

NVDD21

Diabetesbehandeling nieuwe stijl: diëtist als behandelaar



Harriët Verkoelen



©Harriët Verkoelen

Harriët Verkoelen

Artikel retrospectief onderzoek eigen praktijk



Research Article |

Low Carbohydrate Lifestyle Reduces Significantly Insulin Need in Type 2 Diabetes Patients

Verkoelen H^{1*}, Govers E², Maas H³ and Koek GH^{4,5}¹Primary Care Dietitian, Diabetes Nurse Specialist, The Netherlands.²Primary Care Dietitian, President of Dutch Knowledge Centre for Overweight & Obesity, The Netherlands³Department of Human Movement Sciences, Faculty of Behavioural and Movement Sciences, The Netherlands⁴The Department of Internal Medicine, Division of Gastroenterology/Hepatology, The Netherlands⁵School of Nutrition and Translational Research in Metabolism (NUTRIM), The Netherlands

*Corresponding author: Harriët Verkoelen, Primary Care Dietitian, Diabetes Nurse Specialist, Ridder Alarilaan 33, 4116 EH Buren, The Netherlands

Submission: July 31, 2020
Published: August 17, 2020

Abstract

Background

A low carbohydrate diet is suggested to be effective in type 2 diabetes to reduce or stop glucose lowering medication. To prove the effectiveness of this dietary change, a low carbohydrate diet was studied in patients with type 2 diabetes on the amount of insulin, HbA1c values and weight loss.

Methods

An observational study in one dietitian practice on the treatment of patients with type 2 diabetes, all on an insulin regimen, with a low carbohydrate diet. Two HbA1c values prior to, and after six months of the dietary intervention were measured. All patients received a dietary advice to consume 30 grams carbohydrates per day in a day menu schedule. Patients visited the outpatient clinic to discuss their results, experiences, and questions. The online treatment group received feedback every week and extra support per mail.

Results

©Harriët Verkoelen



Diabetes 2 omkeren =

Diabetesbehandeling nieuwe stijl

Ruim 90% T2DM insuline vrij

Diabetes type 2 patiënten (T2DM) kunnen met insuline behandeling stoppen bij een streng koolhydraatbeperkte leefstijl.

©Harriët Verkoelen

Diabetesbehandeling



“You can’t use drugs to treat a dietary disease”*

* Dr Jason Fung in Diabetes Unpacked p.66 ISBN 9781907797583

©Harriët Verkoelen

Prevalentie T2DM



De te verwachten toename wereldwijd:

425 miljoen mensen in 2017
500 miljoen mensen in 2025
629 miljoen mensen in 2045



International Diabetes Federation. IDF diabetes Atlas.
8th ed. IDF, 2017 www.diabetesatlas.org

©Harriët Verkoelen

Behandelprotocollen

Harriët Verkoelen
Koolhydraatbeperkt werkt!

1. Voedingsrichtlijnen
2. Medicatieprotocollen



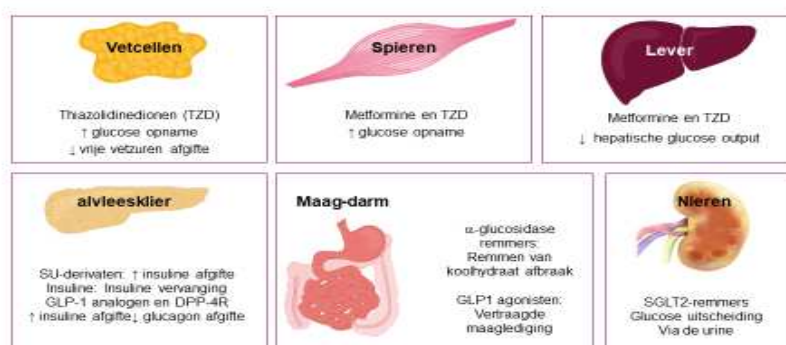
Goed gewicht is de hoeksteen van
metabole gezondheid

©Harriet Verkoelen

DM-medicatie zonder insuline

Harriët Verkoelen
Koolhydraatbeperkt werkt!

Farmacologische behandeling van diabetes type 2



DPP-4R: dipeptidyl peptidase-4 remmers; GLP-1: glucagon-like peptide-1; SU-derivaten: sulfonylurea-derivaten; SGLT2: Sodium Glucose Transporter-2.

©Harriet Verkoelen

Geen reductie HVZ



Uit 7 RCT's* is gebleken dat de progressieve ontwikkeling van complicaties en HVZ, de killer bij diabetes, niet gestopt kon worden door medicatie en insuline.

