

Nieuws van Diëtistenpraktijk Eetstijl



Tiende editie juni 2015

Met deze nieuwsbrief houden wij jullie graag op de hoogte van onze activiteiten achter de schermen naast dieetbegeleiding en onze multidisciplinaire contacten.

Herziene versie Voedingsrichtlijn bij diabetes van de Nederlandse Diabetes Federatie (NDF) .

Er werd al lang naar uitgekeken, maar op 5 februari 2015 was het zover, de herziene NDF Voedingsrichtlijn voor diabetes werd gelanceerd. De herziening van de richtlijn is uitgevoerd door een multidisciplinaire werkgroep waaraan deel hebben genomen diëtisten (DNO), een diabetesverpleegkundige (EADV), huisarts, (NHG en DiHag), de diabetesvereniging (DVN) en het Diabetesfonds onder voorzitterschap van prof. dr. Jaap Seidell (VU) . Linda van Zutphen heeft als 1 van de 4 diëtisten plaats genomen in de werkgroep. Andrea Gnoth heeft als voorzitter van DNO en initiator van de herziening het eerste exemplaar mogen ontvangen van de NDF. De Voedingsrichtlijn is het handboek voor diabeteshulpverleners bij het geven van voedings- en dieetadviezen aan mensen met diabetes type 1 en 2 en mensen met hoog risico op diabetes type 2. In vergelijking met de laatste versie van 2010 is gekozen voor een andere opzet. De nadruk ligt minder op de afzonderlijke nutriënten en veel meer op het totale voedingspatroon.

Concrete punten van herziening zijn:

- Als er geen sprake is van overgewicht hoeft de totale hoeveelheid vet niet beperkt te worden.
- Beperk producten met transvet en verzadigd vet.
- Het verzadigd vet in zuivel is een uitzondering mits de hoeveelheid enkelvoudig en meervoudig onverzadigd vet voldoende is.
- De aanbeveling voor vis is hetzelfde als voor de gehele bevolking.
- Raad geen suppletie van omega 3 vetzuren aan.
- De inname van 1,6- 3 gram plantensterolen per dag zorgt voor een kleine afname van totaal en LDL-cholesterol bij diabetes mellitus of dyslipidemie.
- Mensen met diabetes hebben baat bij het verminderen van hun inname van gezoute dranken (frisdrank, vruchtensap) om gewichtstoename te voorkomen en verslechteren van het cardiovasculair risicoprofiel tegen te gaan.
- Intensieve zoetstoffen hebben het potentieel de totale energie-inname te verminderen als deze suiker vervangen en er geen compensatie plaatsvindt met calorieën uit andere bronnen.
- Vitamine B12: geen standaard screening bij metformine gebruik.
- Vitamine D : advies conform advies Gezondheidsraad.
- Een multi- vitamine heeft geen zin als er geen (aangetoonde) deficiënties zijn.
- Natrium : als voor de gehele bevolking maar wees alert op gebruik antihypertensiva.

Bijna alle praktijkondersteuners en diabetesverpleegkundigen van onze locaties zijn inmiddels bijgeschoold over de wijzigingen in de adviezen.

Doorstart DDD

Vanaf 2012 tot 2014 heeft Eetstijl het programma Door Dik en Dun gedraaid. In totaal zijn er 7 groepen gestart, 6 in Lienden en 1 in Dodewaard. In totaal zijn er 57 kinderen met overgewicht geïnccludeerd. Bijna alle kinderen zijn blijvend beter gaan bewegen en gaan eten. Bij 60% van de kinderen is de BMI stabiel gebleven of gedaald, bij 77% is de tailleomtrek verminderd. De licentie voor Door Dik en Dun is gestopt. De samenwerkende partners, te weten Diëtistenpraktijk Eetstijl, sportaanbieder Julien en de JGZ en GGD willen graag over naar een nieuw op te zetten programma. Hierin zal meer aandacht komen voor een warme overdracht van de kinderen naar de lokale sportaanbieders en zal er nog meer aandacht geschonken worden aan de gezinssituatie en wat hun behoeften zijn om actief mee te kunnen doen aan het verkrijgen van gezond gedrag. Bij de Gemeente Buren zal een aanvraag voor een innovatiebudget worden ingediend, vanuit de GGD, sportaanbieder Julien en Diëtistenpraktijk Eetstijl. Met Gemeente Neder Betuwe is inmiddels overeen gekomen dat er een programma op maat geschreven en opgestart mag worden voor kinderen met overgewicht voor het jaar 2015, met structurele doorgang in de komende jaren. Wij zijn hier erg verheugd over. Wij hopen een programma te kunnen starten in het najaar van 2015. Kinderen met overgewicht tussen de 8 en de 12 jaar kunnen al wel verwezen worden naar Diëtistenpraktijk Eetstijl.

