

# Vorbereidingstraject insulinepompthherapie

**Voor veel mensen met diabetes type 1 is de insulinepomp een uitkomst (ook wel pomp genoemd). Ook voor sommige mensen met diabetes type 2. Om u goed voor te bereiden op pompthherapie, start u binnenkort met een voorbereidingstraject. Het is goed u te realiseren dat voor u persoonlijk de situatie anders kan zijn dan beschreven.**

## Hoe ziet dit traject eruit?

Voordat u werkelijk kan starten met insulinepompthherapie is het belangrijk dat u zelfstandig met de pomp kan omgaan. Om dit te leren, biedt het diabetesteam een voorbereidingstraject aan. Dit traject bestaat uit meerdere groepsbijeenkomsten over een periode van ongeveer twee maanden. Dit traject wordt op vaste momenten per jaar aangeboden.

Bijeenkomsten per traject:

- Koolhydraatworkshop
- Multidisciplinair overleg (MDO)
- Bijeenkomst pompthherapie 1 (algemeen)
- Bijeenkomst pompthherapie 2 (verdiepend)
- Startbijeenkomsten leverancier
- Begeleiding start weken

## Koolhydraatworkshop

Deze workshop wordt gegeven door een diëtiste van Adrz. Het begrijpen en het kunnen tellen van koolhydraten vormt de basis van pompthherapie. Op basis van de koolhydraten die u gebruikt bij een maaltijd, wordt de insuline afgestemd. Begrippen als koolhydraatratio en insuline gevoeligheid komen aan bod. Daarnaast krijgt u een oefening mee naar huis waarbij u een voedingsdagboek bijhoudt gedurende drie dagen. Hierbij houdt u bij wat u eet, hoeveel koolhydraten dit bevat, wat uw bloedglucosewaarden zijn en hoeveel eenheden insuline u gespoten heeft.

Deze resultaten stuurt u retour aan de diëtiste. Zij bekijkt de resultaten en in hoeverre het voor u gelukt is om de koolhydraten te tellen en bespreekt dit tijdens het MDO. Uw inzet en vaardigheid met koolhydraten tellen zal tijdens het MDO meewegen voor wel of niet akkoord gaan met de start van pompthherapie. Indien er geen resultaten worden aangeleverd, wordt er geen akkoord gegeven.

## Multidisciplinair overleg (MDO)

Zodra u hebt aangegeven om te willen starten met pompthherapie is het diabetesteam verplicht om dit met elkaar te bespreken. Het is een kostbare en intensieve behandeling waarbij goed overwogen moet worden of u hiervoor in aanmerking komt. Uw behandelend diabetesverpleegkundige meldt u aan voor het MDO. Zoals de term al aangeeft zijn er meerdere disciplines aanwezig bij dit overleg:

- Internist: is verantwoordelijk voor het besluit.
- Diabetesverpleegkundige: adviseert.
- Diëtiste: adviseert.
- Medisch psycholoog (indien nodig): adviseert.

Uzelf bent hier niet bij aanwezig. Zodra het MDO heeft plaatsgevonden hoort u of er een akkoord is gegeven voor het starten met pompthherapie. Indien dit akkoord is, kan u de bijeenkomsten pompthherapie gaan volgen (algemeen en

verdiepend). Deze data kan u vooraf al opvragen bij uw behandelend diabetesverpleegkundige.

### **Bijeenkomst pomptherapie 1 (algemeen)**

Tijdens de eerste bijeenkomst krijgt u algemene uitleg over pomptherapie en de soorten pompen waar u uit kan kiezen. Er wordt o.a. uitgelegd wat pomptherapie is, hoe het werkt, wat de voor- en nadelen zijn en welke voorwaarden en verwachtingen er zijn.

Adrz werkt met twee leveranciers:

- Medtronic
- Insulet
- Medtrum
- VitalAir/Air Liquide Healthcare

Wij raden u aan om vooraf te oriënteren op de soorten pompen via [www.pompnet.nl](http://www.pompnet.nl). Via deze website kan u oriënteren op de soorten pompen die er zijn en gebruik maken van een keuzehulp. Aan het einde van de bijeenkomst maakt u zo mogelijk een pompkeuze. Wanneer u meer tijd nodig hebt om een keuze te maken dan is dit natuurlijk mogelijk maar dit kan wel betekenen dat de aanvraag vertraging oploopt en pas in het volgende voorbereidingstraject deel kan nemen. Een goede voorbereiding voorafgaand aan de bijeenkomst heeft om die reden de voorkeur.

Wanneer u gaat starten met uw pomp, wordt deze ingesteld met waarden (basaal, koolhydraatratio, insulinegevoeligheid). Deze waarden worden ook wel pompstanden genoemd en zijn erg persoonlijk. Deze worden berekend aan de hand van uw bloedglucosewaarden en koolhydraatinname.

Na de bijeenkomst houdt u wederom uw voedingsinname bij met daarbij uw insulinegebruik en bloedglucosewaarden voor tenminste drie dagen.

Hebt u een Freestyle Libre? Dan kan u deze gegevens invoeren in uw Freestyle libre of u houdt apart een voedingsdagboek bij (zoals ook tijdens de koolhydraatworkshop). Hebt u geen Freestyle Libre, geef dit dan aan bij de diabetesverpleegkundige. De gegevens stuurt u retour naar de diëtiste zodat zij een nauwkeurige berekening kan maken van uw pompstanden.

