



 **DIABETES**

ZORGSYSTEMEN EN

VOORZIENINGEN BIJ DIABETES

 **diabetesliga**
informeert | connecteert | mobiliseert

2020 Diabetes Liga vzw
tweede uitgave - mei 2020

Verantwoordelijke uitgever:

Paul Deleye,
Diabetes Liga vzw,
Ottergemsesteenweg 456,
9000 Gent

Layout: www.kliek.be

Druk: Graphius nv

Wettelijk depot: D/2020/13.305/6

Iedere nadruk is verboden,
tenzij men een schriftelijke
toelating heeft bekomen van
de Diabetes Liga vzw.

Contact:

Diabetes Liga vzw
Ottergemsesteenweg 456,
9000 Gent
09 220 05 20 - liga@diabetes.be
www.diabetes.be
BE 0412.404.705
RPR Gent

**Graag bedanken we voor
de inhoudelijke feedback:**

Prof. Dr. Frank Nobels
Endocrinoloog, OLV Ziekenhuis Aalst

Luc Lipkens
Stafmedewerker bewegen,
Vlaams Instituut Gezond Leven

WWW.DIABETES.BE

Eenmaal de diagnose diabetes is gesteld, komt er heel wat op je af! Een goede behandeling en medische opvolging zijn noodzakelijk om de bloedsuikerspiegel onder controle te krijgen en gezondheidsproblemen op lange termijn te voorkomen. De diabetesbehandeling steunt op 3 pijlers: leefstijladvies, medicatie en 'controle en opvolging'.

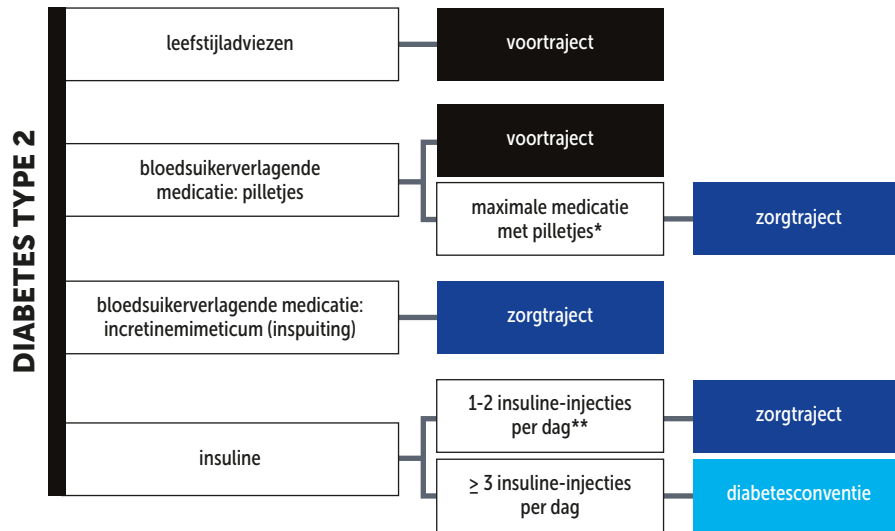
Iedereen met diabetes heeft in ons land vanaf de diagnose recht op een passende ondersteuning, afhankelijk van de behandeling. Het gaat om begeleiding door verschillende zorgverleners enerzijds, en anderzijds een tegemoetkoming voor zelfcontrole materiaal. In de praktijk wordt dit georganiseerd via verschillende wettelijke zorgsystemen.

**VANAF DE DIAGNOSE
DIABETES HEB
JE RECHT OP
ONDERSTEUNING VIA
EEN ZORGSTEEEM.**

DIABETESBEHANDELING

| LEEFSTIJLADVIES | MEDICATIE | CONTROLE EN OPVOLGING |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ○ gezond gewicht ○ gezonde voeding ○ voldoende beweging en minder lang stilzitten ○ rookstop | <ul style="list-style-type: none"> ○ bloedsuikerverlagend ○ bloeddrukverlagend ○ cholesterolverlagend | <ul style="list-style-type: none"> ○ 3-maandelijks: HbA1c en bloeddruk ○ 6-maandelijks: gebitscontrole ○ jaarlijks: oogonderzoek, voetonderzoek, bloed- en urineonderzoek, griepvaccinatie |

WELK ZORGSYSTEEM VOOR WIE?



