

TAAAL & DIABETES

#LanguageMatters



Een statement over het belang
van taalgebruik bij de communicatie
met en over mensen met **Diabetes**.



Introductie

DE KRACHT VAN TAAL

Taal bepaalt hoe mensen naar zichzelf en anderen kijken. Het beïnvloedt hoe mensen met diabetes hun aandoening en de rol van diabetes in hun leven ervaren. Taal kan een positieve invloed hebben, bijvoorbeeld door angst te verminderen, zelfvertrouwen te vergroten, te motiveren en bij te dragen aan zelfmanagement. Anderzijds kan taal ook stigmatiseren en leiden tot gevoelens van angst en schuld. Bij communicatie met of over (iemand met) diabetes is het daarom belangrijk om stil te staan bij onze (woord)keuzes en hoe deze invloed hebben op de gedachten, gevoelens en het gedrag van mensen met diabetes.

Dit consensusdocument is een samenwerking van mensen met diabetes, zorgprofessionals en verschillende diabetesorganisaties. Hiermee vragen we aandacht voor zorgvuldig taalgebruik rondom diabetes. Het is gebaseerd op het originele Language Statement van Diabetes Australia en past daarmee in de internationale beweging van **Language Matters Diabetes**. Dit document is bedoeld voor zorgverleners, onderzoekers, familieleden en andere betrokkenen bij de zorg voor mensen met diabetes.

Over Taal & Diabetes

TAAL KAN ONREALISTISCHE VERWACHTINGEN CREËREN

Zorgverleners en familieleden kunnen veel invloed hebben op mensen met diabetes en de manier waarop zij hun aandoening beleven, onder andere door middel van de taal die zij gebruiken. Spreken over 'goede' of 'slechte' waarden, of over 'voldoende of onvoldoende controle' is normerend en schept onrealistische verwachtingen over diabetes zelfmanagement.

Het wekt de indruk dat diabetes volledig via gedrag te 'controleren' zou zijn, wat niet aansluit bij de dagelijkse realiteit of wetenschappelijke inzichten over diabetes zelfmanagement.

TAAL KAN SCHADELIJK ZIJN

Het gebruik van woorden zoals 'therapieontrouw', 'non-adherentie' of 'non-compliance' impliceert dat de behandelaar degene is die weet wat het beste is voor de persoon met diabetes. Dit karakteriseert de persoon met diabetes vervolgens als 'lastig', 'onverantwoordelijk', 'schuldig' en als iemand die niet genoeg diens best doet. Dit doet geen recht aan de autonomie en dagelijkse inspanningen van de persoon met diabetes.

Onderliggende factoren die de dagelijkse zelfzorg kunnen bemoeilijken (bijvoorbeeld angst voor hypo's, psychosociale problemen, eetproblematiek) zouden hierdoor over het hoofd gezien kunnen worden. Het oordelen over bloed- of sensorglucose (hierna: bloedglucose) in termen van 'goed' en 'slecht' of 'voldoende' en 'onvoldoende' kan zorgen voor gevoelens van frustratie, falen en schuld rondom zelfmanagement. Dit kan leiden tot het vermijden van confrontaties met diabetes, bijvoorbeeld door het niet willen zien van bloedglucosewaarden of het mijden van zorg.

TAAL STIGMATISEERT

Woorden als 'diabeet' of 'diabetespatiënt' reduceren de persoon met diabetes tot diens aandoening, terwijl iemand met diabetes bovenal gewoon mens is.

Een andere manier waarop taal stigmatiseert is het gebruik van het woord 'suikerziekte'. Dit houdt het idee in stand dat diabetes veroorzaakt wordt door het eten van te veel suiker of dat je als persoon met diabetes geen suiker mag eten. Deze vooroordelen veroorzaken onnodig schaamte en schuld over diabetes en eetgedrag.

HOE KUN JE HELPENDE TAAL INZETTEN?

