

Sugarvita

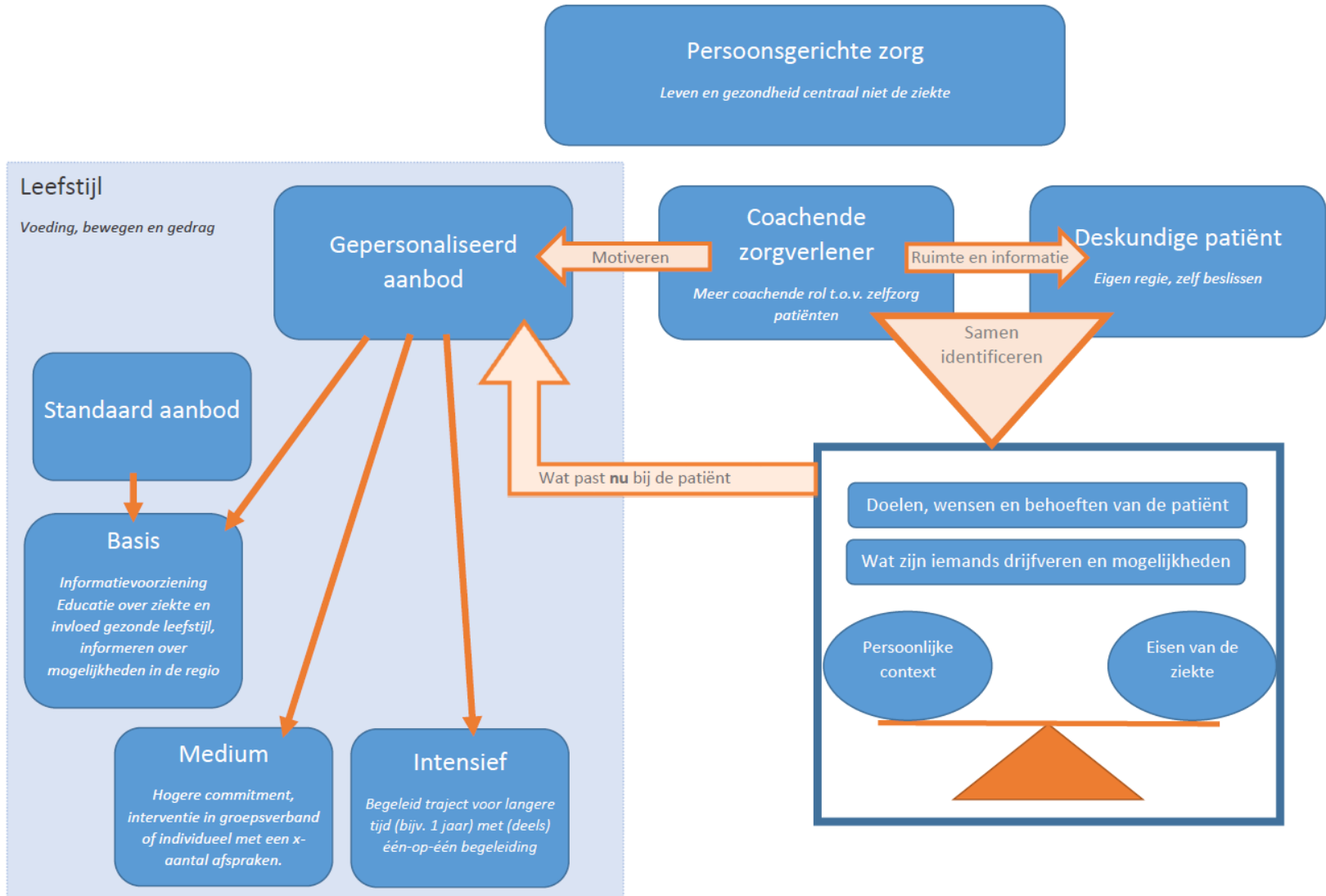
Spelenderwijs leren leven met DM2

Marijke ten Haaf, 21 november 2018



Inhoud

- Achtergrond
- Introductie Sugarvita
- Gedragsverandering
- Het spel
- Pilot Gelderse Vallei



Achtergrond

- Persoonsgerichte zorg
- Consultvoering
- Leefstijl
 - Basis, medium en intensief aanbod
 - Herstelcirkel in de wijk
 - Inzicht in eigen leefstijl/ beweeggedrag, fitbit
 - Buurtsportcoach, ICT aanbod: Sugarvita
 - Succesfactoren en knelpunten

