

FLASH GLUCOSE MONITORING: *praktisch*

Binnenkort voegen we een nieuw werkwoord toe aan het diabetesvocabularium. Naast prikken en spuiten zullen we ook spreken over 'flashen'. Dit verwijst naar een nieuwe manier van zelfcontrole met een sensor en een scanner. Binnenkort zal die via de diabetesconventie terugbetaald worden voor mensen met type 1 diabetes.

REBECCA EVERAERT, diabetesverpleegkundige, OLV Ziekenhuis Aalst
DR. FRANK NOBELS, endocrinoloog, OLV Ziekenhuis Aalst



WAT IS FLASH MONITORING?

Het is een manier van zelfcontrole waarbij het glucosegehalte continu gemeten wordt met een onderhuidse sensor, maar waarbij de resultaten niet automatisch naar een uitleestoestel worden doorgestuurd. Het uitlezen gebeurt, door met een scanner over de zender te wrijven. Dit noemt men 'flashen'.

De sensor is een kleine meetelektrode die als een soepel naaldje in de huid zit, en waarop een klein plat zendertje is bevestigd. Het zendertje plakt met een zelfklever op de huid. Het wordt op de achterzijde van de bovenarm gedragen. De sensor kan je zelf plaatsen met een eenvoudig inbrengtoestel, en moet om de 14 dagen vervangen worden. De sensor meet het glucosegehalte in het onderhuidse weefsel (niet in het bloed). Om de 15 minuten worden de waarden opgeslagen, met een geheugen van 8 uur.

Met de bijhorende scanner kan je op ieder gewenst moment de sensor uitlezen en dus de glucosewaarden meten. Dit kan zelfs door de kleding heen. Wanneer je scant zie je de huidige glucosewaarde (laatste meting) op een schermje, en een grafiek met je waarden van de laatste 8 uur. Daarnaast zie je ook een trendpijl, die je vertelt of je bloedglucose omlaag of omhoog gaat. De scanner is ook een klassieke glucosemeter. Je kan er dus ook een strip insteken en op een broeddruppel glucose en zo nodig zelfs ketonen meten. Het geheugen bewaart de gegevens van 90 dagen. Bijzonder interessant is dat men, als men vaak genoeg meet (binnen de 8 uren), volledige 24 uurprofielen kan bekomen, en dus een goed zicht krijgt op de glucosewaarden tijdens de nacht en tussen de maaltijden.

ZIJN DE METINGEN BETROUWBAAR?

De eerste uren is de meting wat minder betrouwbaar omdat het onderhuids weefsel wat verstoord is door de plaatsing van de sensor. Nadien is de betrouwbaarheid van de meting zeker even goed als van een klassieke glucosemeter. Maar een belangrijk verschil is dat de meting onderhuids gebeurt. Dit reageert wat trager dan bloed. Wanneer de bloedsuiker snel verandert kan de onderhuidse meting tot 15 minuten achter lopen. Doorgaans geeft dit geen groot probleem, omdat men door de continue meting de richting van de verandering ziet en zo kan voorstellen waar het glucosegehalte naartoe gaat. Bij

"Het uitlezen gebeurt, DOOR MET EEN SCANNER OVER DE ZENDER TE WRIJVEN. Dit noemt men 'flashen'."

hypoglycemie moet men echter wel voorzichtig zijn. De sensorwaarde kan dan nog hoger liggen en de hypo nog niet tonen, terwijl die met een vingerprik wel al kan vastgesteld worden.

WAAROM KAN FLASHEN ZINVOL ZIJN?

Flashen zal toelaten om veel vaker te meten dan met de vingerprik. Meerdere studies bij type 1 diabetes tonen aan dat frequenter meten kan leiden tot een betere diabetesregeling, dus een lagere HbA1c, en een vermindering van het aantal hypo's. In tegenstelling tot een vingerprikmeting krijg je ook informatie over de vorige uren. Je zal dus makkelijker het effect van voeding en fysieke activiteit zien, je zal beter kunnen beoordelen wat er tijdens de slaap gebeurt. Daarnaast verloopt flashen vlotter dan prikken, en kan je discreter meten. Ook dat een gezinslid tijdens je slaap eens kan scannen of alles nog veilig is, kan een meerwaarde zijn.

NIET VOOR IEDEEREEN

Flashen zal niet voor iedereen geschikt zijn. Het is niet nodig om deze dure technologie te gebruiken als je met pilletjes of met een eenvoudig insulineschema een goede glycemieregeling bereikt. Ze is vooral nuttig bij patiënten die frequente zelfcontrole nodig hebben, dus vooral bij type 1 diabetes en bij zeer gevorderde intensief behandelde type 2 diabetes. Als je in paniek slaat bij het zien van schommelende resultaten of hier erg ongelukkig over wordt, ben je wellicht geen goede kandidaat. Als je allergisch reageert op de klever kan het ook moeilijk worden. Gelukkig treedt dit niet frequent op en

vindt men hier meestal een oplossing voor. Het sensortje mag enkel in de bovenarm geplaatst worden omdat metingen op andere plaatsen onvoldoende betrouwbaar zijn. Als je in de zomer korte mouwen draagt en niet wil dat men merkt dat je een sensor draagt, zal je even terug naar vingerprikken moeten gaan. Besef ook dat flash monitoring geen ingebouwde alarmen heeft. De meter zal je dus niet automatisch verwittigen als je een hypo doet of als je glucosewaarde de lucht inschiet. Personen die hun hypo's absoluut niet voelen, zijn dus beter gediend met continue glucose monitoring met alarmen.

TERUGBETALING

Indien je in overleg met je diabetesteam ervoor kiest om te starten met flash monitoring, dan kan je 2,2 sensoren (dus 1 voor 14 dagen) en 25 bloedglucosestrips per maand bekomen. Voor personen met type 1 diabetes is dit 'pakket' kosteloos beschikbaar via de diabetesconventie. Als je geen type 1 diabetes hebt, kan je ook kiezen voor sensoren, maar dan moet je de meerkosten ten opzichte van de vingerprikmethode zelf betalen. Dit zal dan afhankelijk van de categorie van de conventie op een eigen bijdrage van 75 à 105 euro per maand komen.

De technische aspecten van flash glucose monitoring kunnen makkelijk aangeleerd worden, maar het leren omgaan met de cijfers zal wel wat tijd vergen. Je moet leren omgaan met het verschil tussen onderhuidse metingen en metingen op bloed. Je moet leren, hoe te reageren op veranderende waarden: wanneer bijspuiten, wanneer extra koolhydraten eten, enz. Je kan echter rekenen op je diabetesteam voor grondige begeleiding!

