



# Diabetes type 2: algemene richtlijnen

informatie voor patiënten

INLEIDING	3
WAT IS DIABETES?	4
Wat is het verschil tussen diabetes type 1 en diabetes type 2?	
HOE WORDT DIABETES TYPE 2 BEHANDELD?	7
1. Voeding	
2. Bewegen	
3. Gezond gewicht	
4. Medicatie	
HET METEN VAN UW BLOEDSUIKERWAARDEN	16
Belang van het meten van uw bloedsuikerwaarde	
Aandachtspunten bij het meten van uw bloedsuikerwaarde	
HET BELANG VAN UW DIABETESBEHANDELING	20
1. Aandoening aan hart en bloedvaten	
2. Aandoening van de zenuwen	
3. Voetproblemen	
RIJBEWIJS	24
MEER INFORMATIE	26

Diabetes mellitus (DM) of suikerziekte is een chronische en tot op vandaag niet te genezen ziekte. Op dit ogenblik zijn er wereldwijd naar schatting 463 miljoen mensen met diabetes. Er wordt verwacht dat het aantal tegen 2045 nog verder zal oplopen tot 700 miljoen. Het aandeel mensen met diabetes type 2 neemt in de meeste landen toe. 79 procent van de volwassen met diabetes woont in landen met lage en gemiddelde inkomens. Het grootste aantal mensen met diabetes is tussen de 40 en 59 jaar oud. We weten dat in die groep één op de twee mensen nog niet gediagnosticeerd zijn met diabetes.

De beschikbare cijfers voor België zijn beperkt en onvolledig omdat er geen systematische registratie bestaat wanneer diabetes wordt vastgesteld. Op basis van de gegevens uit de ziekteverzekering en de Belgische Gezondheidsenquête kunnen we besluiten dat het aantal in de afgelopen decennia meer dan verdubbeld is. Men schat dat diabetes type 1 en type 2 samen bij 8 procent van de volwassen Belgische bevolking voorkomt. Volgens de voorspellingen zal dat tegen 2030 verder oplopen tot 9,6 procent of één op de tien volwassen Belgen. Die cijfers omvatten de bekende en niet-bekende diabetesgevallen (niet iedereen is zich ervan bewust dat hij diabetes heeft). Alles samen zijn er dus ruim 1 miljoen Belgen met hoge bloedsuikerwaarden die in aanmerking komen voor de preventie en behandeling van diabetes en eventuele complicaties.

Diabetes wordt gekenmerkt door een te hoog suikergehalte in het bloed. Een goede bloedsuikerregeling is alleen mogelijk als u een goed inzicht heeft in uw diabetesbehandeling. Met deze brochure willen we u daarbij helpen.

Heeft u vragen, aarzel dan niet om die te stellen aan uw arts, diabetesverpleegkundige of diabetesdiëtist.

## WAT IS DIABETES?

Ons lichaam zet de koolhydraten of suikers uit onze voeding om in **glucose**. Die glucose wordt dan via het bloed vervoerd naar alle lichaamscellen, die zo van energie worden voorzien.

De opname van glucose in de cellen van de meeste organen wordt geregeld door **insuline**. Insuline is een hormoon dat wordt afgescheiden door gespecialiseerde cellen (bètacellen) van de pancreas of alvleesklier (de klier die achter de maag ligt).



Bij personen met diabetes is dat **mechanisme verstoord** omdat de pancreas weinig of geen insuline meer produceert of omdat de geproduceerde insuline onvoldoende werkzaam is.

Binnen diabetes maakt men een onderscheid tussen diabetes type 1 en diabetes type 2. Daarnaast bestaat er nog zwangerschapsdiabetes en zijn er nog 'specifieke' of 'secundaire' vormen van diabetes.

## WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN DIABETES TYPE 1 EN DIABETES TYPE 2?

### Diabetes type 1

Diabetes type 1 is een auto-immuunziekte. Het lichaam wordt aangevallen door zijn eigen immuunsysteem dat zich vergist en de bètacellen van de alvleesklier vernietigt. De symptomen bij diabetes type 1 treden meestal in een korte tijdsperiode op en zijn meestal heel uitgesproken. Die symptomen zijn: hevige dorst, snel gewichtsverlies, abnormale honger, zware vermoeidheid en veel plassen. Deze patiënten worden altijd behandeld met insuline.

