

## Checklist

# Hoe en wat over controles bij diabetes type 2

In deze checklist vind je alle controles die je bij diabetes type 2 regelmatig krijgt. Deze controles worden gedaan door je huisarts, internist, praktijkondersteuner en/of diabetesverpleegkundige. Het kan zijn dat je in overleg met je zorgverlener soms afwijkt van de genoemde controles. Je krijgt dan bijvoorbeeld vaker controles, omdat je last hebt van complicaties. Of minder vaak omdat je je diabetes goed onder controle hebt. Je kunt met deze checklist zelf bepalen of je alle controles hebt gehad die je (eventueel) nodig hebt. Zijn er controles die je niet krijgt? Vraag je behandelaar dan om uitleg. Regelmatige controles zijn nodig om complicaties van diabetes te voorkomen.

### Direct na de diagnose

Wat	Wat gebeurt er?
Cholesterolgehalte	Bloedonderzoek
Glucosewaarde (nuchter) + HbA1c	Bloedonderzoek
Werking nieren	Urine- en bloedonderzoek
Bloeddruk	Speciale band om uw arm
Gewicht (BMI en/of middelomtrek)	Wegen en meten
Voeten	Onderzoek van de voeten

### Binnen drie maanden na diagnose

Wat	Wat gebeurt er?
Oog	Foto van ogen (fundusfoto)

### Driemaandelijke controle

Wat	Wat gebeurt er?
Glucosewaarde (nuchter), soms HbA1c	Bloedonderzoek
Gewicht (BMI en/of middelomtrek)	Wegen en meten
Complicaties (als die er al zijn)	Lichamelijk onderzoek
Bloeddruk (of bloeddrukmedicijnen)	Speciale band om uw arm
Spuitplaatsen (bij insulinegebruik)	Lichamelijk onderzoek

### Jaarlijkse controle

Wat	Wat gebeurt er?
Cholesterolgehalte	Bloedonderzoek
Glucosewaarde (nuchter) + HbA1c	Bloedonderzoek
Werking nieren	Urine- en bloedonderzoek
Bloeddruk	Speciale band om uw arm
Gewicht (BMI en/of middelomtrek)	Wegen en meten
Spuitplekken (bij insulinegebruik)	Lichamelijk onderzoek
Voeten	Onderzoek van de voeten
Kwaliteit van leven	Gesprek over functioneren (psychosociaal, maatschappelijk en seksueel)
Voeding	Mondeling of schriftelijk advies
Controle bloedglucosemeter en meting	Meter controleren, en laten zien hoe je meet

### Jaarlijkse of minder frequente controle

Wat	Wat gebeurt er?
Oog	Foto van ogen (fundusfoto), als er geen schade is en de diabetes goed is gereguleerd, is jaarlijkse controle niet nodig