

Diabetes en dieetaanpassing voor onderzoek of behandeling

Inleiding

Binnenkort heeft u een afspraak voor een onderzoek van de dikke darm (colon) in het ziekenhuis. Om het onderzoek zo goed mogelijk te laten verlopen is het nodig dat de darm leeg is. Daarvoor moet u van tevoren thuis een dieet volgen en een laxeremiddel gebruiken. De informatie hierover krijgt u apart uitgereikt. Waarschijnlijk weet u uit ervaring dat een verandering in het dieet problemen kan opleveren met u bloedglucosespiegel. U kunt dan last krijgen van een aantal vervelende verschijnselen die wijzen op een te hoge of een te lage bloedglucosespiegel. Om deze problemen te voorkomen is het belangrijk dat u de instructies in deze folder nauwkeurig opvolgt, naast de andere voorbereidingen die u voor het onderzoek moet treffen. Op de laatste bladzijde van deze folder zit een richtlijn om uw normale dieet om te zetten in een 'helder vloeibaar dieet'. Hiermee is het voor u mogelijk om de koolhydraat-opname gelijk te houden.

Dag vóór het onderzoek

Tijdens de voorbereidingen op de dag vóór het onderzoek moet u ook rekening houden met uw bloedglucosespiegel en insuline gebruik. In onderstaande tabellen vindt u de richtlijnen.

Bloedglucosecontrole

De dag vóór het onderzoek prikt u een 4-punts dagcurve.
Zie de schema's voor de avondmaaltijd en de nacht.

Dag van het onderzoek

Om problemen met uw bloedglucosespiegel te voorkomen op de dag van het onderzoek volgt u de instructies in de folder 'Richtlijnen voor mensen met diabetes die voor een onderzoek of operatie nuchter moet zijn, versie insuline'.

Overzicht tabellen

- **Tabel 1**
Schema voor aanpassing tijdens voorbereidingen op de dag vooraf aan het onderzoek, bij de avondmaaltijd.
- **Tabel 2**
Schema voor aanpassing tijdens voorbereidingen de nacht vooraf aan het onderzoek.
- **Tabel 3**
Overzicht hoeveelheid koolhydraten in heldere vloeistof.

Tabel 1: Schema voor aanpassing tijdens voorbereiding dag vooraf aan onderzoek, bij de avondmaaltijd.

Let op:

- Zorg bij een bloedglucosewaarde **lager dan 4,0 mmol/l** eerst dat de waarde tot boven 4mmol/l is gestegen, voor u verder gaat. Neem hiervoor 5 tabletten druivensuiker of 1 glas koolhydraathoudende drank die is toegestaan tijdens de voorbereidingen.

Ga pas door met deze voorbereidingen als uw hypo is opgelost.

- Drink bij een bloedglucosewaarde van **15 mmol/l of hoger** extra water (indien mogelijk).

Bloedglucosewaarde	Insulinesoort	Insulinedosering
tussen 4,0 en 10,0 mmol/l	kortwerkende insulines	geen insuline spuiten
	combinatie-insulines	50% van de gebruikelijke dosering
	langwerkende insuline	50% van de gebruikelijke dosering
tussen 10,0 en 15,0 mmol/l	kortwerkende en combinatie-insulines	50% van de gebruikelijke dosering
	langwerkende insuline	50% van de gebruikelijke dosering
hoger dan 15 mmol/l	kortwerkende en combinatie-insulines	75% van de gebruikelijke dosering
	langwerkende insuline	de gebruikelijke dosering spuiten

Tabel 2: Schema voor aanpassing voor de nacht tijdens voorbereiding dag vooraf aan onderzoek.

Let op:

- Zorg bij een bloedglucosewaarde **lager dan 4,0 mmol/l** eerst dat de waarde tot boven 4mmol/l is gestegen, voor u verder gaat. Neem hiervoor 5 tabletten druivensuiker en 2 glazen koolhydraathoudende drank die is toegestaan tijdens de voorbereidingen.

Ga pas door met deze voorbereidingen als uw hypo is opgelost.

- Bij een bloedglucosewaarde **tussen de 4,0 en 10,0 mmol/l** is 1 glas koolhydraathoudende drank tijdens de voorbereidingen toegestaan.
- Bij een bloedglucosewaarde van **15 mmol/l en hoger** bijregelen met 2 eenheden kortwerkende insuline (indien mogelijk).