### Diabetes type 2

Diabetes type 2 is een progressieve, geleidelijke aandoening die wordt gekenmerkt door:

- Verminderde werking van de insuline
- Onvoldoende aanmaak van insuline door de bètacellen van de pancreas

Diabetes type 2 maakt deel uit van een **breder ziektebeeld**, dat te maken heeft met weerstand tegen de werking van insuline. Die weerstand komt door veroudering, door overdreven opstapeling van vet in de buik en in de spieren (meestal kaderend in algemeen overgewicht) en te weinig bewegen. Dat zorgt op zich al voor een verhoogd risico op hart- en bloedvatlijden, zoals een hart- of herseninfarct.

Enkel bij mensen van wie de eigen pancreas onvoldoende insuline kan aanmaken zal de bloedsuiker stijgen, maar diabetes type 2 is een veel breder ziektebeeld dan alleen een gestegen bloedsuiker. Het vraagt dan ook een veel bredere aanpak, met een gezonde leefstijl, vermagering, lichaamsbeweging, bloeddrukcontrole, vetcontrole enzovoort.

In tegenstelling tot diabetes type 1 hebben veel personen met diabetes type 2 **weinig of geen klachten op het moment van de diagnose**. Vaak komt de (laattijdige) diagnose er eerder toevallig, bijvoorbeeld bij een arbeidsgeneeskundig onderzoek of naar aanleiding van een verwikkeling zoals een slecht genezende voetwonde, kramp in de benen, frequente blaasontstekingen, een hartinfarct ...

Het ontbreken van symptomen betekent echter niet dat er geen risico's zijn, want te hoge suikergehalten in het bloed veroorzaken **geleidelijk letsels** in de bloedvaten en de zenuwen.

# HOE WORDT DIABETES TYPE 2 BEHANDELD?

De behandeling van diabetes mellitus type 2 bestaat uit vier onderdelen die allemaal even belangrijk zijn.

## 1. Gezonde en evenwichtige voeding



## 2. Voldoende lichaamsbeweging



## 3. Zorgvuldige controle van het lichaamsgewicht



## 4. Medicatie



## I. VOEDING

Evenwichtige voeding is een belangrijk onderdeel van de diabetes-behandeling. U kunt zich daarvoor baseren op de voedingsdriehoek, die in verschillende zones is verdeeld. Elke zone heeft een kleur, van rood over oranje tot groen. De kleur van de zone weerspiegelt het effect van de voedingsmiddelen uit die zone op de gezondheid. Om een evenwichtige voeding samen te stellen, wordt de voorkeur gegeven aan voedingsmiddelen uit de groene groepen. Voedingsmiddelen uit de rode groep beperkt u best zoveel mogelijk.

Wanneer u diabetes heeft, is het raadzaam om de [inname van koolhydraten te beperken](#). Het is belangrijk dat men weet welke voedingsmiddelen koolhydraten bevatten.

Voorbeelden van voedingsmiddelen met koolhydraten zijn:

- Snoep, ijs, zoet boterhambeleg, frisdrank, alcoholische dranken ...
- Gefrituurde snacks, chips, cake, taart, chocolade, koeken
- Melkproducten (behalve kaas) en plantaardige sojadranken
- Plantaardige dranken op basis van granen, noten en zaden
- Graanproducten en aardappelen
- Fruit
- Peulvruchten (bonen, linzen en kikkererwten)
- Sommige groenten (pastinaak, suikermaïs, doperwten, rode biet, artisjok, prei, groene selder ...)