DIABETES TYPE 1

diabetesconventie***

BESPREEK MET JE BEHANDELEND ARTS WELK ZORGSYSTEEM IN JOUW SITUATIE VAN TOEPASSING IS. UITZONDERINGEN ZIJN ALTIJD MOGELIJK.

- * De bloedsuikerwaarden zijn moeilijk onder controle te krijgen en een incretinemimeticum of insulinebehandeling wordt overwogen.
- ** Uitzondering: tijdelijke opname in de conventie bij ontregelde bloedglucosewaarden door bijvoorbeeld een cortisonebehandeling of chemotherapie bij kanker.
- *** Binnen de conventie bestaat er naast de volwassenconventie ook een kinderconventie. Voor personen behandeld met een insulinepomp is er een pompconventie en in sommige centra is er een conventie voor continue glucosemonitoring.

VOORTRAJECT

OF 'OPVOLGING VAN EEN PATIËNT MET DIABETES TYPE 2'



VOOR WIE?

Het voortraject is er voor alle personen met diabetes type 2 vanaf diagnose, die nog niet met insuline of andere injecties worden behandeld. Je huisarts is je eerste aanspreekpunt in de behandeling van je diabetes. Daarnaast heb je recht op extra begeleiding en financiële voordelen. Je komt in aanmerking voor het voortraject als je behandeling bestaat uit:

- leefstijladviezen (voeding en beweging);
- en/of bloedsuikerverlagende medicatie (pilletjes).

AANVRAAG

Het voortraject wordt elektronisch aangevraagd door de huisarts die je Globaal Medisch Dossier (GMD) beheert. Je krijgt zelf geen document ter bevestiging.

Voorwaarden waar je aan moet voldoen om een voortraject af te sluiten:

- diagnose diabetes type 2;
- een GMD hebben.

Jaarlijks dient je huisarts een nieuwe elektronische aanvraag te doen om het voortraject te verlengen.

ZELFCONTROLEMATERIAAL

Er is binnen het voortraject geen wettelijke terugbetaling voorzien voor zelfcontrolemateriaal (bloedglucosemeter, bloedglucosestrips en lancetten).

BASISBEGELEIDING

Je huisarts is de coördinator van je diabetesbehandeling. Jaarlijks heb je bovendien recht op een tegemoetkoming voor:

- 2 sessies van 30 minuten bij een erkend diëtist;
- 2 sessies van 45 minuten bij een erkend podoloog, indien je een verhoogd voertrisiko hebt.

Voor beiden is er wel een voorschrift van de huisarts nodig waarop ook 'voortraject' wordt vermeld. Je betaalt de consultatie aan de zorgverlener en krijgt een getuigschrift mee. Het getuigschrift dien je in bij de mutualiteit die je consultatie terugbetaalt op het remgeld na.

EDUCATIE WORDT INDIVIDUEEL GEGEVEN (SESSIES VAN 30 MIN.), IN GROEP (SESSIES VAN 2 UUR) OF IN EEN COMBINATIE VAN BEIDE. BESPREEK MET JE HUISARTS WAT MOGELIJK IS.

| <i>Geldig in 2020</i> | Honorarium te betalen aan de zorgverlener (EUR) | Financiële tussenkomst mutualiteit (EUR) | Remgeld* (EUR) |
|-----------------------|--|---|-----------------------|
| Diëtist (30 min.) | 20,86 | 15,51 | 5,17 |
| Podoloog (45 min.) | 31,02 | 23,27 | 7,75 |

*Recht op een verhoogde tegemoetkoming? Dan is het remgeld bij de diëtist 2,08 EUR en bij de podoloog 3,10 EUR.

VOORBEELD 1

Annie is 53 jaar. Na een jaarlijkse controle bij de huisarts wordt de diagnose van diabetes type 2 gesteld. Er wordt gestart met één bloedsuikerverlagende medicatie (metformine), die ze 1x/dag 's morgens inneemt. De huisarts maakt haar GMD in orde en vraagt het voortraject aan. Bij een volgende afspraak geeft de huisarts aan dat Annie best wat gewicht verliest, want ze is zwaarlijvig (BMI 33,5). Hij maakt een voorschrift voor de diëtist.

EXTRA BEGELEIDING

Je komt in aanmerking voor extra begeleiding (educatie), indien je voldoet aan de volgende 2 criteria:

1. leeftijd 15-69 jaar;
2. obesitas (BMI > 30) en/of te hoge bloeddruk (arteriële hypertensie).

