

# Diabetes mellitus en een depressie

Naar het ziekenhuis? Lees eerst de informatie op [www.asz.nl/brmo](http://www.asz.nl/brmo).

**albert  
schweitzer**

# Inleiding

Mensen met diabetes mellitus hebben twee keer zoveel kans om depressief te worden als mensen zonder diabetes. Dat betekent dat in Nederland één op de tien mensen met diabetes mellitus een depressie heeft. Hoe dit komt is niet helemaal duidelijk. Mensen met een sterk schommelende suikerspiegel en mensen met ernstige complicaties van hun diabetes mellitus, hebben meer kans op het krijgen van een depressie.

Bij de jaarlijkse screening is gebleken dat u misschien een depressie heeft.

U heeft daarom een afspraak voor een gesprek met een psychiater op het Psychomedisch Centrum op locatie Dordwijk op:

\_\_\_\_\_ dag \_\_\_\_\_ om \_\_\_\_\_ uur.

In deze folder leest u meer over wat een depressie is en hoe een depressie herkend kan worden. Ook gaan we in op het belang van een vroegtijdig herkennen van een depressie en de behandelingen die op het Diabetescentrum mogelijk zijn.

## Wat is een depressie?

Er is een verschil tussen depressieve klachten en een zogeheten depressieve stoornis (depressie). Iedereen heeft wel eens momenten dat hij of zij zich 'down' of moedeloos voelt of nergens zin in heeft. Bij een depressie voelt iemand zich langere tijd doorlopend somber, iedere dag, het grootste deel van de dag.

Naast of in plaats van somberheid, verliest iemand met een depressie de interesse in andere mensen, is lusteloos en kan nergens meer van genieten. Naast deze twee hoofdklachten heeft iemand met een depressie minimaal een aantal van de volgende klachten:

- Verminderde eetlust
- Slaapproblemen
- Rusteloosheid of juist traagheid
- Moeheid
- Schuldgevoelens
- Concentratieproblemen
- Gevoelens van hopeloosheid en uitzichtloosheid
- Suïcidale gedachten of plannen

## **Wat zijn de gevolgen?**

Een depressie heeft grote gevolgen voor mensen met diabetes mellitus. Vaak functioneren mensen minder goed dan ze gewend zijn en vinden zij dat hun kwaliteit van het leven minder is geworden. Bij een depressie is vaak de zelfzorg (zoals eetpatroon, bewegen, controle bloedsuikers) verminderd en is de bloedsuiker slechter geregeld.

## **Herkennen van een depressie**

Lang niet altijd herkennen mensen zelf een depressie of zoeken zij er hulp voor. Omdat de gevolgen groot kunnen zijn, vindt het Diabetesteam van het Albert Schweitzer ziekenhuis het belangrijk dat een eventuele depressie snel herkend wordt. Een depressie kan namelijk goed behandeld worden. En dit kan ten goede komen aan uw kwaliteit van leven en de behandeling van uw diabetes mellitus.

Daarom worden alle patiënten op het Diabetescentrum gescreend op depressie.

## Vragenlijst

Tijdens het polikliniekbezoek aan de diabetesverpleegkundige hebben we u gevraagd een vragenlijst in te vullen. Deze vragenlijst 'meet' of u depressieve kenmerken heeft. U heeft zelf kunnen beslissen of u hieraan mee wilde doen.

De diabetesverpleegkundige heeft met u besproken dat de uitslag verhoogd is bij u. Dat de score verhoogd is, wil nog niet zeggen dat u ook een depressie heeft. Dit kan de psychiater vaststellen.

Daarom heeft u een afspraak bij de psychiater. Deze afspraak is een onderdeel van uw behandeling voor uw diabetes mellitus en vindt daarom ook op het Diabetescentrum plaats. De afspraak vindt plaats bij op het Psychomedisch Centrum.

## Gesprek met de psychiater

De psychiater beoordeelt of er bij u inderdaad sprake is van een depressie en of eventuele andere psychische klachten een rol spelen.

Aan het eind van het gesprek bespreekt de psychiater met u of u een depressie heeft waarvoor u behandeld moet worden. Hij bespreekt dan met u welke mogelijke behandelingen er zijn.

# Behandeling van een depressie op het Diabetescentrum

Voor de behandeling van depressies bij diabetes mellitus zijn dezelfde behandelingen geschikt als bij andere depressies. Meestal bestaat de behandeling uit gesprekstherapie. Soms kan het nodig zijn om (antidepressieve) medicijnen te gaan gebruiken

## Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? Bel dan gerust van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 - 16.30 uur naar het Diabetescentrum, tel. (078) 654 64 64. We beantwoorden uw vragen graag.

Geef hier uw mening over deze folder: [www.asz.nl/foldertest/](http://www.asz.nl/foldertest/)





Albert Schweitzer ziekenhuis  
oktober 2020  
pavo 0029