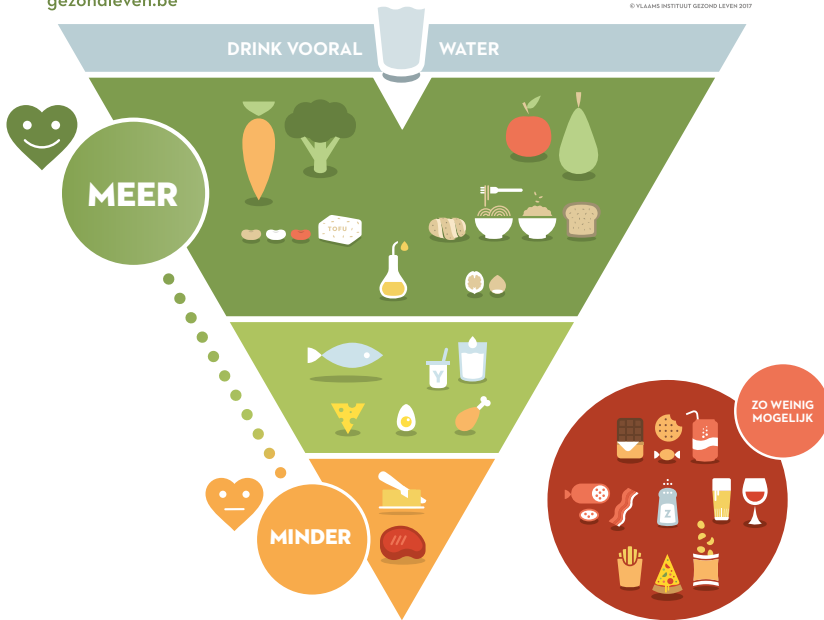


# VOEDINGSDRIEHOEK

VLAAMS INSTITUUT  
**GEZOND  
LEVEN**

gezondleven.be

© VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2017



## WATER

Water of vocht is een onmisbaar bestanddeel van het lichaam. De vochtbalans moet dagelijks in evenwicht blijven. Onder normale omstandigheden heeft het lichaam minimaal 1,5 liter vocht nodig. Geef de voorkeur aan water. Ongezoete koffie of thee kan ter afwisseling. Drinken met minder dan 5 kcal hebben geen invloed op de bloedsuikerspiegel. Dat geldt niet voor fruitsappen, groentesappen, alcoholische dranken, gesuikerde frisdrank en sportdranken.



## DONKERGROEN

Deze voedingsmiddelen hebben een gunstig effect op uw gezondheid.

Probeer zoveel mogelijk de weinig of niet-bewerkte versie te kiezen. Dat heeft een gunstig effect op de bloedsuikerspiegel.

- **Fruit:** alle soorten vers fruit zijn gezond. Er zijn geen verboden vruchten voor mensen met diabetes maar wel het aantal stukken (maximaal twee stukken per dag). Sommige fruitsoorten bevatten wel meer koolhydraten: let daarom op met bananen, druiven, kersen en appelsienen. Pas in dat geval de portiegrootte aan. Fruit is een belangrijke bron van vitaminen, mineralen en oplosbare voedingsvezels.
- **Groenten:** kies voor een ruime portie groenten bij broodmaaltijden en warme maaltijden. Ook soep is een aanrader. De meeste groenten bevatten weinig koolhydraten, maar leveren vooral oplosbare voedingsvezels, vitaminen en mineralen.
- **Volle granen en aardappelen:** kies voor volkoren (vezelrijke) graanproducten, zoals volkoren deegwaren,



ongepelde rijst, donkere broodsoorten ... Granen en aardappelen zijn een belangrijke bron van koolhydraten onder de vorm van zetmeel. Pas de hoeveelheid aan uw persoonlijke dagschema aan.

- **Peulvruchten en vleesvervangers:** peulvruchten hebben tal van voordelen. Eet ze liefst minstens één keer per week. Peulvruchten brengen weliswaar koolhydraten aan, maar ze doen de bloedsuiker slechts langzaam stijgen en ze werken verzadigend. Omdat peulvruchten koolhydraten bevatten, vermindert u best andere koolhydraatbronnen (aardappelen, rijst, brood ...) bij maaltijden met peulvruchten. Peulvruchten zijn goede vleesvervangers. Andere opties om vlees te vervangen zijn tofu, tempé, seitan en quorn. Kies de niet-gepaneerde soorten.
- **Noten:** dagelijks een handje noten is gezond. Noten zijn wel vet en dus energierijk. Hou het daarom bij een handje.
- **Oliën en vetten:** kies voor plantaardige oliën, maar vermijd palm- en kokosolie. U kunt ook kiezen voor een vloeibare margarine. Gebruik één eetlepel vetstof bij de warme maaltijd. Besmeer elke snede brood met een mespunt zachte smeerstof (in kuipjes verpakt en meteen smeerbaar).