Jaarlijks heb je recht op maximaal 4 educatiesessies. Je kan hiervoor terecht bij volgende zorgverleners: diabeteseducator*, diëtist, apotheker, thuisverpleegkundige en/of kinesitherapeut. De meeste educaties zullen door de diabeteseducator en diëtist worden gegeven. De apotheker kan uitleg geven over juiste medicatie-inname, de thuisverpleegkundige bekijkt of de zelfzorg thuis goed loopt en de kinesist kan worden ingeschakeld voor educatie over lichaamsbeweging (enkel groepseducatie). Bij wie en hoe vaak je langsgaat bij deze professionals, bespreek je best met je huisarts. Hij/zij moet je daarvoor wel telkens een ander voorschrift geven. Je hoeft voor deze educatiesessies niets te betalen.

*De diabeteseducator is meestal een verpleegkundige, diëtist of podoloog die een extra opleiding heeft gevolgd.

VOORBEELD**2**

Buurman Pol die 70 jaar is en al enkele jaren diabetes type 2 heeft, vraagt zich af waarom hij niet alle consultaties bij de diëtist vergoed krijgt. Hij is net als Annie toch opgenomen in het voortraject? Zijn huisarts legt uit dat hij gezien zijn leeftijd enkel in aanmerking komt voor de minimum tegemoetkoming van 2x 30 min./jaar bij een erkend diëtist.

STAPPENPLAN



ZORGTRAJECT DIABETES TYPE 2



VOOR WIE?

Het zorgtraject is er voor personen met diabetes type 2 die worden behandeld met inspuitable diabetesmedicatie (incretinmimeticum of 1 tot 2 insuline-injecties/dag). Het kan ook worden opgestart als de behandeling met bloedsuikerverlagende medicatie (pilletjes) onvoldoende is en een inspuiting wordt overwogen.

AANVRAAG

Er wordt een contract ondertekend door de huisarts, diabetesspecialist (endocrinoloog) en jezelf. Dit wordt aan de mutualiteit bezorgd en je ontvangt een schriftelijke goedkeuring.

Voorwaarden waar je aan moet voldoen om een zorgtraject af te sluiten:

- diagnose diabetes type 2;
- een GMD hebben, waarbij volgende parameters worden geregistreerd: BMI, bloeddruk, HbA1c en LDL-cholesterol.

Jaarlijks wordt het zorgtraject automatisch verlengd zolang je aan de voorwaarden voldoet.

ZELFCONTROLEMATERIAAL

Binnen het zorgtraject heb je enkel recht op gratis zelfcontrolemateriaal als je wordt behandeld met inspuitingen:

- bloedglucosemeter/3 jaar;
- 150 bloedglucosestrips/6 maand;
- 100 lancetten/6 maand.

De diabeteseducator kiest samen met jou een bloedglucosemeter en geeft je hiervoor een afleveringsattest mee. Ga met dit attest en een voorschrift van de huisarts naar de apotheek, waar je gratis de voorgeschreven bloedglucosemeter, strips en lancetten afhaalt. Na 6 maand kan je met een nieuw voorschrift van de huisarts bloedglucosestrips en lancetten afhaken.

Na 3 jaar heb je recht op een nieuwe bloedglucosemeter, die je kan afhaken met een nieuw afleveringsattest van de diabeteseducator en een voorschrift van de huisarts.

BASISBEGELEIDING

De huisarts is de coördinator en opvolger van je diabetesbehandeling. De diabetesspecialist heeft een adviserende rol en werkt nauw samen met de huisarts en andere zorgverleners.

Iedereen in het zorgtraject heeft ook recht op educatie. Jaarlijks gaat dit over 5 educatiesessies van 30 minuten, op voorschrift van de huisarts. In het kalenderjaar dat het zorgtraject wordt afgesloten of het kalenderjaar daaropvolgend, heb je éénmalig recht op 5 bijkomende educatiesessies.

De educatie kan zowel individueel of in groep plaatsvinden en wordt gegeven door een diabeteseducator in de praktijk of bij je thuis. Indien je opteert voor individuele educatie, moet minimum 1 sessie bij jou thuis plaatsvinden. De educatie kan pas plaatsvinden na de goedkeuring van het zorgtrajectcontract. Je hoeft voor deze sessies niets te betalen, zolang er minstens 1 sessie thuis plaatsvindt. Zo niet? Dan heb je geen recht op 5 bijkomende en geen terugbetaling.

