**Diabetes Mellitus II:**

Diabetes Mellitus is een chronische stofwisselingsziekte. Bij diabetes mellitus, suikerziekte, is het regel mechanisme verstoord dat ervoor zorgt dat het glucose gehalte in het bloed in balans blijft. Bij een te hoog gehalte van glucose is er sprake van Diabetes. Bij Diabetes Mellitus II maakt de alvleesklier wel insuline aan maar is niet genoeg voor het hele lichaam. In je alvleesklier bevinden zich de zogenaamde 'eilandjes van Langer hans'. Deze zijn verantwoordelijk voor de insulineproductie. De rest van je alvleesklier wordt gebruikt om spijsverteringssappen te maken. Insuline is een hormoon dat ervoor zorgt dat glucose in je cellen kan worden opgenomen. Het kan ook zijn dat de insuline niet goed werkt omdat je lichaam er ongevoelig voor is geworden. De glucose kan daardoor niet in de lichaamscellen komen, en blijft dus achter in het bloed. Dit heeft een te hoge bloedsuikerspiegel tot gevolg. Uiteindelijk zorgen je nieren dat die overtollige glucose wordt afgevoerd door extra urine te maken. Daarom heb je als diabeet vaak dorst en moet je veel plassen.

Deze vorm van Diabetes begint meestal pas na het 40ste levensjaar en word daarom ook wel ‘ouderdomsdiabetes’ genoemd. De oorzaak van type 2 diabetes is ingewikkelder dan bij het type 1 diabetes, omdat twee factoren tegelijk een rol spelen. Allereerst is er een (waarschijnlijk erfelijk bepaald) probleem in de weefsels, waar de insuline niet goed werkt, doordat er in de weefsels een zekere weerstand tegen de werking van insuline (insulineresistentie) bestaat. In de tweede plaats is de alvleesklier niet in staat om aan de grotere behoefte aan insuline te voldoen. Men spreekt van een relatief tekort aan insuline. Bovendien beïnvloeden beide factoren elkaar in negatieve zin. Hoewel de alvleesklier een redelijke hoeveelheid insuline aanmaakt, zal uiteindelijk toch vaak een behandeling met insuline nodig zijn. Ook overgewicht, te weinig lichaamsbeweging en erfelijke aanleg kan een oorzaak zijn. Daarnaast kunnen stress (lichamelijk of psychisch) of medicijnen het begin van de ziekte uitlokken.

**Wat zijn de symptomen:**

* Veel moeten urineren
* Onlesbare of extreme dorst
* Onverklaarbaar gewichtsverlies
* Algehele zwakte en vermoeidheid
* Tintelingen en gevoelloosheid in uw handen, benen of voeten
* Oogklachten, zoals rode en branderige ogen, wazig zien, dubbel zien of slecht zien
* Slecht genezende wondjes
* Droge huid

**Behandeling:**Gezond eten en beweging zijn bijna net zo belangrijk als medicijnen. Lichaamsbeweging zorgt ervoor dat het lichaam beter reageert op het hormoon insuline. Bij diabetes type 2 is ongevoeligheid voor insuline een groot probleem. Beweging verbetert de gevoeligheid voor insuline. Daarom is dat een belangrijk advies. Diabetes type 2 kan behandeld worden met medicijnen. Er zijn tabletten die je lichaam weer gevoeliger maken voor insuline. Er zijn ook tabletten die de aanmaak van insuline in de alvleesklier bevorderen. Ook afvallen, een dieet en letten op het gebruik van alcohol behoren tot de behandeling. Als tabletten niet meer werken kan het zijn dat je ook bij diabetes type 2 insuline moet spuiten.

**Prognose:**

De prognose (toekomstperspectief) van Diabetes Mellitus II is erg moeilijk te voorspellen en sterk afhankelijk van de regulatie van de bloedsuiker, cholesterol en bloeddruk. De meeste mensen die goed gereguleerd zijn krijgen geen of slechts weinig complicaties. Zij kunnen een normaal leven leiden, maar dan moeten zij zich wel hun gezonde leefstijl eigen maken en soms daarnaast nog medicijnen moeten gebruiken. De mensen met hoge bloedsuikers en/of bloedvetten en/of bloeddruk hebben een veel grotere kans op één of zelfs meerdere complicaties. De complicaties van diabetes kunnen veel problemen geven.

**Complicaties:**

Op den duur kunnen bij diabetes vervelende complicaties ontstaan. De meest voorkomende complicaties bij diabetes zijn:

* oogcomplicaties
* [nierziekten](http://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/696)
* complicaties aan de zenuwbanen: door beschadiging van zenuwbanen worden wondjes die kunnen leiden tot ontstekingen minder goed gevoeld. Het is daarom verstandig goed te letten op wondjes, vooral aan de voeten. Daarnaast kunnen beschadigde zenuwen leiden tot [urine-incontinentie](http://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/144) en bij mannen tot [erectiestoornissen](http://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/173)
* [hart- en vaatziekten](http://www.gezondheidsplein.nl/aandoeningen/294)

**Verpleegkundig probleem Diabetes Mellitus II:**

De verpleegkundig specialist biedt ondersteuning bij het leren omgaan met de ziekte diabetes

en de gevolgen ervan. De verpleegkundig specialist bespreekt de onderwerpen die op een

bepaald moment voor u van belang kunnen zijn, zoals:

* Informatie over de laboratoriumuitslagen.
* Informatie geven over wat de ziekte inhoudt.
* Het geven van instructie van zelfcontrole (=het meten van uw glucosewaarden) en eventueel insuline injecteren.
* Informatie over de verschillende materialen, zoals glucosemeters en insulinepennen.
* Controle van bloeddruk en gewicht.
* Ondersteuning en begeleiding bij het omgaan met diabetes mellitus, om de verworven kennis en instructie te gebruiken in uw eigen situatie.
* De emotionele, psychische en sociale gevolgen van de ziekte.
* Informatie over patiëntenverenigingen.