## LICHTGROEN

- **Vis:** zet één keer per week vis op het menu. Denk niet alleen aan magere vissoorten, maar ook aan de vettere.
- **Melkproducten:** melkproducten bevatten van nature koolhydraten in de vorm van melksuiker. Kies voor de varianten zonder toegevoegde suiker zoals (karne)melk en yoghurt die gezoet is met caloriearme zoetstoffen. Sojadrank (natuur) die met calcium verrijkt is, kan ook.
- **Kaas:** kaas bevat meestal geen koolhydraten, maar is wel een bron van verzadigde vetten. Geef de voorkeur aan de magere soorten.
- **Eieren:** eieren passen in een gezonde voeding. Een ei is een goede vleesvervanger en bevat geen koolhydraten.
- **Gevogelte:** verkies wit vlees (kip en ander gevogelte) boven rood vlees (viervoeters) en vers boven bewerkt. Ga bij voorkeur voor magere vleessoorten.



## ORANJE

Beperk het gebruik van boter, halfvolle boter, kokos- en palmvet, harde margarines en rood vlees.

## ROOD (deze voedingsmiddelen vallen buiten de voedingsdriehoek)

De voedingsmiddelen in de rode groep zijn sterk bewerkte producten met veel toegevoegde suikers, vet en/of zout. Gebruik ze zo weinig mogelijk. Dat geldt ook voor chocolade, koek of gebak zonder toegevoegde suikers en alcoholvrije dranken met veel suiker (frisdrank, vruchtensap ...).

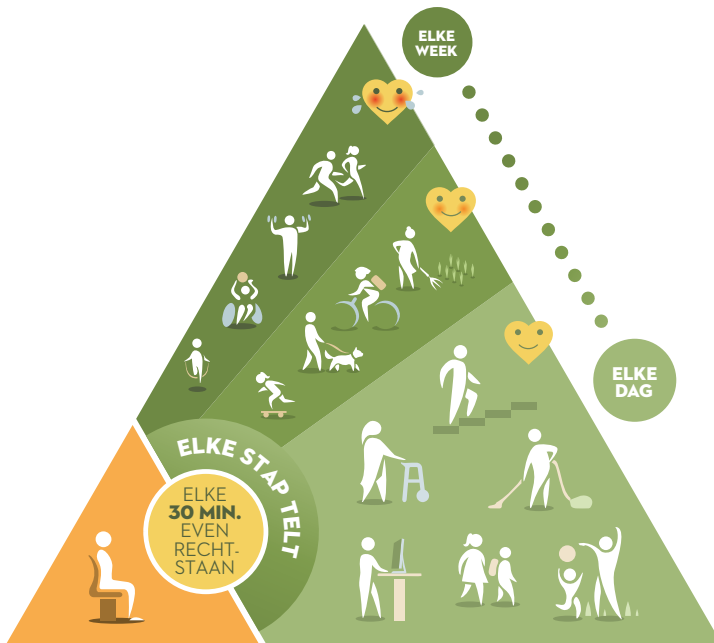
## Tips voor een gezonde levensstijl

- ✓ Water is de belangrijkste drank. Drink voldoende, ook al heeft u geen dorst.
- ✓ Eet in verhouding meer plantaardige dan dierlijke voedingsmiddelen.
- ✓ Geef de voorkeur aan weinig of niet-bewerkte voedingsmiddelen.
- ✓ Kies zo weinig mogelijk voor sterk bewerkte producten.
- ✓ Eet gevarieerd. Zo voorkomt u een eentonige en onevenwichtige voeding.
- ✓ Eet op vaste tijdstippen. Eet drie hoofdmaaltijden en eventueel drie tussendoortjes per dag.
- ✓ Beperk het gebruik van zout.
- ✓ Beweeg voldoende. U kunt zich daarbij baseren op de onderstaande bewegingsdriehoek.

## 2. BEWEGEN

Er wordt aangeraden om minstens 30 minuten per dag te bewegen aan matige intensiteit. Bij matige intensiteit gaat uw ademhaling en hartslag sneller dan normaal, maar u kunt een gesprek blijven voeren.

Naast voldoende bewegen is ook minder lang stilzitten belangrijk. Daarom worden periodes van lang stilzitten afgeraden en wordt er aanbevolen om het stilzitten om de 20 à 30 minuten te onderbreken.



# BEWEGINGSDRIEHOEK

©VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN 2017

### 3. GEZOND GEWICHT

Ongeveer 70 procent van de mensen met diabetes type 2 heeft bij de diagnose overgewicht of obesitas. Gewichtsverlies is dan vaak een eerste en belangrijke stap in de behandeling.

De mate van overgewicht wordt bepaald door de BMI. Die kunt u als volgt berekenen:

De formule is:

$$\frac{\text{Gewicht (kg)}}{\text{Lengte x lengte (m)}}$$

#### *Voorbeeld.*

U bent 1 meter 70 groot en weegt 83 kg.