**NOTEER WANNEER JE DE EERSTE
KEER ZELFCONTROLEMATERIAAL
HEBT AFGEHAALD, ZODAT JE NA
6 MAANDEN OPNIEUW EEN
VOORSCHRIFT KAN VRAGEN
AAN DE HUISARTS.**

ONTHOUD

Binnen het zorgtraject ben je verplicht om jaarlijks bij de diabetesspecialist langs te gaan en 2 keer per jaar de huisarts te raadplegen. Zolang het zorgtraject loopt, worden deze consultaties volledig terugbetaald door de mutualiteit (geen huisbezoeken).

EXTRA BEGELEIDING

Jaarlijks heb je recht op een tegemoetkoming voor:

- 2 sessies van 30 minuten bij een erkend diëtist;
- 2 sessies van 45 minuten bij een erkend podoloog, indien je een verhoogd voerisico hebt.

Voor beiden is er wel de voorwaarde dat je een voorschrift van de huisarts nodig hebt, waarop ook 'ZTD of zorgtraject' wordt vermeld.

Je betaalt de consultatie aan de zorgverlener en krijgt een getuigschrift mee. Het getuigschrift dien je in bij de mutualiteit die je consultatie terugbetaalt op het remgeld na.

STAPPENPLAN**VOORBEELD****3**

Frits is 48 jaar en heeft al 5 jaar diabetes type 2. Hij neemt momenteel 2x/dag bloedsuikerverlagende medicatie, maar uit bloedonderzoek blijkt dat zijn diabetes niet onder controle is. De huisarts start een incretinemimeticum op en vraagt meteen een zorgtraject aan.

DIABETES-CONVENTIE**VOOR WIE?**

De diabetesconventie is bedoeld voor wie nood heeft aan specialistische begeleiding, gezien de complexe insulinebehandeling. Het diabetesteam in het ziekenhuis, dat multidisciplinair is samengesteld, staat garant voor de opvolging van:

- personen met diabetes type 1 of personen die volledig insulineafhankelijk zijn;
- personen met diabetes type 2 met ≥ 3 insuline-injecties;
- personen met diabetes type 2 die tijdelijk worden opgenomen in de conventie bv. omwille van ontregelde bloedglucosewaarden door een cortisonebehandeling of chemotherapie bij kanker.

AANVRAAG

De aanvraag voor opname in de diabetesconventie gebeurt via het ziekenhuis en wordt aan de mutualiteit bezorgd ter goedkeuring. Je dient te beschikken over een GMD bij je huisarts. Een conventie dient jaarlijks verlengd te worden.

ZELFCONTROLEMATERIAAL

Binnen de conventie heb je recht op gratis zelfcontrolemateriaal dat je verkrijgt via het ziekenhuis:

- een bloedglucosemeter of afleestoestel;
- maximaal 140 bloedglucosestrips/maand of sensoren (in functie van de behandeling);
- 30 lancetten per maand.

Om recht te hebben op een verlenging van je contract, is één van de voorwaarden dat je het verplichte aantal metingen dient uit te voeren volgens de conventiegroep waartoe je behoort.

EDUCATIE EN OPVOLGING

De educatie waar je recht op hebt, wordt gegeven in het ziekenhuis door een verpleegkundige-diabeteseducator en een diëtist. Je dient minimum 1x/jaar bij de diabetespecialist langs te gaan. Binnen de conventie ben je ook verplicht om volgende jaarlijkse onderzoeken te ondergaan: oogonderzoek, nierfunctie, controle zenuwaantasting en voetonderzoek. Jaarlijks heb je recht op een tegemoetkoming voor 2 sessies van 45 minuten bij een erkend podoloog, bij verhoogd voertrisiko, op voorschrift van je behandelend arts.

BINNEN DE CONVENTIE IS ER TERUGBETALING VOOR SENSOREN VOORZIEN. VOOR PERSONEN MET DIABETES TYPE 2 IS DE TERUGBETALING SLECHTS GEDEELTELIJK.