Bloedglucosewaarde	Insulinesoort	Insulinedosering
tussen 4,0 en 10,0 mmol/l	langwerkende insuline	50% van de gebruikelijke dosering
tussen 10,0 en 15,0 mmol/l	langwerkende insuline	75% van de gebruikelijke dosering
hoger dan 15 mmol/l	langwerkende insuline	de gebruikelijke dosering injecteren

Helder vloeibare voeding ter voorbereiding voor een dikke darm onderzoek bij diabetes

Omdat u een dikke darm onderzoek (colonoscopie) krijgt mag u de dag voor het onderzoek alleen helder vloeibare dranken gebruiken. Dit voorbereidingsdieet, in combinatie met uw diabetesdieet vraagt extra aandacht. Om niet ontregeld te raken is het belangrijk de hoeveelheid koolhydraten in de helder vloeibare dranken gelijk te houden aan de koolhydraten die u op andere dagen altijd gebruikt (1 glas = 150 ml).

Tabel 3: Overzicht hoeveelheid koolhydraten in heldere vloeistof.

Heldere vloeistof	Hoeveelheid koolhydraten
bouillon, koffie/thee zonder suiker, water, suikervrije limonadesiroop	0 g koolhydraten
1 glas vruchtensap (appelsap, druivensap, bessensap, gezeefd sinaasappelsap)	12 g koolhydraten
1 glas heldere vruchtendrank (zónder vezels)	17 g koolhydraten
1 glas vruchtendrank light	7 g koolhydraten
1 glas limonade van limonadesiroop	21 g koolhydraten

Tabel 4: Overzicht vervanging vaste voeding door vruchtensap en/of vruchtendrank met dezelfde hoeveelheid koolhydraten.

Vaste voeding	Vervangende hoeveelheid vruchtensap en/of vruchtendrank
1 snee brood met hartig beleg	1 glas vruchtensap/vruchtendrank
1portie fruit	1 glas vruchtensap/vruchtendrank
1 schaalje vla	2 glazen vruchtensap/vruchtendrank
3 kleine aardappels	2 glazen vruchtensap/vruchtendrank
1 keer zoet broodbeleg	1 glas vruchtensap/vruchtendrank

Het is wellicht handig uw dagmenu om te zetten in glazen vruchtensap/vruchtendrank en dit op te schrijven. Als u dan nog meer wilt/moet drinken kunt u hiervoor gebruik maken van dranken waarin geen koolhydraten zitten (zie onderstaand voorbeeld).

Ontbijt	... glazen vruchtensap/vruchtendrank ... glazen drank à 0 g koolhydraten
Tussendoor 's morgens	... glazen vruchtensap/vruchtendrank ... glazen drank à 0 g koolhydraten
Middagmaaltijd	... glazen vruchtensap/vruchtendrank ... glazen drank à 0 g koolhydraten
Tussendoor 's middags	... glazen vruchtensap/vruchtendrank ... glazen drank à 0 g koolhydraten
Avondmaaltijd	... glazen vruchtensap/vruchtendrank ... glazen drank à 0 g koolhydraten
Tussendoor 's avonds	... glazen vruchtensap/vruchtendrank ... glazen drank à 0 g koolhydraten

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Neem dan binnen kantoortijden contact op met de diabetesverpleegkundige, telefoonnummer 0492 – 59 59 71.

Het telefonisch spreekuur is op maandag t/m vrijdag van 8.30 uur – 9.00 uur en van 13.30 uur – 14.00 uur.

Graag ook contact opnemen met de diabetesverpleegkundige als u bloedsuikerverlagende tabletten in combinatie met insuline gebruikt. Lukt het niet om de diabetesverpleegkundige te bereiken, belt u dan naar de polikliniek Internisten, telefoonnummer 0492 – 59 59 59.

Telefoonnummers en adressen

Afdeling Radiologie

Locatie Deurne

T: 0493 – 32 88 79

Locatie Helmond

T: 0492 – 59 56 04

Polikliniek Anesthesiologie

Locatie Helmond

T: 0492 – 59 59 69

E: polianaesthesie@elkerliek.nl

Diabetesverpleegkundige

T: 0492 – 59 59 71

E: dvk@elkerliek.nl

Polikliniek Internisten

locatie Deurne

T: 0493 – 32 89 19

locatie Helmond

T: 0492 – 59 59 59

Locatie Helmond

Wesselmanlaan 25

5707 HA Helmond

T: 0492 – 59 55 55

Locatie Deurne

Dunantweg 16

5751 CB Deurne

T: 0493 – 32 88 88

Locatie Gemert

Julianastraat 2

5421 DB Gemert

T: 0492 – 59 55 55