Uw BMI is:  $83 \text{ kg} / 1,70 \times 1,70 \text{ m} = 28,7 \text{ kg/m}^2$

### BMI

Minder dan 18,5	→	Ondergewicht, u weegt te weinig.
18,5-25	→	Gezond gewicht, probeer op gewicht te blijven.
25-30	→	Licht overgewicht, probeer enkele kilo's af te vallen.
Meer dan 30	→	Obesitas of zwaarlijvigheid met verhoogd risico voor de gezondheid, dit moet zeker behandeld worden.

## 4. MEDICATIE

Naast een gezonde levensstijl is ook medicatie een belangrijke pijler in de behandeling van diabetes type 2. De behandelende arts bepaalt de therapie. Dat kan één geneesmiddel zijn (monotherapie), maar er kunnen ook verschillende medicijnen tegelijk opgestart worden. Die worden uitgebreid behandeld in de brochure *Diabetes type 2: behandeling*.

## HET METEN VAN UW BLOEDSUIKERWAARDEN

### BELANG VAN HET METEN VAN UW BLOEDSUIKERWAARDE





Door de behandeling met medicatie proberen we een normaal bloedsuikergehalte te bereiken. Een normale bloedsuikerwaarde (= glycemie) betekent een waarde tussen de 80 en 150 mg/dl.

Het opvolgen van uw glycemie kan op twee manieren:

- 1 Controle om de drie maanden door de huisarts met een bloedname.
- 2 Met een glucosemeter. Zo weet u meteen of het suikergehalte in uw bloed onder controle is. Het materiaal moet u zelf aanschaffen. U kunt al het materiaal vinden in een thuiszorgwinkel of bij de apotheker.

## AANDACHTSPUNTEN BIJ HET METEN VAN UW BLOEDSUIKERWAARDE

### Hoe moet u uw bloedsuiker meten?

- ✓ Was uw handen.
- ✓ Maak het meettoestel klaar: plaats de strip in het toestel.
- ✓ Heeft u een toestel dat een codering nodig heeft, controleer dan het codenummer.
- ✓ Maak de prikpen klaar: vervang de naald elke dag ('s ochtends).
- ✓ Span de veer aan.
- ✓ Plaats de prikpen op de zijkant van uw vingertop.
- ✓ Prik en stuw daarna het bloed naar uw vingertop. Wrijf altijd van de basis van uw vinger naar de top.
- ✓ Wanneer u een goede bloeddruppel heeft, laat die dan aanzuigen door de strip in het toestel.
- ✓ Wacht een aantal seconden en lees het resultaat af.
- ✓ Noteer het resultaat in uw diabetesdagboek.

## Wat als uw bloedsuiker te laag is?

Een te lage hoeveelheid suiker in uw bloed wordt ook hypoglycemie of kortweg hypo genoemd. Dat is een bloedsuikergehalte lager dan 60 mg/dl. Wanneer u een hypo heeft, voelt u zich niet goed. Mogelijke tekenen zijn: beven, zweten, duizeligheid, honger, slecht zien, hoofdpijn, bleekheid ...