GOED OM TE WETEN (VOOR ALLE ZORGSYSTEMEN)



- Alle bloedsuikerverlagende medicatie wordt volledig terugbetaald, op voorschrift van de behandelend arts.
- Voor bepaalde medicatie gelden specifieke terugbetalingsvoorwaarden, waarvoor je behandelend arts een aanvraag indient bij de adviserend geneesheer van de mutualiteit. Deze aanvraag is niet nodig voor mensen in het zorgtraject of de conventie als de arts ZTD of DC op het medicatievoorschrift noteert.
- Andere medicatie (bv. cholesterolverlager) wordt gedeeltelijk terugbetaald, op voorschrift van de behandelend arts.
- Risicogroepen zoals mensen met diabetes (ongeacht de behandeling) krijgen jaarlijks 50% van het griepvaccin terugbetaald. Je huisarts moet je risico wel vermelden op het voorschrift.
- Pennaalden voor inspuitingen worden niet terugbetaald. Deze kan je aan heel voordelige prijzen verkrijgen via de webshop van de Diabetes Liga, shop.diabetes.be

VOOR-TRAJECT

BEGELEIDING

educatie indien je voldoet aan de criteria:

- leeftijd 15-69 jaar
- BMI > 30 en/of hoge bloeddruk

4 educatiesessies/jaar gegeven door een diabeteseducator, diëtist, verpleegkundige, apotheek of kinesist

2x 30 min. bij erkend diëtist

2x 45 min. bij erkend podoloog (verhoogd voertrisiko)

ZELFCONTROLE-MATERIAAL

geen zelfcontrole materiaal

AANVRAAG-PROCEDURE

huisarts vraagt dit jaarlijks elektronisch aan

ZORGTRAJECT DIABETES TYPE 2

5 educatiesessies/jaar gegeven door een diabeteseducator

+ 5 extra educatiesessies in jaar van opstart of kalenderjaar daaropvolgend

2x 30 min. bij erkend diëtist

2x 45 min. bij erkend podoloog (verhoogd voertrisiko)

bij behandeling met inspuiting(en):
bloedglucosemeter/3 jaar
150 strips/6 maand
100 lanceetten/6 maand

contract te ondertekenen door huisarts, diabetespecialist en patiënt

DIABETES-CONVENTIE

educaties in het ziekenhuis

opvolging in het ziekenhuis door diëtist en verpleegkundige-diabeteseducator

2x 45 min. bij erkend podoloog (verhoogd voertrisiko)

zelfcontrole materiaal te verkrijgen via het ziekenhuis

jaarlijks contract te ondertekenen met de conventie

BEWEGEN OP VERWIJZING

Je wilt meer bewegen, maar weet niet hoe eraan te beginnen? Via het project 'Beweging Op Verwijzing' – ondersteund door de Vlaamse overheid – kan je beroep doen op een coach die samen met jou een beweegplan opstelt. De coach is een bewegingsexpert, met een vooropleiding in kinesitherapie of lichamelijke opvoeding.



WAT DOET DE 'BEWEGING OP VERWIJZING'-COACH?

- begeleidt je om op een verantwoorde en gezonde manier beweging te integreren in je dagelijks leven;
- richt zich tot iedereen die de aanbevelingen rond beweging en/of langdurig stilzitten niet haalt;
- stelt samen met jou een beweegplan op, rekening houdend met eigen wensen en behoeften;
- bekijkt de mogelijkheden van beweging op verschillende vlakken: actief transport, vrije tijd, op het werk en thuis;
- treedt op als motivator en geeft antwoord op al je vragen;
- zorgt dat je op lange termijn je actieve levensstijl op zelfstandige basis kan verderzetten.

WANNEER KAN JE BIJ EEN COACH LANGSGAAN?

- Vraag een doorverwijzingsformulier aan je huisarts.
- Zoek een coach die actief is in je buurt.
- Maak een afspraak en ga langs.

WAT KOST EEN COACH?

- De Vlaamse overheid komt tussen in de kosten: zelf betaal je een beperkte bijdrage, namelijk de persoonlijke bijdrage.
- Er wordt gewerkt via een jaarlijks puntensysteem: 84 punten voor terugbetaalde begeleiding bij een coach.
- Wanneer je een verwijsbrief krijgt van je huisarts heb je 2 kalenderjaren recht op 84 punten (in elk kalenderjaar 84 punten) voor begeleiding door een Beweging Op Verwijzing-coach.

| Geldig in 2020 | Individuele consultatie 15 min. | Groepsconsultatie 15 min. |
|-------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| Aantal punten* | 3 | 1 |
| Persoonlijke bijdrage** | 5 EUR | 1 EUR |

* Individuele en groepsconsultaties mogen door elkaar worden gebruikt.