What's in a name

Op verzoek van de NVD en na uitgebreid overleg met het Zorginstituut Nederland en VWS heeft de minister van VWS het voorstel gedaan de term dieetadvisering in het Besluit zorgverzekering te vervangen door diëtetiek. De NVD vindt dat de term "dieetadvisering" niet aansluit bij de werkzaamheden van diëtisten. Het Zorginstituut heeft eerder aangegeven dat, nu "dieetadvisering" niet volledig de lading dekt van de werkzaamheden van een diëtist en daarom in de uitvoeringspraktijk tot afbakeningsproblemen leidt, een aanpassing van de terminologie in de rede ligt. Bij diëtetiek gaat het om de meer specialistische, op de toestand van de individu toegesneden, advisering en begeleiding. Algemene advisering over bijvoorbeeld een gewenst eetpatroon kan uiteraard ook door een behandelaar worden gegeven, zonder dat sprake is van diëtetiek. Het gaat dan om algemene advisering over begeleiding en voeding bij eetgewoonten, die bijvoorbeeld huisartsen ook kunnen bieden.

Artikel 2.6 Besluit zorgverzekering wordt als volgt gewijzigd: 1. In het eerste lid wordt "dieetadvisering" vervangen door: diëtetiek. 2. Het zevende lid komt te luiden: Diëtetiek omvat zorg zoals diëtisten die plegen te bieden, mits de zorg een geneeskundig doel heeft, tot een maximum van drie behandelingen per kalenderjaar

Voorstellen Quinta, onze vaste waarneemster en vervangster zwangerschapsverlof Linda

Mijn naam is Quinta van der Sluijs. Ik woon in Oosterbeek, samen met mijn man en kinderen. We hebben een druk en levendig gezin met een meisje en jongen van 9 jaar oud, twee jongens



van 7 jaar oud en een dochtertje van 1. Begin 2012 heb ik de studie Voeding en Diëtetiek afgerond aan de HAN. Tijdens mijn stage en in de jaren daarna heb ik met veel plezier gewerkt bij Ziekenhuis Gelderse Vallei in Ede. Daar heb ik ervaring opgedaan met het geven van voedings- en dieetadvies aan mensen met uiteenlopende ziektebeelden en heb ik groepen patiënten en medewerkers voorgelicht over gezonde voeding bij ziekte en/of herstel. Mijn drijfveer als diëtist is het welzijn van de mensen die ik begeleid. Ik ga graag samen met hen op zoek naar de aanpassingen in de voeding die voor de mensen het meest geschikt zijn. Op dit moment ben ik bezig

met post HBO voeding en diabetes mellitus. Bij Eetstijl kunt u mij tegenkomen als vaste waarnemer voor Andrea, Els, Linda en Wilma. In de periode september 2015 – januari 2016 zal ik Linda vervangen tijdens haar zwangerschapsverlof.

Zwangerschapsverlof Linda van Zutphen

Rond 20 september verwacht ik te gaan bevallen van mijn 2e kindje. Als alles goed blijft gaan blijf ik tot half augustus werken in de praktijk en kom ik per 1 februari weer terug op dezelfde dagen als hiervoor. (maandag en donderdag in Heteren en Herveld)

Bericht van Mea Veens, onze stagiaire

Begin februari ben ik als stagiaire HAN voeding en Diëtetiek gestart bij Diëtistenpraktijk Eetstijl. De eerste weken bestonden vooral uit mee kijken, daarna mocht ik gedeelten van het gesprek doen en uiteindelijk heb ik het vertrouwen gekregen van de diëtisten om zelfstandig gesprekken te mogen voeren. Ik heb heel veel geleerd van de uiteenlopende verhalen, soms heftige diagnoses en zeer uiteenlopende cliënten. Het was de leerzaamste en leukste periode van mijn hele studie en helaas veel tekort. Gelukkig mag ik nog wat dagen extra meedraaien om nog meer te leren.

Activiteiten en nieuwtjes

- Begin juni hebben wij, sinds de oprichting van Diëtistenpraktijk Eetstijl in september 2008, onze 5000^e cliënt ingepland en gezien. Daar zijn wij erg trots op. Door de hoeveelheid en diversiteit van onze cliënten door de jaren heen hebben wij een schat aan ervaring en kennis opgedaan. Wij leren elke dag van ze.



- Like ons op facebook <https://www.facebook.com/pages/Dietistenpraktijk-Eetstijl/126329517470206>, voor tips, recepten en nieuwtjes.
- Diëtistenpraktijk Eetstijl is aangesloten bij <http://eerstelijns-dietisten-arnhem.weebly.com/>, EDGR Eerstelijns Diëtisten Gelders Rivierenland, NVD en www.dnodietist.nl.



Deze en de vorige edities van de nieuwsbrief kunt u nalezen op onze website www.eetstijl.nl