We gebruiken taal vaak zonder er goed over na te denken. Door ons bewust te worden van de woorden die we gebruiken en de mogelijke impact hiervan, kunnen we mensen met diabetes op een positieve manier ondersteunen, motiveren en betrekken. **Helpende taal is:**

Persoonsgericht

Kijk naar de persoon achter de aandoening. Diabetes is voor veel mensen frustrerend en uitdagend. Heb hier begrip voor en besteed aandacht aan de psychosociale gevolgen van diabetes. Leer de context van de persoon met diabetes goed kennen, zodat je zicht hebt op krachten en kwetsbaarheden van iemand;

Zonder oordeel

Bespreek dat getallen (zoals bloedglucose, HbA1c, en het gewicht) bedoeld zijn ter informatie en niet als beoordeling. Vraag wat het bespreken van zulke getallen met iemand met diabetes doet. Gebruik taal (inclusief toon en houding) die vrij is van oordelen;

Respectvol

Aanvaard en respecteer dat iemand met diabetes diens eigen keuzes maakt, eigen verantwoordelijkheid heeft voor diens zelfzorg en diabetes niet altijd prioriteit geeft (en dat ook niet altijd hoeft en kan geven);

Positief

Focus op wat haalbaar is. Verandering kan alleen in kleine stapjes plaatsvinden. Bekrachtig daarom kleine overwinningen en kijk naar de dingen die al lukken. Wees ook blij met het volhouden van iets, zonder verdere stappen;

Bewust

Wees je bewust van de taal die je gebruikt. Print dit document bijvoorbeeld uit, leg het op je werkplek neer en pak het er zo nu en dan eens bij;

Eerlijk

Er is een nauwe scheidslijn tussen mensen informeren over complicaties enerzijds en 'angst oproepen' of 'dreigen' anderzijds. Zet risico's in perspectief en benadruk de vaardigheden die iemand heeft om goed voor de diabetes te zorgen.

Afgestemd

Luister naar de woorden die de persoon met diabetes zelf gebruikt en sluit hierop aan. Het is belangrijk om taalgebruik af te stemmen op de ander en te checken of diegene je kan volgen;

Positief

Gebruik in de communicatie over mensen met diabetes geen andere woorden dan in het contact met mensen met diabetes zelf. Taalgebruik weerspiegelt immers onze houding ten opzichte van mensen met diabetes;



Voorbeelden

VOORBEELDEN VAN TAAL OM TE VERMIJDEN EN HOE HET ANDERS KAN:

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Diabeet, (diabetes)patiënt (buiten de context van de behandelrelatie).

Neutrale woorden:

Persoon met diabetes, naam, mens met diabetes, iemand met diabetes.

Waarom

Door het gebruik van het woord 'diabeet' of 'patiënt' wordt iemands identiteit tot een aandoening gereduceerd. Buiten de context van een behandelrelatie is iemand geen patiënt, waardoor het niet passend is om mensen op die manier te beschrijven.

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Suiker, suikerziekte (als aandoening).

Neutrale woorden:

Diabetes (met aanduiding van het type).

Waarom

Door het gebruik van woorden als 'suiker' en 'suikerziekte' worden stigma's in stand gehouden.

Diabetes is een verzamelterm voor verschillende aandoeningen met verschillende oorzaken en behandelmethodes. Het is daarom belangrijk om duidelijk te maken over welk type diabetes er wordt gesproken.

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Insuline afhankelijke diabetes (IDDM) / Niet insuline afhankelijke diabetes (NIDDM) / ouderdomsdiabetes / jeugddiabetes.

Neutrale woorden:

Type 1 diabetes, Type 2 diabetes, MODY, LADA etc.

Waarom

De pathofysiologie van de verschillende vormen van diabetes verschilt. Om behandeling goed te kunnen afstemmen op de persoon is het belangrijk om de correcte en meest actuele terminologie te gebruiken.

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Normaal, gezond (om naar een persoon zonder diabetes te verwijzen).

Neutrale woorden:

Mensen zonder diabetes.

Waarom

Door naar mensen zonder diabetes te refereren als 'normaal' of 'gezond' wordt geïmpliceerd dat mensen met diabetes abnormaal en ongezond zijn.

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Slechte bloedglucose, slecht HbA1c. Slecht / onvoldoende gereguleerd of ingesteld.

Neutrale woorden:

Concrete getallen, hoge of lage bloedglucose, hoog of laag HbA1c, het beschrijven van TIR, TAR en TBR, wel/niet conform richtlijn.

Waarom

Het spreken over een 'waarde' in termen van goed, slecht, voldoende en onvoldoende als het op bloedglucose of bloedglucose-management aankomt geeft een oordeel aan de bloedglucose of het bloedglucose-management. Dit kan leiden tot gevoelens van falen, schuld en schaamte.

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Instellen, inregelen, reguleren, onder controle houden.

Neutrale woorden:

Managen.

