



# Diabetesvereniging Nederland

## Handleiding pilotenkaart

**Uw diabetes, onze gezamenlijke zorg!**

Hoe we dat verdelen? Uw verhaal als uitgangspunt

Wat voor type bent u?



Diabetesvereniging  
Nederland

*Zelfmanagement is bij diabetes een must. Uw patiënt heeft 365 dagen per jaar de chronische ziekte en slechts enkele contactmomenten per jaar. De rest van het jaar heeft de patiënt zelf de regie zover ze dat kunnen en willen. Maar wat kan of wil de patiënt? Hoe gaat u dat gesprek aan? Hoe schat u dat in? Het pilotenmodel van de Diabetesvereniging Nederland helpt. Stem samen met uw patiënt de verwachtingen af.*

### **Zelfmanagement: eigen regie over het leven**

Uitgangspunt van het pilotenmodel is dat het in goede banen leiden van de diabetes van een patiënt, de gezamenlijke zorg is van patiënt én zorgverlener. Wie daar precies welke rol in heeft, bepaalt u met het pilotenmodel. Het verhaal van de patiënt geldt daarbij (uiteraard) als uitgangspunt.

Het pilotenmodel onderscheidt vier typen patiënten met diabetes:

- Passagier
- Steward(ess)
- Co-piloot
- Piloot

Als zorgverlener bespreekt u met de patiënt de voor en nadelen van alle mogelijkheden en wat dit voor hem/haar in het dagelijks leven betekent.

U ondersteunt de patiënt daarbij door te sturen, coachen of faciliteren. Er zijn diverse mogelijkheden:

- een passagier legt, al dan niet bewust, de totale regie in handen van de zorgverlener
- een piloot daarentegen heeft zelf de regie in handen. Van u als zorgverlener wordt veel minder ondersteuning gevraagd.

Dit zijn de twee uitersten met alle varianten er tussenin.

Als de ene partij van regie verandert, zal de ander daar aansluitend op meebewegen. Een organisch proces met regieverhouding tussen de persoon met diabetes en zijn of haar zorgverlener als variabele factor. Deze regieverhouding is daarbij afhankelijk van veel factoren. Denk hierbij bijvoorbeeld aan vaardigheden, zelfvertrouwen, kennis van de ziekte, klinische gegevens en de gezondheidstoestand .

De tabel in deze handleiding biedt u herkenningspunten en handvatten om het pilotenmodel in de praktijk te gebruiken. Natuurlijk aangevuld met de valkuilen en do's en don'ts.

Heeft u vragen over het gebruik van het pilotenmodel? Neemt u dan contact op met Angela de Rooij – Peek: [a.derooij-peek@dvn.nl](mailto:a.derooij-peek@dvn.nl) of 033 463 05 66. Wij horen ook graag uw tips en gebruikerservaringen met de kaart en het model.

Wij wensen u veel succes toe met het gebruik van het pilotenmodel.

	<b>Passagier</b>	<b>Steward(ess)</b>	<b>Co-piloot</b>	<b>Piloot</b>
<b>Herkenningspunt en observatie van gedrag</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Afwachtend</li> <li>• Neemt weinig tot geen initiatief in het gesprek en in diabetesmanagement</li> <li>• Stelt niet veel vragen</li> <li>• Ziet 'dokter' nog als autoriteit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stelt vragen als iets niet duidelijk is</li> <li>• Komt soms zelfs met eigen vragenlijst</li> <li>• Neemt eigen verantwoordelijkheid in diabetes management maar alleen na instructie zorgverlener</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Komt zelf met een vragenlijst op consult, niet alleen ter verduidelijking maar ook met alternatieve therapieën of middelen</li> <li>• Is zelf actief op zoek gaan naar informatie en actieve therapieën of middelen</li> <li>• Doet zelf kleine aanpassingen in zijn/haar therapie op basis van eigen meetwaarden en bevindingen analyse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verwacht vraaggerichte zorg</li> <li>• Komt zelf met een lijst van onderwerpen en behoeften naar het consult</li> <li>• Neemt zelf beslissingen over therapie na advies van zorgverlener in overweging te hebben genomen</li> </ul>
<b>Toetsen van observaties</b>	Stel vragen over: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat patiënt zelf thuis aan diabetes doet</li> <li>• Wat hij/zij wel/niet begrijpt</li> </ul>	Stel vragen over: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wat patiënt zelf thuis aan diabetes doet</li> <li>• Wat hij/zij wel/niet begrijpt</li> </ul>	Vraag naar eigen bevindingen en aanpassingen en ga daarover in gesprek	Vraag naar eigen bevindingen, analyses en aanpassingen en ga daarover in gesprek
<b>Handvatten tot motiveren van meer zelfregie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geef positieve feedback op wat patiënt al zelf goed doet (al is het allen naar controle komen)</li> <li>• Vraag wat hij/zij als zijn/haar verantwoordelijkheid ziet</li> <li>• Leg uit wat het voordeel is om een stapje meer te doen. Geef voorbeelden van een stapje meer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geef positieve feedback op wat patiënt al zelf goed doet (bijvoorbeeld regelmatig bloedsuikers meten)</li> <li>• Vraag waar hij/zij meer grip op zou willen hebben</li> <li>• Leg uit hoe dat zou kunnen en doe een voorstel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geef positieve feedback op wat patiënt al zelf goed doet op het gebied van metingen en aanpassingen</li> <li>• Benadruk welke positieve effecten dit heeft (gehad) in bijvoorbeeld het Hba1c</li> <li>• Vraag waar hij/zij meer grip op zou willen hebben</li> <li>• Leg uit hoe dat zou kunnen en doe een voorstel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Erken de enorme rol die patiënt heeft in zijn/haar diabetes management</li> <li>▪ Vraag naar welke rol, ondersteuning zij/hij van u nodig heeft om dit zo goed mogelijk te blijven doen</li> <li>▪ Bied zorg die zoveel mogelijk vraaggericht is</li> </ul>

	<b>Passagier</b>	<b>Steward(ess)</b>	<b>Co-piloot</b>	<b>Piloot</b>
<b>Do's</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Besteed veel tijd aan belangstellend doorvragen over belemmeringen en behoeften in het dagelijks leven in relatie tot diabetes</li> <li>▪ Geef duidelijke instructies, liefst op papier</li> <li>▪ Check of alles begrepen is</li> <li>▪ Nodig uit tot vragen stellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gebruik vragen van patiënt als kapstok voor het consult</li> <li>• Neem tijd voor het diabetesdagboekje als dat is ingevuld</li> <li>• Geef tips</li> </ul>	Leg mogelijke opties duidelijk uit met voor- en nadelen begeleid patiënt in uiteindelijke keuze	Deel relevante nieuwe therapieën of wetenschappelijke bevindingen als gelijkwaardige gesprekspartner
<b>Don'ts</b>	Gaan regelen, beslissen of zorgen voor en daardoor regie uit handen nemen	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Te veel keuzes voorleggen</li> <li>• Te veel informatie tegelijk geven</li> </ul>	Beslissingen nemen zonder opties voor te leggen	Beslissingen nemen zonder opties voor te leggen
<b>Valkuilen</b>	Tijdens consult zal de patiënt aangepast gedrag vertonen om u te pleasen waardoor therapietrouw in de hand gewerkt wordt	Te snel tevreden zijn met een heel makkelijke patiënt (niet te lijdzaam of te eigenwijs)	Ervan uitgaan dat de patiënt alles onder controle heeft en eigenlijk geen begeleiding meer nodig heeft	Te weinig te bieden hebben tijdens controles zodat u de patiënt uit het oog verliest