen	Moette juiste woord vinden	Zenuwachtig
Hoofdpijn	Duizelig	Van streek zijn
Slap of moe voelen	Ongecoördineerd	Angstig
Erge honger		Prikkelbaar
Tintelende benen		Geïrriteerd
Grote pupillen		Boos
Het koud hebben		Koppig
Zware benen		

VU medisch centrum



Symptomen hypoglykemie:

≤ 3.9 mmol/l: honger, beven, zweten, bleekheid, trillende handen,voeten, lippen of tong

< 3,5 mmol/l: hartbonzen, lichte angstgevoelens, hoofdpijn

< 3 mmol/l: geeuwen, apathie, duizeligheid, wazig zien, verwardheid

VU medisch centrum



3. Symptomen herkennen: Interne signalen

- Verbeteren aandacht lichamelijke symptomen: "leren luisteren naar lichaam" op zoek naar nieuwe symptomen
- Verstoringen in het denken en de coördinatie

VU medisch centrum



Verstoringen in denken en coördinatie

- Moeite om stuur recht te houden
- Langzamer rijden, omdat je meer fouten maakt dan anders
- Moeite de weg te vinden
- Doorrijden bij rood stoplicht of stopbord
- Andere bestuurders toeteren naar je
- Te dicht op voorganger rijden
- Onnodig ver voor stopstreep stoppen of stoppen voor een geparkeerde auto
-

VU medisch centrum



3. Symptomen herkennen: Interne signalen

- Verbeteren aandacht lichamelijke symptomen: "leren luisteren naar lichaam" op zoek naar nieuwe symptomen
- Verstoringen in het denken en de coördinatie
- Verandering van smaak en tastzin
- Stress (wat versta je hieronder?)
- Veranderingen in de stemming: in overeenstemming met situatie?

VU medisch centrum



Symptomen hypoglykemie

Lichamelijke signalen	Signalen vanuit hersenen	Stemmingsignalen
Trillen	Traag reageren	Verdrietig
Hartkloppingen	Licht in het hoofd	Ontspannen
Blozen	Onduidelijk praten	Zelfverzekerd
Zweten	Onverklaarbaar slaperig	Energiek
Warme handen	Verdooft gevoel lippen /mond	Niet op je gemak voelen
Koude handen	Wazig zien	Nervus
Snelle hartslag	Moette concentreren	Blij
Misselijk	Trager denken	Bezorgd
Zwaar ademen	Moette juiste woord vinden	Zenuwachtig
Hoofdpijn	Duizelig	Van streek zijn
Slap of moe voelen	Ongecoördineerd	Angstig
Erge honger		Prikkelbaar
Tintelende benen		Geïrriteerd
Grote pupillen		Boos
Het koud hebben		Koppig
Zware benen		

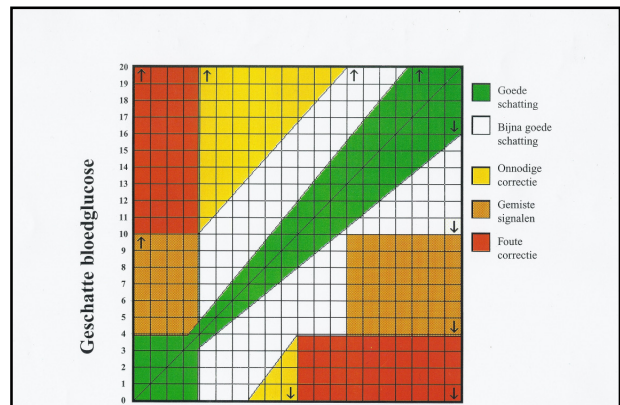
VU medisch centrum



3. Symptomen herkennen:

- Schatten BG "dwingen" stil te staan bij de lichaamssignalen (cognitie, grove en fijne motoriek, testjes, emoties, stress) "body-check"
- Vaak erg lastig en confronterend
- Schattingswijzer
- Hulpmiddel: lijstje Amaryl studie


VU medisch centrum



Intensiteit van symptomen (vakje aankruisen)	geen ————— erg							
	1	2	3	4	5	6	7	8
angst								
bleek uiterlijk								
hartkloppingen								
rusteloosheid								
zweeten								
trillen								
warmte gevoel								
rillen van de kou								
misselijk								
hoofdpijn								
honger								
tintelingen handen/rond mond								
snelle hartslag								
verward								
slaperig								
moechid								
concentratie problemen								
duizelig/licht in het hoofd								
moelijk spreken								
wazig zien								
dubbel zien								
slap gevoel								
verandering van gedrag								
gefriteerdheid								

Een ander hulpmiddel: uitgebreid dagboek

- Intensief
- Tijdrovend
- Confronterend
- Dus duidelijk afspraken maken

VU medisch centrum 

Lichamelijke symptomen Week 2


Let op uw hoofd, droogheid van mond en neus, aandrang tot plassen, hartkloppingen, zweeten, trillen, veranderingen in smaak, ademhaling en lichaamstemperatuur. Wanneer had u voor het laatst een hypo?

Datum:	Interne en externe signalen	Schatting	Meting	Zone	Oorzaak
Tijd:					

VU medisch centrum 


Andere interventies

- Intensieve begeleiding door diabetesverpleegkundige
- Insuline drastisch verlagen (kan lastig zijn voor de patiënt)
- Hypo Preventie Training (HPT / BGAT Cox et al 1995)
- Psycholoog

VU medisch centrum 


Uiteindelijke doel

- Betrouwbare symptomen
- Waar patiënt zich bewust van is
- Met inzicht in effect insuline / voeding / bewegen / stress op BG
- En inzicht in "gewoonte" gedrag
- Hypo effectief corrigeren

VU medisch centrum 

Think how discouraging it is to fail at something you really wanted to do. Then consider what it must feel like to have diabetes and be failing at something you never, ever wanted to do in the first place.'

JW Hoover, 1988

VU medisch centrum 

**Lang niet altijd makkelijk een “heer in het
verkeer” te zijn als je diabetes hebt.....**

Dank voor jullie aandacht