Waarom

'Controle' wordt nog vaak gezien als het ultieme doel van diabeteszorg, echter is volledige controle onmogelijk. Er zijn ontzettend veel factoren die invloed hebben op de bloedglucose die lang niet allemaal gecontroleerd kunnen worden. Daarnaast suggereert 'ingesteld zijn' een passief, eenmalig proces, terwijl mensen met diabetes elke dag opnieuw uitdagingen tegenkomen die het managen van bloedglucose ingewikkeld maken.

Woorden die als negatief ervaren kunnen worden:

Therapieontrouw, ongemotiveerd, 'moeilijke patiënt'.

Neutrale woorden:

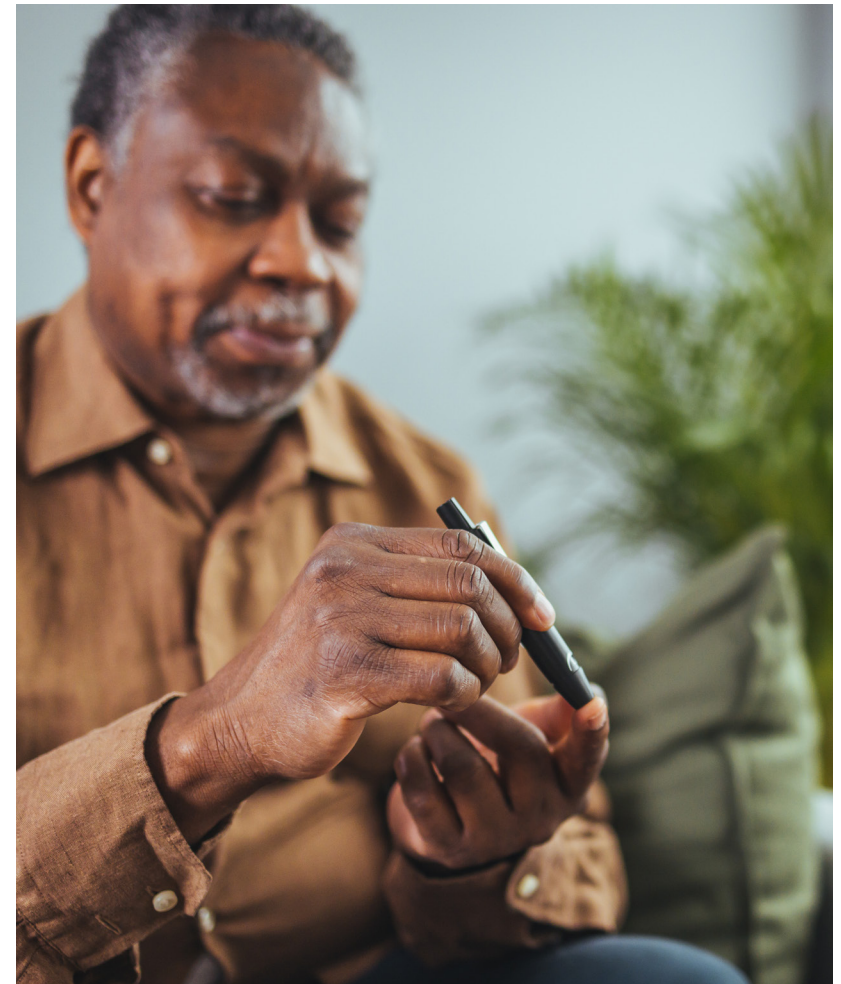
Moeite met zelfzorg / zelfmanagement, omschrijf waarom.

Waarom

Gebruik van het woord 'therapieontrouw' gaat voorbij aan de individuele (psychosociale) factoren en eigen wensen en behoeften van mensen met diabetes voor het al dan niet opvolgen van behandeladviezen.

CONCLUSIE

Taal in diabeteszorg is belangrijk en verdient aandacht. Verkeerd taalgebruik kan leiden tot negatieve gevoelens bij mensen met diabetes en daarmee zelfzorg ondermijnen. Positief taalgebruik ondersteunt zelfmanagement.

Durft u het aan om uw taalgebruik rondom diabetes kritisch onder de loep te nemen?



#LanguageMatters

Auteurs:

S. van Beem

A. Jacobs

Vormgeving:

C. Boshart

Dit document is tot stand gekomen
in samenwerking met diverse
diabetesorganisaties en zorgverleners.