## HYPOGLYCEMIE SYMPTOMEN



ZWETEN



BLEEKHEID



WISSELEND  
HUMEUR



HONGER



DUIZELIGHEID



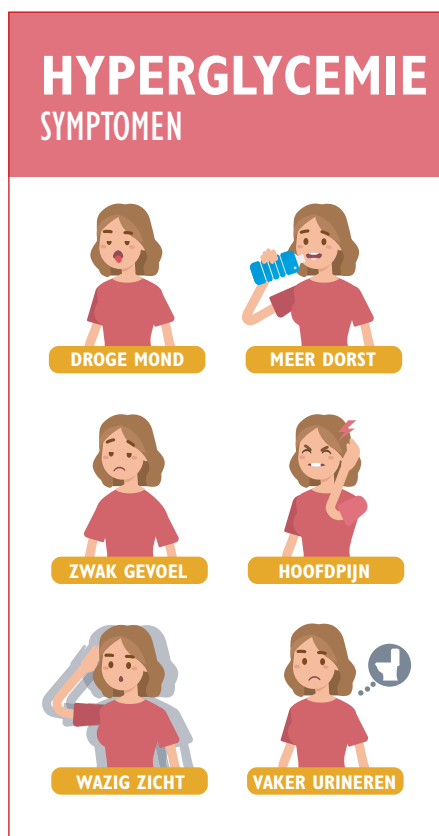
MOEHEID

- 1 Reageer onmiddellijk, wacht niet af wanneer u denkt dat u een hypo heeft.
- 2 Als u zich niet goed voelt, meet dan indien mogelijk onmiddellijk uw bloedsuiker.
- 3 Is uw bloedsuikergehalte lager dan 60 mg/dl, dan moet u onmiddellijk snelle suikers innemen:
  - Neem 10 gram druivensuiker in (3 à 4 tabletten).
  - Drink een glas water.
- 4 Wacht 10 tot 15 minuten.
- 5 Noteer de hypo en het tijdstip in uw diabetesdagboek.
- 6 Bij twijfel best nog eens controleren.

## Wat als uw bloedsuiker te hoog is?

Een eenmalige hogere bloedsuikerwaarde (= hyperglycemie) is geen reden tot paniek.

Wanneer u merkt dat uw bloedsuikerwaarden langdurig hoger zijn dan 200 mg/dl, neem dan contact op met uw huisarts of behandelende geneesheer.



# HET BELANG VAN UW DIABETESBEHANDELING



Het doel van een goede bloedsuikerregeling is diabetescomplicaties op lange termijn te voorkomen. Wanneer u uw bloedsuiker goed regelt, dan is de kans op complicaties klein.

De complicaties kunnen ingedeeld worden in drie groepen:

1. Aandoeningen van de bloedvaten (hart, benen, hersenen, ogen, nieren)
2. Aandoeningen van de zenuwen
3. Infecties en voetproblemen

## I. AANDOENING AAN HART EN BLOEDVATEN

### Aan het hart en de grote bloedvaten

Mensen met diabetes type 2 hebben een verhoogd risico op cardiovasculaire aandoeningen. Om dat risico te verlagen wordt het volgende aangeraden:

- ✓ Goede levensstijl
  - Gezonde voeding
  - Aanvaardbaar lichaamsgewicht
  - 30 minuten bewegen per dag
  - Rookstop
- ✓ Goede controle van de bloedvetten, onder andere cholesterol (eventueel met behulp van medicatie)
- ✓ Strenge bloeddrukcontrole (eventueel met behulp van

medicatie)

- ✓ In het kader van preventie kan de arts vragen om een fietsproef of om een echografie van de halsvaten.

### Aan de kleine bloedvaten (ogen en nieren)

- ✓ Een goede diabetesregeling heeft een gunstig effect op de kleine bloedvaten.
- ✓ Preventief vragen we ook om een jaarlijks
  - oogonderzoek
  - 24 uurs-urineonderzoek

## 2. AANDOENING VAN DE ZENUWEN

Een goede diabetesregeling voorkomt beschadiging van de zenuwen.

## 3. VOETPROBLEMEN

Voetproblemen ontstaan meestal door een combinatie van oorzaken:

- ✓ Problemen met de doorbloeding
- ✓ Een lagere gevoeligheid door problemen met de bezenuwing
- ✓ Minder snel genezen van wondjes door hogere bloedsuikerwaarden

Als u een wondje heeft aan uw voeten, is het mogelijk dat u dat niet onmiddellijk opmerkt, omdat u minder of helemaal geen pijn heeft. De wonde zal ook minder snel genezen. Voorkomen is dan ook beter dan genezen. Dat kunt u doen door een aantal eenvoudige maatregelen.

## Voorkomen is beter dan genezen

### 1 Was uw voeten dagelijks

- Beperk voetbaden tot vijf minuten om verweking van de huid te voorkomen.
- Beperk de temperatuur van het water tot 37 °C.
- Droog uw voeten goed af, ook tussen de tenen.
- Smeer dagelijks vochtinbrengende crème, maar vermijd de zone tussen de tenen.



Was uw voeten dagelijks.

### 2 Voetverzorging

Gebruik geen metalen nagelknippers of vijltjes.

Knip uw teennagels recht af.

Inspecteer uw voeten dagelijks op wondjes

- Laat uw nagels regelmatig verzorgen door een pedicure of podoloog.
- Gebruik geen metalen nagelknippers of nagelvijltjes. U kunt eventueel wel vijltjes van hard karton gebruiken.
- Knip uw teennagels recht af, zodat ze net boven de teenrand uitsteken.
- Gebruik geen sterke zalven of pleisters om likdoorns of eelt te verwijderen.