DM-medicatie = SYMPTOOMBESTRIJDING

* ACCORD, ADVANCE, VADT, ORIGIN, ELIXA, TECOS, SAVOR

©Harriët Verkoelen

DM-medicatie bijwerkingen



Ongewenst neveneffect van diabetes medicatie (Sulfonyl Ureum (SU) en insuline):

GEWICHTS TOENAME!! *



Dr Jason Fung in Diabetes Unpacked: "Bloodsugars get better with insulin but the diabetes is getting worse".

* de Wit, H., Vervoort, G., Jansen, H. et al. NED. TIJDSCHR. DIABET. (2014) 12: 29.
Yadgar-Yalda, R., Coman, PG., Furlanos, S. et al. Intern Med J. 2016 Jul;46(7):834-9. doi: 10.1111/imj.13122.

©Harriët Verkoelen

Spannende switch



Symptoombestrijding versus oorzakelijk behandelen
Medicatie versus leefstijl / stimuleren gewichtsverlies



“Break the progressive development of T2DM
Reversing T2DM through diet” *

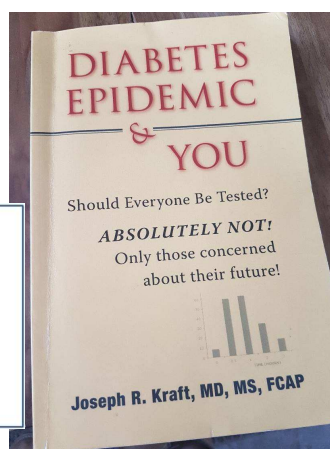
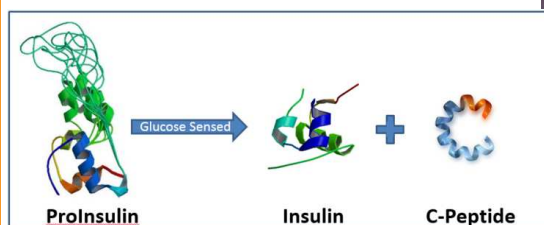
* Volek, JS, Fernandez, ML, Feinman, RD, et al dietary carbohydrate restriction

©Harriët Verkoelen

Bloedglucosespiegels vs insulinespiegels



Joseph Kraft
Diabetes epidemic & you



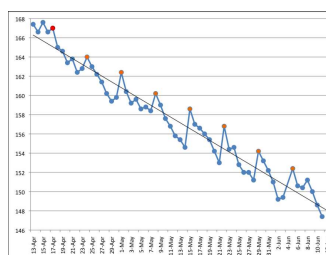
©Harriët Verkoelen

Leefstijl laag koolhydraat



Streng koolhydraatbeperkte voeding verlaagt de behoefte aan insuline.

Lage insuline (anabool hormoon) spiegel bevordert vetverbranding en dus gewichtsverlies.



©Harriët Verkoelen

Mijn werkwijze bij T2DM



- Verlaag de hoeveelheid **koolhydraten** < 50 gram/dag
- Verlaag de insuline, uiteindelijk doel is **nul** insuline
- Verlaag SU, uiteindelijk doel is **nul** SU



©Harriët Verkoelen

Resultaten uit mijn praktijk



Patiënten resultaten werden geregistreerd van:

- Alle **T2DM** met insuline behandeling
- Tenminste 2 HbA1c metingen: bij aanvang en na een half jaar begeleiding



- Ook 2 type 1 diabetes patiënten (**T1DM**) werden behandeld met laag KHbeperkte voeding vanwege erg slechte diabetes regulatie
- Natuurlijk konden ze niet stoppen met insuline behandeling

