

Endocrinologie



# Psychologische begeleiding

Bij diabetes

## **01 Welkom**

Diabetes kan je leven erg beïnvloeden, dag en nacht. Welke behandeling je ook hebt. Medicijnen, insuline en steeds aandacht geven aan een gezondere levensstijl: vakantie van diabetes heb je nooit!

## **02 Hoe helpen we jou?**

Als klinisch psycholoog en gedragstherapeut in het diabetesteam help ik jou omgaan met de psychologische obstakels van diabetes. We gaan samen op zoek naar jouw sterktes en de beschermende factoren voor een goede diabeteszorg.

## **03 Wie kan hier in het ziekenhuis terecht voor begeleiding?**

Diabetespatiënten binnen de diabetesconventie (patiënten met minstens 3 injecties).

Deze sessies worden terugbetaald door de conventie en zijn dus gratis.

## 04

### Waarmee helpen we je?

- Aanvaarding ('Waarom heb ik diabetes?')
- Angst: hypoangst, angst voor diabetes-complicaties, spuitangst en/of prikangst of andere angstklachten
- Stemmingsproblemen: depressie, stress, burn-out of eenzaamheid
- Eetstoornissen: emotioneel/stress gebonden eten, of niet durven eten
- Andere obstakels die het moeilijk maken om aan een goede diabeteszorg te doen.

## 05

### Hoe verloopt de begeleiding?

Tijdens een eerste kennismakingsgesprek bekijken we jouw hulpvraag.

Van hieruit zoeken we op welke manier we samen aan de slag kunnen en wordt een behandeling op maat voorgesteld.

Elk verhaal is anders.

Ten slotte staan we ook stil hoe je het verdere verloop van de begeleiding wenst in te vullen.

Zowel éénmalige, kortdurende als langdurige begeleidingen behoren tot de mogelijkheden.

De duur van een gesprek is 45 min en gebeurt volgens je eigen tempo.

Hoe lang een begeleiding zal duren is op voorhand moeilijk te voorspellen: "zo kort als mogelijk, maar tegelijkertijd zo lang als nodig".

06

## Hoe maak je een afspraak?

Een afspraak kan je vastleggen via het secretariaat. Het secretariaat endocrinologie is bereikbaar op het nummer 011 69 95 96.

Wist je ook dat er een patiëntenvereniging is?

Diabetes Liga: [www.diabetes.be](http://www.diabetes.be)







## Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

secretariaat endocrinologie

tel. 011 69 95 96



**Diestersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden**

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10

info@stzh.be • www.sint-trudo.be