



Diabetes Mellitus type II

INFORMATIEFOLDER FYSIOFITS

» FysioFits

Praktijk voor Fysio en Manuele Therapie

» Welkom bij Praktijk voor Fysio en manuele therapie FysioFits en Diëtisten Groep NL

FysioFits en Diëtisten Groep NL hebben een nieuw beweegprogramma voor mensen met Pre-diabetes en Diabetes Mellitus type II ontwikkeld; een multidisciplinaire aanpak voor een optimaal resultaat!

FysioFits is een praktijk voor fysiotherapie, manuele therapie en revalidatie gespecialiseerd in het actief begeleiden van haar patiënten bij diverse lichamelijke klachten. Bij (pré)Diabetes is gezond kunnen bewegen van groot belang. Op deze manier wordt extra spiermassa ontwikkeld wat een gunstig effect heeft op het voorkomen of verminderen van klachten ten gevolge van Diabetes.

De fysiotherapeut maakt samen met u een plan om gedurende drie tot zes maanden tweemaal per week verantwoord te bewegen. Het programma is op uw persoonlijke situatie afgestemd.

Diëtisten Groep NL geeft dieetadvies en informatie over een gezonde leefstijl. Uw eerste intakeafspraak bij de diëtist duurt drie kwartier tot een uur. Tijdens deze afspraak wordt uw hulpvraag besproken. De diagnose en de doelen worden door de diëtist verwoord. Daarnaast wordt er een behandelplan en een persoonlijk dieetadvies opgesteld. Sommige doelen zijn op korte termijn realiseerbaar, anderen hebben meer tijd nodig. De diëtist helpt u anders te gaan eten en deze verandering vol te houden. Daarbij wordt samen gezocht naar de mogelijkheden die er voor u zijn.

» Wat is Diabetes Mellitus type II

Diabetes Mellitus, ook wel suikerziekte genoemd, is een chronische stofwisselingsziekte waarbij het suikergehalte in het bloed verhoogd is. Er zijn een aantal verschillende varianten maar het merendeel heeft Diabetes Mellitus type II. Bij gezonde mensen zorgt het hormoon insuline ervoor dat het suikergehalte niet te hoog wordt in het bloed. Deze insuline zorgt

ervoor dat het suiker uit het bloed wordt gehaald en wordt opgenomen in spier- en vetcellen en dat de lever de suikerproductie verlaagd. Op deze manier blijft de bloedsuikerconcentratie op peil. Diabetes Mellitus type II ontstaat wanneer onvoldoende of niet goed werkende insuline wordt geproduceerd. In beide gevallen kan de insuline er niet meer voor zorgen dat het suiker wordt opgenomen vanuit het bloed in de cellen en de lever niet meer wordt geremd met de productie van suiker. Met een te hoge bloedsuikerconcentratie tot gevolg. Een te hoge of te lage bloedsuikerspiegel is slecht voor het lichaam en kan allerlei complicaties veroorzaken. Om de complicaties te verminderen of zelfs te voorkomen is het erg belangrijk dat mensen gezond eten en voldoende bewegen!

» Welke programma's bieden we aan

Omdat het voor mensen met Diabetes Mellitus type II erg belangrijk is om een gezond beweeg- en eetpatroon te hebben heeft FysioFits samen met Diëtisten Groep NL een aantal programma's opgesteld om u te helpen een goede levensstijl te ontwikkelen.

» Programma A

U heeft nog geen Diabetes Mellitus type II maar u heeft een verhoogde kans dit te ontwikkelen.

Inhoud:

- Intake en begeleiding door een gespecialiseerde fysiotherapeut.
- 3 maanden.
- Voedingsadvies diëtist.

» Programma B

U heeft nog geen Diabetes Mellitus type II maar u heeft wel een verhoogde kans dit te ontwikkelen. Daarnaast heeft u regelmatig of constant lichamelijke klachten.

Inhoud:

- Intake en eindcontrole door een gespecialiseerde fysiotherapeut.
- 3 maanden.
- Voedingsadvies diëtist.
- Begeleiding door een gespecialiseerde fysiotherapeut.

» Programma C

U heeft Diabetes Mellitus type II en wil graag complicaties verminderen en/of voorkomen.

Inhoud:

- Intake en eindcontrole door een gespecialiseerde fysiotherapeut.
- 6 maanden.
- Begeleiding gespecialiseerde fysiotherapeut tijdens de opstartfase van het beweegprogramma.
- Begeleiding door een gespecialiseerde fysiotherapeut
- Voedingsadvies diëtist.

» Is dit programma iets voor u?

- Heeft u kans op het ontwikkelen van Diabetes Mellitus type II en wilt u er alles aan doen om te voorkomen dat de ziekte zich daadwerkelijk manifesteert?
- Heeft u Diabetes Mellitus type II en wilt u professionele begeleiding ter voorkoming van complicaties?

Dan is dit Diabetes Mellitus type II programma een grote stap in de goede richting

» Voordelen

- Professionele begeleiding van fysiotherapeut en diëtist.
- Een optimaal resultaat door de multidisciplinaire aanpak.
- Heeft u een verwijzing? Dan vergoed uw verzekering in veel gevallen het programma.



VitalCentre Heino

L.J. Costerstraat 23
8141 GN Heino
T: 0572 - 39 58 27

Diëtist

Angela Schokker
Diëtiste



DIËTISTEN GROEP NL
Voeding en leefstijl

» Meer informatie?

Heeft u een vervelende klacht en kunt u zich niet optimaal bewegen? U bent bij ons in goede handen. We zorgen ervoor dat u zich als vanouds kunt bewegen.

FysioFits Raalte

Hammerweg 8B
8101 NE Raalte
T: 0572 - 36 30 23

FysioFits Heino

L.J. Costerstraat 23
8141 GN Heino
T: 0572 - 39 58 27

FysioFits Hoonhorst

Kerkstraat 24
7722 LR Hoonhorst
T: 0572 - 39 58 27

FysioFits Heeten

Dorpsstraat 3
8111 AA Heeten
T: 0572 - 36 30 23

info@fysiofits.nl | www.fysiofits.nl

f [fysiofits](https://www.facebook.com/fysiofits)
t [@FysioFits](https://twitter.com/FysioFits)

» FysioFits