### **Bijeenkomst pomptherapie 2 (specifiek)**

U hebt een pompkeuze gemaakt en tijdens deze informatiebijeenkomst wordt er dieper ingegaan op bepaalde thema's zoals omgaan met hypo's, hypers en wat te doen bij ontregeling. Daarnaast komt voeding aan bod en is er ruimte om onderwerpen te bespreken die voor u belangrijk zijn. Tijdens deze bijeenkomst is er een diabetesverpleegkundige en een diëtiste aanwezig. De diabetesverpleegkundige draagt zorg voor een nieuw recept insuline. Deze wordt verstuurd naar uw apotheek.

### **Startbijeenkomsten leverancier**

Afhankelijk van welke pomp u hebt gekozen, volgt u een of meerdere bijeenkomsten van de leverancier om u te trainen in het zelfstandig kunnen bedienen van de pomp. Tijdens deze bijeenkomst moeten uw pompstanden reeds bekend zijn bij u. Medtronic biedt twee tot drie bijeenkomsten aan waarbij de eerste bijeenkomst vooral gericht is op het verstrekken van materiaal instructie. Bij de tweede bijeenkomst gaat uw werkelijk starten met de pomp. De derde bijeenkomst is gericht op werken met de SmartGuard.

Insulet biedt één bijeenkomst aan waarbij u zowel materiaal informatie krijgt over de pomp en start met de pomp.

### **Begeleiding startweken**

Nadat u gestart bent met pomptherapie zal u de eerste twee weken begeleid worden door de diabetesverpleegkundige. Daarna wordt uw diabeteszorg weer overgedragen aan uw behandelend diabetesverpleegkundige.

#### *Tijdens de eerste week*

1. U meet dagelijks, acht keer uw bloedglucosewaarde:

- Nuchter/voor ontbijt
- Voor de lunch
- Anderhalf uur na de lunch
- Voor avondmaaltijd
- Anderhalf uur na avondmaaltijd
- Voor het slapen
- Halverwege de nacht

2. U hebt een aantal contactmomenten met de diabetesverpleegkundige. Zorg ervoor dat u uw pomp hebt uitgelezen op de computer (uploaden) voor aanvang van het contactmoment.

#### *Tijdens de tweede week*

1. U meet dagelijks uw bloedglucosewaarde. De frequentie per dag is afhankelijk van uw nachtelijke waarde en de waarde na uw maaltijd. Bespreek dit met de diabetesverpleegkundige.
2. U hebt een aantal contactmomenten met de diabetesverpleegkundige. Zorg ervoor dat u uw pomp hebt uitgelezen op de computer (uploaden) voor aanvang van het contactmoment.

Indien u problemen ervaart met uw diabetesregulatie kan u contact opnemen via het algemene nummer van Adrz: 088 125 00 00. Tijdens werkdagen en kantoortijden mag u vragen naar de Diabetespoli. In geval van spoed kan u buitenom werkdagen en kantoortijden vragen naar de dienstdoende internist.

Indien u technische problemen ervaart met uw insulinepomp mag u contact opnemen met de leverancier.

### **Wat verwachten wij van u?**

Pomptherapie geeft veel voordelen maar vraagt ook de nodige inzet van uw kant. Wij verwachten daarom dat u:

- Voldoende bent gemotiveerd.
- Voldoende inzicht hebt in uw diabetes.
- Bekend bent met intensieve insulinetherapie (viermaal daags met pen spuiten).
- Voldoende zelfcontrole toepast (vier tot acht keer per dag).
- In noodsituaties adequaat kan handelen.
- Kennis en begrip hebt van koolhydraten.
- Helder hebt met welk doel u pomptherapie wil starten (bijv. minder hypo's of betere waarden).
- De functies van de pomp begrijpt om uw doel(en) te behalen.
- In staat bent zelfstandig uw pomp te bedienen en uw pompinstellingen aan te passen.
- In staat bent om uw pompgegevens uit te lezen op een computer en deze te beoordelen.
- De voorgestelde groepsbijeenkomsten volgt en de bijbehorende activiteiten uitvoert.
- Conform afspraak op poliklinisch controle komt bij de diabetesverpleegkundige in het ziekenhuis.

### **Wat mag u van ons verwachten?**

Wij bieden u de mogelijkheid om meer verantwoordelijk te zijn voor uw eigen behandeling en stimuleren zelfmanagement. Om u hier voldoende handvatten in aan te bieden mag u van ons verwachten dat wij:

- Een coachende rol aannemen.
- Professionele kennis hebben van insulinepomptherapie.

## Vorbereidingstraject insulinepomptherapie

- Voldoende begeleiding en informatie aanbieden zodat u op een veilige en zelfstandige manier pomptherapie kan toepassen.
- Alle informatie beschikbaar stellen (online en offline).
- Bereikbaar zijn voor vragen en spoedsituaties.
- Ter ondersteuning van het voorbereidingstraject ontvangt u diverse informatie, naslagwerk en instructies zodat u dit op een later moment nog kan raadplegen.

### **Bereikbaarheid**

Voor algemene vragen kunt u contact opnemen met de Diabetespoli via: [diabetespoli@adrz.nl](mailto:diabetespoli@adrz.nl) of via het e-mailadres van uw behandelend diabetesverpleegkundige. Liever telefonisch? Dat kan via het telefonische spreekuur elke werkdag van 9.00 uur – 10.00 uur: 088 125 46 95.