** Recht op verhoogde tegemoetkoming? Je betaalt 1 euro voor 15 min. individuele consultatie en 0,5 euro voor 15 min. groepsconsultatie.

“HET WAS TIJD OM OP DAGELIJKSE BASIS AAN MIJN CONDITIE TE WERKEN. IK BEN FITTER GEWORDEN DOOR DE STAPPENTELLER. DANKZIJ DE STEUN VAN MIJN COACH HEB IK VEEL MEER MOTIVATIE OM MEZELF TE OVERTREFFEN.”
PAUL

ROOKSTOP-BEGELEIDING

Het besef dat roken slecht is voor je gezondheid is al een stap in de goede richting, maar het effectief stoppen met roken is vaak makkelijker gezegd dan gedaan. Schakel de hulp in van rookstopbegeleiding om er voorgoed komaf mee te maken.

GA ZELF AAN DE SLAG EN ONDERNEEM STAPPEN OM TE STOPPEN MET ROKEN:

- Breng familie en vrienden op de hoogte dat je wil stoppen met roken.
- Praat met je arts over jouw motivatie en mogelijkheden. Je kan rookstopmedicatie gebruiken. Zo zijn er nicotinevervangers zoals een pleister of kauwgom (verkrijgbaar zonder voorschrift) of medicatie op voorschrift. Beiden helpen je drang naar sigaretten en ontwenningverschijnselen te verminderen. De hulp van een tabakoloog kan zeker nuttig zijn.

SCHAKEL DE HULP IN VAN EEN TABAKOLOOG

Een tabakoloog is een zorgverlener (huisarts, psycholoog, diëtist, verpleegkundige, kinesist ...) die een aanvullende opleiding tabakologie heeft gevolgd en je begeleidt in het rookstopproces.

Wat kan je van een tabakoloog verwachten:

- individuele en/of groepsbegeleiding;
- gaat met jou op zoek naar de achterliggende redenen voor jouw rookgedrag;
- stelt een rookstopplan op met aandacht voor stress, gewichtstoename, voordelen ...;
- treedt op als coach en geeft antwoord op al je vragen;
- bekijkt samen met jou welke rookstopmiddelen (medicatie, e-sigaret) kunnen ondersteunen;
- zorgt dat je op lange termijn je rookstop op zelfstandige basis kan verderzetten.

“UIT ONDERZOEK BLIJKT DAT BEGELEIDING DOOR EEN TABAKOLOOG IN COMBINATIE MET ROOKSTOPMEDICATIE JE KANS VERGROOT OM SUCCESVOL TE STOPPEN MET ROKEN.”

WAT KOST EEN TABAKOLOOG?

- Woon je in Vlaanderen? De overheid komt tussen in de kosten en zelf betaal je slechts een beperkte bijdrage (persoonlijke bijdrage). Dit werkt via een puntensysteem, waarbij je jaarlijks recht hebt op 48 punten voor terugbetaalde begeleiding bij een erkend tabakoloog. Jongeren hebben recht op een verhoogde tegemoetkoming tot en met het jaar waarin ze 21 worden.
- Woon je in Brussel/Wallonië? Dan heb je recht op een gedeeltelijke terugbetaling door je mutualiteit.

| Geldig voor Vlaanderen in 2020 | Individuele consultatie 15 min. | Groepsconsultatie 15 min. |
|--------------------------------|------------------------------------|------------------------------|
| Aantal punten* | 3 | 1 |
| Persoonlijke bijdrage** | max. 7,5 EUR | max. 1 EUR |

* Individuele en groepsconsultaties mogen door elkaar worden gebruikt.

** Recht op verhoogde tegemoetkoming? Je betaalt 1 euro voor 15 min. individuele consultatie en 0,5 euro voor 15 min. groepsconsultatie.

BIJ WELKE ZORGVERLENERS KAN JE ALLEMAAL TERECHT?

HUISARTS

- eerste aanspreekpunt in behandeling diabetes (type 2);
- stelt behandelplan op en verwijst door naar de diabetesspecialist of andere zorgverlener;
- laat 3-maandelijks je bloed onderzoeken. Dit om je behandeling nauwgezet op te volgen.

