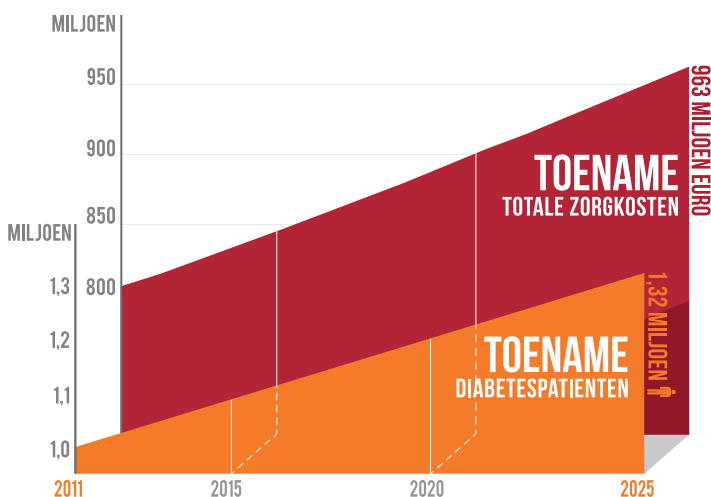
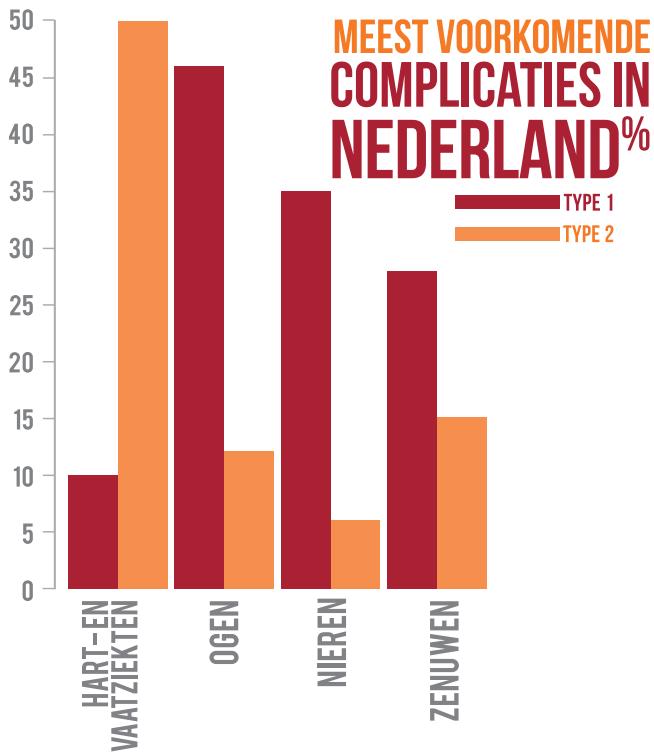


DIABETES IN NEDERLAND DE STAND VAN ZAKEN

Diabetes is een chronische aandoening. Vroeger ook wel suikerziekte genoemd. Er zijn meerdere typen diabetes. De meest voorkomende zijn type 1 en type 2. In Nederland neemt het aantal mensen met diabetes ieder jaar toe. Hiermee stijgen ook de zorgkosten. Daarnaast vermindert door complicaties de kwaliteit van leven. Er zijn echter mogelijkheden om de toename van diabetes type 2 een halt toe te roepen.



IN 2011 HEBBEN
1.000.000
NEDERLANDERS DIABETES



VAN DEZE 1MILJOEN HEBBEN
900.000
NEDERLANDERS DIABETES TYPE 2



VAN DEZE 1MILJOEN HEBBEN
100.000
OVERIGE TYPEN DIABETES

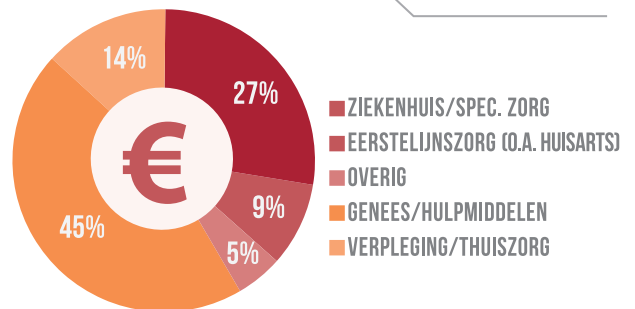


VAN DEZE 1MILJOEN HEBBEN
250.000
NEDERLANDERS DIABETES MAAR
WETEN HET NOG NIET



↑ : 50.000 MENSEN

KOSTENVERDELING DIABETESZORG



TOENAME TYPE 2 VERMINDEREN



Dagelijks minimaal een halfuur matig-intensief bewegen, zoals wandelen of fietsen, is het beste.



Eet puur en gevarieerd: groenten, peulvruchten, volkoren producten, fruit en vis.



Afvallen bij overgewicht zorgt ervoor dat de insuline beter werkt.



Stoppen met roken vermindert de kans op hart- en vaatziekten maar ook op diabetes type 2.



Goede diabeteszorg en -behandeling verminderen de kans op diabetes en complicaties.



Voor zelfmanagement is goede informatie nodig. Zo kan men zelf goed de controle over diabetes houden.

Deze infographic is een initiatief van Diabetesvereniging Nederland (www.dvn.nl) en is gemaakt door Spijkemat Infographics (www.spijkeemat.nl).

Bronnen: Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu / Nationaal Kompas Volksgezondheid / VU Medisch Centrum / Diabetesvereniging Nederland / Nederlandse Diabetes Federatie. | okt. 2011