©Harriët Verkoelen

Resultaten

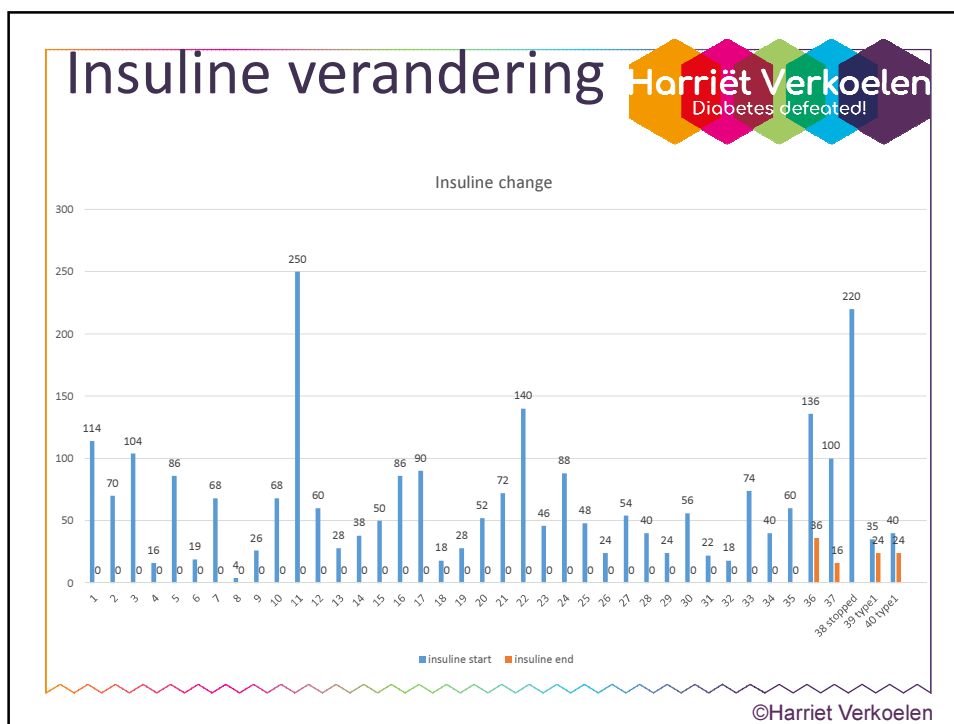
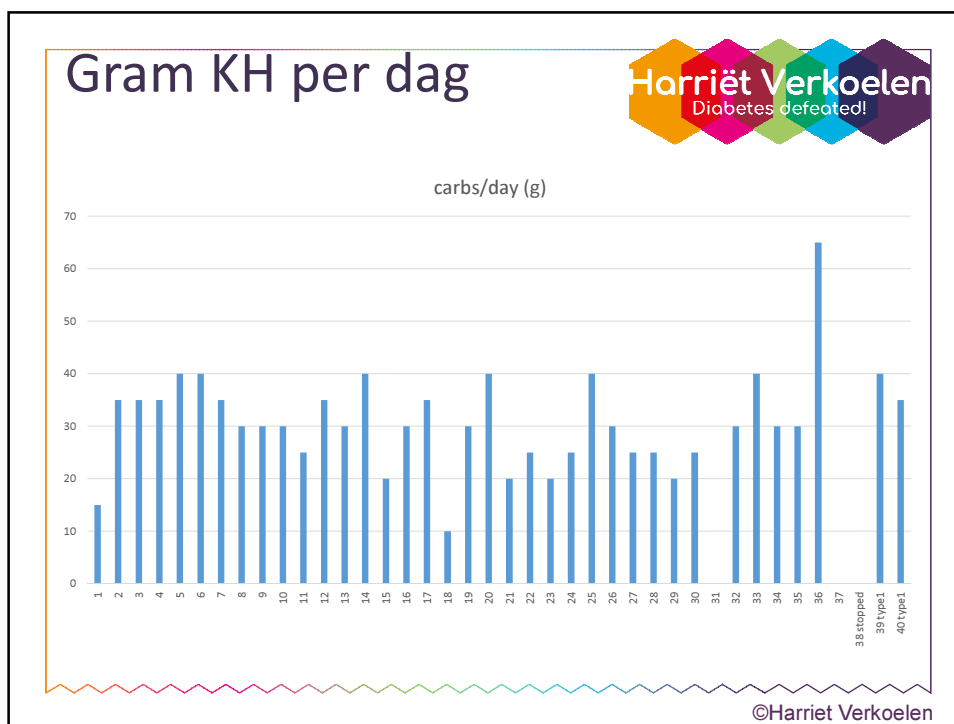