DIABETESSPECIALIST

- vaak een endocrinoloog/diabetoloog;
- werkt actief samen met de huisarts;
- heeft ondersteunende of coördinerende rol in de diabetesbehandeling.

DIABETES-EDUCATOR

- meestal verpleegkundige, diëtist of podoloog;
- geeft uitleg over verschillende aspecten van diabetes.

DIËTIST

- geeft voedingsadvies op maat;
- coacht je bij gewichtscontrole.

PODOLOOG

- voert voetonderzoek uit;
- behandelt zo nodig voetproblemen.

*Huisapotheker

Heb je een chronische aandoening zoals diabetes en neem je minimum 5 terugbetaalde geneesmiddelen (waarvan minimum 1 chronische), dan kan je beroep doen op een huisapotheker. Hij/zij geeft extra begeleiding en opvolging op het vlak van medicatie-inname, waarbij hij je een actueel medicatieschema bezorgt. Hiervoor sluit je een overeenkomst af met je apotheker.

APOTHEKER

- stelt medicatie en diabetesmateriaal ter beschikking;
- geeft advies en waakt over correct medicatiegebruik;
- huisapotheker*.

KINESIST

- kan je coachen bij beweging;
- werkt een specifiek beweegprogramma uit;
- behandelt specifieke beweegproblemen.

OOGARTS

- jaarlijks preventief onderzoek;
- behandelt eventuele oogproblemen.

TANDARTS

- controleert je gebit;
- behandelt eventuele tand- en andere mondproblemen.



Heb je vragen over financiële tegemoetkomingen, dan kan je ook terecht bij de sociale dienst van je mutualiteit of ziekenhuis.

Informeer zeker ook eens bij je hospitalisatieverzekering naar eventuele extra tegemoetkomingen.

GOED OM TE WETEN



- Naast deze zorgverleners kunnen ook andere specialisten betrokken zijn: cardioloog, nefroloog, neuroloog ... Je kunt dit best bespreken met je behandelend arts.
- Terugbetaling voor tand- en gebitsverzorging ligt niet hoger als je diabetes hebt. Ga minstens jaarlijks (maar bij voorkeur zesmaandelijks) naar de tandarts zodat je recht hebt op een hogere tegemoetkoming.
- Je krijgt een hogere tegemoetkoming voor de specialist indien je er op verwijzing van je huisarts naar toe gaat, dan wanneer je dit op eigen initiatief doet. Dit geldt voor elke eerste consultatie per kalenderjaar bij een bepaalde specialist. Bezorg hiervoor aan je mutualiteit de verwijsbrief van je huisarts en het getuigschrift van verstrekte hulp van de specialist.
- Een geconventioneerde arts of specialist houdt zich aan vaste consultatietarieven die zijn afgesproken. Indien je langsgaat bij een niet-geconventioneerde arts, kan deze meer aanrekenen voor een consultatie.
- Als je medische kosten hoog oplopen, heb je automatisch recht op een maximumfactuur (MAF). Je krijgt een terugbetaling van de kosten voor geneeskundige verzorging boven een bepaald bedrag.
- In sommige situaties wordt een 'statuut chronische aandoening' toegekend, waarbij je recht hebt op de derdebetalersregeling. Je hebt ook recht op een vermindering van het grensbedrag van jouw persoonlijk aandeel in kader van de maximumfactuur. De derdebetalersregeling betekent dat je bij een consultatie enkel het remgeld (het niet-terugbetaalde deel) betaalt.

WELKE ROL SPEELT JE MUTUALITEIT?

Als je de bijdrage voor je mutualiteit correct betaalt, zorgt de mutualiteit voor de wettelijke (vaak gedeeltelijke) terugbetaling van bv. de consultaties bij je zorgverleners. Buiten de wettelijke geregelde voorzieningen biedt de aanvullende verzekering van de mutualiteiten extra financiële voordelen. Iedereen aangesloten bij een mutualiteit heeft hierop automatisch recht. Het aanbod is verschillend per mutualiteit en vaak ook regiogebonden.

Enkele voorbeelden van voordelen vanuit de aanvullende verzekering:

- lidgeld erkende sport- of fitnessclub, erkende jog- of zweminitiatie (bv. start-to-run);
- consultaties erkend diëtist (meestal heb je hier jaarlijks recht op);
- consultaties rookstopbegeleiding;
- vaccins;
- psychotherapie en mindfulness;
- groepsprogramma rond gewichtsverlies;
- consultaties erkend diabeteseducator;
- lidgeld Diabetes Liga
- diabetesmateriaal.

