

# Diabetes Mellitus (suikerziekte)

## Wat is...

Diabetes Mellitus, ook wel suikerziekte genoemd, is een stofwisselingsziekte waarbij het lichaam geen of onvoldoende insuline aanmaakt. Insuline is een hormoon. Het zorgt ervoor dat de glucose (suikers) die via voedsel het lichaam binnenkomt, opgenomen kan worden door de lichaamscellen. Bij een tekort aan insuline komt er te veel glucose in het bloed en daar kunt u behoorlijk ziek van worden. Het verloop kan echter ook sluipend gaan zodat u er weinig van merkt. Naast het probleem met de bloedglucose, zijn ook vaak het cholesterol en de bloeddruk verhoogd. Hierdoor kunnen complicaties ontstaan nog voordat de ziekte diabetes bij u is ontdekt.

Hieronder kunt u meer informatie over verschillende aspecten van deze ziekte vinden:

## Glucose

In het eten zitten koolhydraten die het spijsverteringsstelsel omzet in glucose. Glucose is de belangrijkste energiebron voor alle lichaamscellen. Glucose is de brandstof voor het lichaam. De glucose komt in de bloedbaan terecht (ook wel bloedglucose of bloedsuiker genoemd) en wordt naar de lichaamscellen vervoerd. Met behulp van insuline wordt de glucose door de lichaamscellen opgenomen.

## Insuline

De alvleesklier, een langwerpig orgaan achter de maag, geeft de hele dag kleine hoeveelheden insuline af aan het bloed. Dit om ervoor te zorgen dat glucose de lichaamscellen in kan en daar wordt omgezet in energie. Daarbij blijft de bloedglucose tussen ongeveer 4 en 7 mmol/l (millomol per liter). Ook wordt extra insuline afgegeven aan het bloed bij het eten van een maaltijd of tussendoortje. Deze extra hoeveelheid insuline zorgt ervoor dat de koolhydraten van de maaltijd opgenomen worden en dat de bloedglucosewaarde niet te ver stijgt. Een gezonde alvleesklier regelt dat allemaal zelf.

## Verschillende typen diabetes

Er bestaan verschillende typen diabetes, waaronder:

- type 1 diabetes
- type 2 diabetes

- type LADA

Bij type 1 diabetes maakt de alvleesklier helemaal geen insuline meer aan. Mensen met type 1 diabetes moeten dus altijd zichzelf insuline toedienen. Insuline kan worden toegediend door middel van een insulinepen of een insulinepomp. Type 1 diabetes ontstaat bij kinderen en jongvolwassenen.

Bij type 2 diabetes maakt de alvleesklier nog wel insuline aan, maar niet voldoende. Het kan ook zijn dat het lichaam minder gevoelig is voor insuline. Mensen met type 2 diabetes kunnen vaak met een voedingsadvies en/ of tabletten hun diabetes reguleren, hoewel ook deze groep vaak insuline gebruikt.

Een LADA is een langzame vorm van type 1 diabetes die vaak op latere leeftijd ontstaat.

## Complicaties

Mensen met diabetes kunnen last krijgen van verschillende complicaties. Deze kunnen het gevolg zijn van een langdurig slechte diabetesregulatie. Wanneer de diabetes goed gereguleerd is, neemt de kans op het ontstaan van complicaties af. Dit is echter geen garantie. Er kunnen beschadigingen ontstaan in de kleine bloedvaten. Als gevolg hiervan kunnen oog- en niercomplicaties optreden. Ook de grote bloedvaten kunnen beschadigd raken, wat kan leiden tot hart- en vaatziekten.

Daarnaast kunnen de zenuwbanen beschadigen, waardoor het gevoel in de voeten kan verminderen of zelfs verdwijnen. Hierdoor lopen mensen soms wondjes op die ze niet voelen, wat kan leiden tot infecties of in het ergste geval zelfs tot amputatie. Behalve het nastreven van een goede diabetesregulatie is het van belang om de verschillende functies regelmatig door een professional te laten controleren. Een eventuele complicatie wordt zo tijdig opgemerkt.

## Symptomen

Het lichaam gaat het teveel aan glucose uitscheiden via de urine. Als gevolg hiervan moet u vaak plassen en krijgt daardoor veel dorst. Omdat de lichaamscellen niet voldoende glucose krijgen, gaat uw lichaam vet en eiwitten verbranden om aan energie te komen. Dit leidt tot vermoeidheid en gewichtsafname.

## Meer informatie

Bezoek voor meer informatie ook de volgende websites:

- [Bas van de Goor Foundation](#)
- [Diabetesvereniging Nederland](#)
- [Diabetes Interactief Educatie Programma](#)

- HYPOinzicht
- Één Diabetes