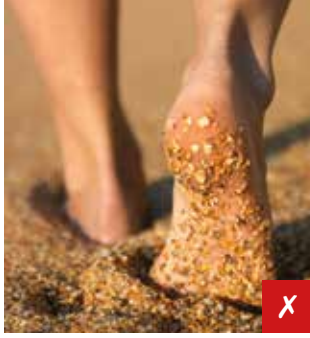
Gebruik geen metalen nagelknippers of vijltjes.



Knip uw teennagels recht af.



Inspecteer uw voeten dagelijks op wondjes.



Loop nooit blootsvoets.

- Inspecteer dagelijks de voetzool en de zone tussen de tenen op wondjes.
- Loopt nooit blootsvoets, zelfs niet thuis.



Draag geen knellende sokken of schoenen

### 3 Heb aandacht voor uw sokken en schoenen

- Wissel dagelijks van sokken.
- Draag bij voorkeur wollen of katoenen sokken zonder gaten en zonder dikke naden om wrijving te voorkomen.
- Draag geen knellende sokken of schoenen.



Draag geen versleten sokken.

### 4 Warm koude voeten op de juiste manier op

- Vermijd verbranding door gebruik van een warmwaterkruik of kersenpitkussen.
- Gebruik eventueel slaapsokjes.



5 Denk aan uw zithouding.

- Gekruiste benen verhinderen een goede bloeddorstroming naar de voeten.



## RIJBEWIJS

Wettelijk gezien heeft iedereen die diabetes heeft een [aangepast rijbewijs](#) nodig. Dat geldt ook als u diabetes enkel behandelt met een aangepaste leefstijl of tabletten. Wettelijk gezien dient het rijbewijs in orde gebracht te worden binnen de vier dagen na de diagnose, maar dat is in de praktijk niet haalbaar, want de arts wil pas een rijgeschiktheidsattest afleveren als hij weet dat de patiënt zijn diabetes goed opvolgt. Het is belangrijk om te weten dat op uw rijbewijs geen melding wordt gemaakt van uw diabetes.



Om dit aangepaste rijbewijs te krijgen moet de behandelende arts een rijgeschiktheidsattest invullen rekening houdend met de diabetesbehandeling. Dat is een gestandaardiseerd formulier.

## DE VERZEKERING:

De autoverzekering is een verplichte verzekering. De premie ligt niet hoger voor personen met diabetes. De verzekeraar **mag geen patiënten weigeren omwille van hun diabetes**.

Volgens de wet dient de verzekeraar wel op de hoogte te zijn van het feit dat de patiënt een rijbewijs met beperkte geldigheidsduur bezit.

Daarvoor bezorgt de patiënt aan de verzekeraar een kopie van zijn rijgeschiktheidsattest en/of een recto-versokopie van het aangepaste rijbewijs. Om discussies achteraf te vermijden, kan dit het best aangetekend verstuurd worden of met de vraag voor een bewijs van aflevering.

De maximale geldigheidsduur van het rijbewijs verschilt naargelang het type:

- Rijbewijs privé: maximaal 5 jaar
- Professioneel rijbewijs: maximaal 3 jaar

## MEER INFORMATIE

Heeft u problemen of vragen?

- ✓ Neem dan contact op met de diabetesverpleegkundigen
  - op het telefoonnummer 016 34 34 75
  
- ✓ U vindt juiste informatie online via
  - UZ Leuven: [www.uzleuven.be/diabetes](http://www.uzleuven.be/diabetes)
  - Bij de Diabetesliga: [www.diabetes.be](http://www.diabetes.be)



© mei 2021 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door het diabetesteam in samenwerking met de dienst communicatie.

Je vindt deze brochure ook op [www.uzleuven.be/brochure/701369](http://www.uzleuven.be/brochure/701369).

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kun je bezorgen via [communicatie@uzleuven.be](mailto:communicatie@uzleuven.be).

Verantwoordelijke uitgever  
UZ Leuven  
Herestraat 49  
3000 Leuven  
tel. 016 33 22 11  
[www.uzleuven.be](http://www.uzleuven.be)

 my nexuz health



Raadpleeg je medisch dossier  
via [nexuzhealth.com](http://nexuzhealth.com)  
of download de app