VIND JE ZORGVERLENER

Zoek je een erkend **diëtist** bij jou in de buurt? Surf naar vbvd.be.

Een erkend **podoloog** in je buurt kan je terugvinden via www.podonet.be of www.bvp-abp.be.

Een **'Beweging Op Verwijzing'-coach** bij jou in de buurt? Dit en nog meer informatie vind je op de website: www.bewegenopverwijzing.be.

Zoek je een **geregistreerde tabakoloog** in je buurt? Een overzicht van tabakologen vind je via <https://rookstop.vrgt.be/geregistreerde-tabakologen>.

Informatie rond **rookstop**? Zie www.tabakstop.be.
Nood aan extra hulp? Je kan steeds terecht bij Tabakstop via 0800/111 00 (bereikbaar maandag tot vrijdag van 15-19u). Via deze weg kan je je ook aanmelden voor gratis telefonische begeleiding door een persoonlijke coach (tabakoloog).

Ook je **huisarts** kan je natuurlijk doorverwijzen naar de juiste zorgverlener in je buurt!

WORD VANDAAG NOG LID

Nog geen lid van de Diabetes Liga? Word vandaag nog lid en geniet van tal van ledenvoordelen:

- Ontvang ons tweemaandelijks magazine.
- Geniet van kortingen tot 25% op onze webshop shop.diabetes.be.
- Neem deel aan medisch begeleide vakanties en sportkampen.
- Geniet van extra kortingen op kranten, boeken of tal van andere partners.
- Neem deel aan kookdemo's of beweegactiviteiten.
- Neem deel aan infosessies, opleidingen of beurzen.
- Hou contact met lotgenoten.

Lid worden kan je voor slechts €30 per jaar. Registreren kan via www.diabetes.be/lidworden.

DE DIABETES LIGA INFORMEERT, CONNECTEERT EN MOBILISEERT

INFORMEREN

Personen met diabetes en hun omgeving, professionelen, onderwijsinstellingen, overheden, bedrijven, ... Iedereen kan terecht bij de Diabetes Liga. We zijn hét kenniscentrum rond diabetes in Vlaanderen. Daarom hebben we een gratis Diabetes Infolijn, verspreiden we informatieve folders en magazines, organiseren we opleidingen en zetten we online communicatie op. Relevant en to-the-point. Al deze kennis bundelen we op onze site.

CONNECTEREN

Samen staan we sterker! De Diabetes Liga bouwt bruggen tussen lotgenoten en hun familie, zorgverleners, wetenschappers, bedrijven en iedereen betrokken bij diabetes. Van jong tot oud! Onze 18 000 leden, 450 vrijwilligers en alle betrokken professionals brengen we samen op gezinsdagen, vakanties, lokale activiteiten over heel Vlaanderen, symposia en andere events. Word vandaag nog lid.

MOBILISEREN

Diabetes treft nu al 1 op 10 Belgen. Daarom blijven we aan de alarmbel trekken en brengen we diabetes op alle niveaus onder de aandacht. Maar we zetten iedereen ook letterlijk in beweging. Je kan deelnemen aan onze sport- en beweegevents, onze sensibilisatiecampagnes ondersteunen en met jouw gift of legaat brengen we het diabetesonderzoek in een hogere versnelling.

STEUN ONZE WERKING VANDAAG NOG!

SURF NAAR WWW.DIABETES.BE.

SHOP.DIABETES.BE

KORTING TOT 25% VOOR LEDEN DIABETES LIGA

○ Ruim assortiment ○ Kwaliteitsvolle producten voor je dagelijkse diabeteszorg ○ Onafhankelijke informatie en advies ○ Veilig betalen ○ Snelle en correcte levering (thuis of afhaalpunt)

VRAAG HET AAN DE DIABETES INFOLIJN

0800 96 333

Heb jij een prangende vraag over diabetes? Dan staat de Diabetes Infolijn steeds tot jouw beschikking. Stel je vraag vandaag nog via infolijn@diabetes.be of **0800 96 333**.

Diabetes Liga vzw
Ottergemsesteenweg 456
9000 Gent
www.diabetes.be
09 220 05 20
liga@diabetes.be
BE 0412.404.705
RPR Gent