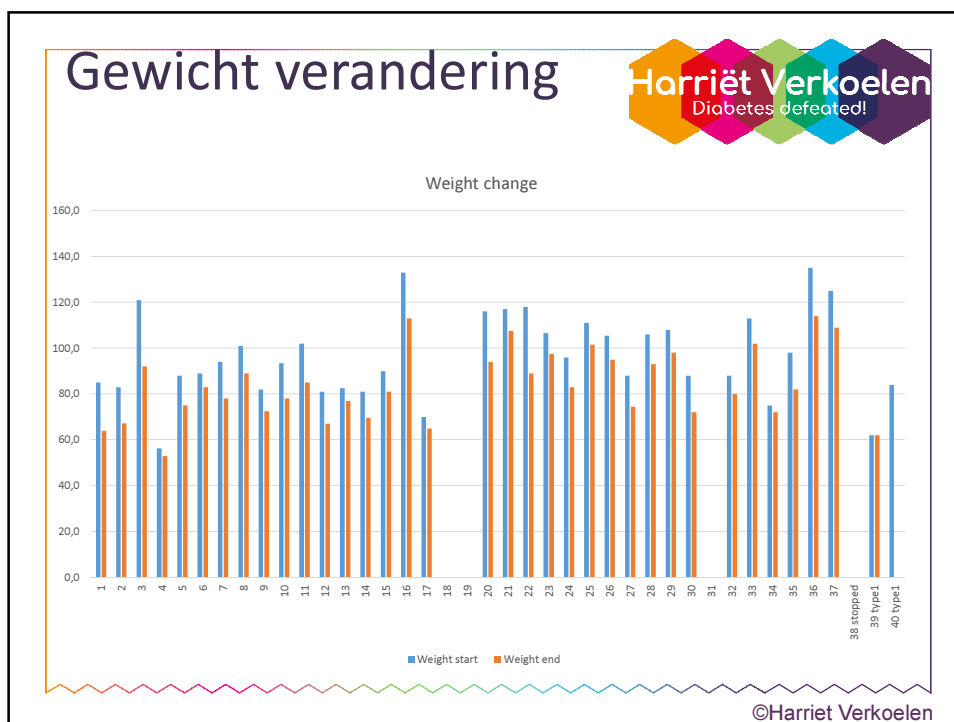
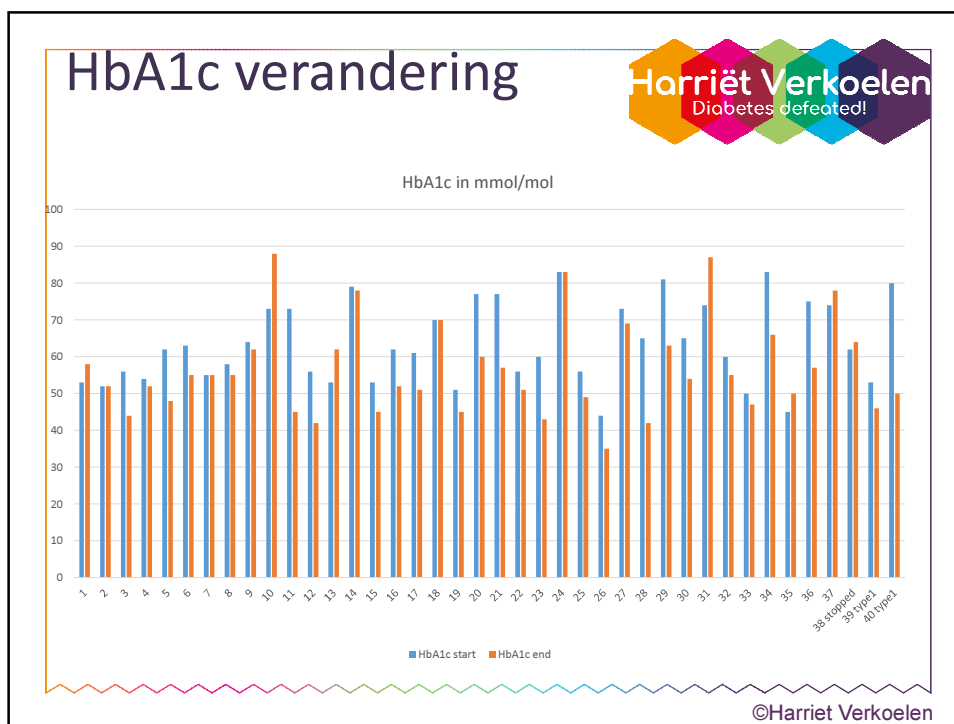
Ik vond **38 T2DM** patiënten waarvan
 **35** stopten met insuline behandeling (**92%**)
 Resultaten zijn vergelijkbaar met andere grote programma's zoals oa Virta Health

2 T1DM patiënten
 HbA1c bij aanvang:
 53 mmol/mol (7%); 80 mmol/mol (9.5%)
 Na 6 half jaar:
 46 mmol/mol (6.44%); 50 mmol/mol (6.7%)



©Harriët Verkoelen





Conclusies



- ⬡ T2DM verdient een oorzakelijke behandeling
- ⬡ Focus op gewichtsverlies en laag KH leefstijl
- ⬡ Insuline kan meestal stoppen onafhankelijk van bloedglucose



©Harriet Verkoelen

Discussie



Deze registratie betreft maar 38 T2DM and 2 T1DM patients

Half jaar is korte periode

Mijn cliënten zijn mogelijk meer gemotiveerd

Mijn cliënten zijn vaak 'moeilijker'

Hyperinsulinemie is risicovoller dan hyperglycemie

- ⬡ Protocol aanpassen?
- ⬡ Eerst insuline metingen doen?



©Harriet Verkoelen

Diabetes defeated!

Thank you for your attention!



www.harrietverkoelen.nl
info@harrietverkoelen.nl

©Harriet Verkoelen

Harriet Verkoelen

Dank voor je aandacht!




©Harriet Verkoelen