Introductie



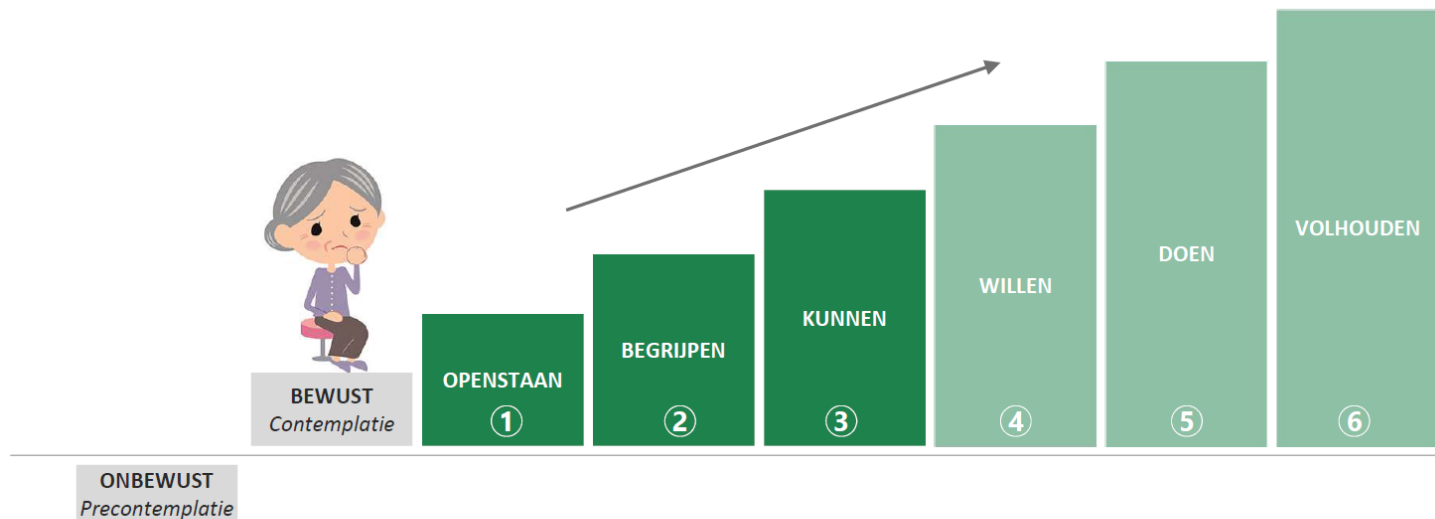
Sugarvita

- Technische universiteit Eindhoven en Maxima Medisch Centrum, Prof Harm Haak (internist)
- Diabetessimulator
 - bloedglucose van een individu onder invloed van bewegen, voeding medicatie en stress voorspeld
- Studie Maxima Medisch centrum
 - Significante daling Hba1c waarden
 - Verbetering zelfmanagementwaarden



Gedragsverandering

- Sugarvita helpt bij de eerste 3 stappen



Bron: Balm, M.F.K. (2002). Exercise Therapy and Behavioural Change. Purdue University Press; Prochaska, J.O., & DiClemente, C.C. (1982). Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change (19) 3 Psychotherapy: Theory, Research & Practice, 276-288

Het spel (1)

- Eerste stap in leefstijlverandering
- Spelenderwijs leren werkt
- Gepersonaliseerde oplossing
- Contact lotgenoten
- In bestaande behandeling
- Stimulans zelfmanagement



Het spel (2)

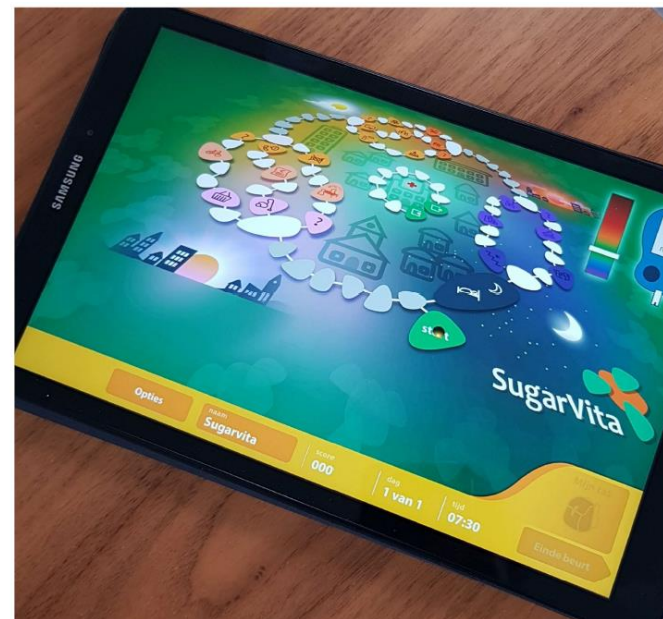
- Inzicht en educatie
- ‘Dag’ uit het leven;
 - keuzes over eten en bewegen en medicatie
 - Onverwachte invloeden

Persoonlijk dagboek

Beurt	Tijdstip	Glucose	Medicatie	Activiteit
1	8:10	6.8	Metformine (1) Insuline kort (4)	Ontbijt (40 KH)
2	10:10	6.7		Stofzuigen
5	14:10	6.5	Insuline kort (6) Metformine (1)	Lunch (41 KH) Drankje (0 KH)
8	19:10	5.7	Metformine (1) Insuline kort (4)	Diner (60 KH) Drankje (9.6 KH) Snack (17.6 KH)
9	20:10	9.7		Hometrainer
12	22:30	5.4	Insuline lang (10)	NightSnack (18.8 KH)

Dag 1

Details Menu



Aan de slag



1-OP-1

SPELEN IN HET CONSULT

SPELEN BUITEN HET CONSULT

OPDRACHTEN IN SPELBOEKJE



GROEPSSESSIES

SPELEN MET LOTGENOTEN

ONDER BEGELEIDING VAN
POH/DIÉTIST/
LOTGENOOT/SUGARVITA



THUIS OP DE BANK

ZELF SPELEN

SPELEN MET FAMILIE EN
VRIENDEN

Pilot Gelderse Vallei

- Pilot eerste lijn, positieve ervaringen
- Tien huisartsenpraktijken
- Zowel groepssessies als 1 op 1
- 250 DM2 patiënten