

DE DIAVANTIS APP KAN HET LEVEN VAN VEEL MENSEN MET DIABETES TYPE 2 POSITIEF VERANDEREN!

In gesprek met Freerk van der Hauw over zijn eerste contacten met Diavantis en zijn ervaringen.

Ook kijken we naar de toekomst als het gaat om technologie en toepassingen voor mensen met diabetes type 2.

Wie is Freerk van der Hauw?

Ik ben Freerk van der Hauw, 77 jaar jong, woonachtig in Franeker met mijn vrouw Meia. Ik heb twee zoons, één schoondochter en een kleinzoon.

In mijn werkzame leven ben ik 40 jaar actief geweest als onderwijzer en directeur in het basisonderwijs. In het verenigingsleven heb ik veel bestuursfuncties vervuld, en op dit moment ben ik nog voorzitter van twee clubs.



Hoe ben jij ooit in contact gekomen met Diavantis?

Nou, dat was op een vrij bijzondere manier. Ik had mij als diabetes type 2-patiënt eindelijk eens aangemeld voor een bijeenkomst van de DVN in Noord-Nederland. Toen kreeg ik bericht dat deze was afgezegd. Ik ben toen zo vrij geweest om de leden van die groep toch bij elkaar te roepen. Op die bijeenkomst was ook Piet-Jan Coremans aanwezig. In een persoonlijk gesprek heeft hij zijn verhaal verteld. Zo kwam dus het contact met Piet-Jan Coremans en met Diavantis tot stand.

Kun je dat eerste contact met Diavantis eens omschrijven?

Ik werd geraakt door de ervaringen en verhalen van Piet-Jan, die zijn diabetes type 2 had overwonnen, en wilde me verder verdiepen in de methode die hij had toegepast. Van het een kwam het ander, en binnen korte tijd hadden we een groepje diabetes type 2 patiënten bij elkaar die ook geïnteresseerd waren in de methode. Ik heb toen tegen Piet-Jan gezegd dat het misschien wel leuk zou zijn om hierin samen op te trekken. Zo is eigenlijk de eerste pilotgroep in Noord-Nederland ontstaan, die met behulp van deze methode medicatiearm of zelfs medicatievrij is geworden.

Wat heeft Diavantis jou gebracht?

Diavantis heeft mij geleerd om zelf de regie te nemen. Ik heb zes jaar lang zonder medicatie mogen genieten van een medicatie-vrij leven met diabetes. Diavantis heeft mij inzicht gegeven in mijn ziekte. Ik heb geleerd mijn diabetes onder controle te krijgen door beter om te gaan met voeding, beweging en ontspanning.

Ik leid mijn diabetes tegenwoordig, ik laat mij er niet meer door lijden. (Ik weet dat dit met korte 'ei' moet, maar het geeft mijn ommekeer aan.)

Ik weet nu veel beter hoe ik regie moet houden over mijn ziekte, en dat geeft een goed gevoel. Het geeft mij bijna het gevoel van een zorgeloos leven.

Hoe ga je nu dagelijks om met jouw diabetes?

Zoals ik al eerder aangaf, heeft het herstelprogramma mij meer inzicht en kennis gegeven. Ik was medicatievrij, maar met het stijgen van de leeftijd wil het lichaam wel eens tegensputteren, en is een pilletje nu nodig om – naast mijn leefstijl, mijn glucosewaarden keurig op peil te houden. Dat geeft mij rust.

Mijn omgeving, vrouw, kinderen, familie, vrienden en kennissen, weet dit van mij en houdt er rekening mee of kijkt er niet van op als ik bijvoorbeeld een traktatie bij de koffie afsla. Kost mij geen enkele moeite. Bij verjaardagen of feestdagen maken wij zelf heerlijk koolhydraatarm gebak.

IK WERD GERAAKT DOOR DE ERVARINGEN EN VERHALEN VAN PIET-JAN, DIE ZIJN DIABETES TYPE 2 HAD OVERWONNEN

Je bent betrokken geweest bij de eerste pilots van Diavantis. De bijeenkomsten waren toen allemaal fysiek. Sinds covid zijn deze omgezet naar online bijeenkomsten.

Nu heeft Diavantis samen met de RUG Groningen en Elastique Health uit Emmen het initiatief genomen om een digitale applicatie te ontwikkelen voor patiënten met diabetes type 2, met behulp van technologieën als AI.

Wat vind jij van een dergelijke innovatie?

Ik vind dat een positieve ontwikkeling. De technologie staat niet stil, en als het programma kan worden omgezet naar digitale begeleiding van patiënten, dan kunnen veel meer mensen hiervan profiteren.

Wat verwacht je van een dergelijke ontwikkeling?

Ik heb begrepen dat de applicatie nog in ontwikkeling is, en dat iedere fase wordt getest en gevalideerd. Daarmee kan worden aangetoond dat een dergelijke applicatie daadwerkelijk waarde toevoegt voor patiënten met diabetes type 2.

Het succes hangt echter ook af van de deelnemer. Als iemand écht wil veranderen en de regie wil nemen over zijn of haar ziekte, dan kan het succesvol zijn. In dat geval zie ik een duidelijke toegevoegde waarde. Ik verwacht wel dat er altijd behoefte zal blijven aan persoonlijk contact.

Hoe ziet de toekomst eruit volgens jou, als deze innovatie beschikbaar komt voor de patiënt met diabetes type 2?

Als de patiënt écht zelf de regie en verantwoordelijkheid wil nemen, dus bereid is om de ziekte aan te pakken, dan kan deze applicatie het leven van veel mensen positief veranderen. Onafhankelijkheid, geen stress of verrassingen bij een controle, een prettig en bewust leven.

Wat zijn volgens jou de kritische voorwaarden om de applicatie te laten slagen?

De applicatie moet de taal van de gebruiker spreken. Dat betekent dat het programma empathisch moet zijn. Dat geeft de gebruiker het gevoel dat de applicatie hem of haar begrijpt.

Daarnaast moet het simpel in gebruik zijn: niet te veel klikken, eenvoudige handelingen. Mooi zou zijn als alle noodzakelijke informatie om in balans te komen én te blijven beschikbaar is in de app.

En ik heb begrepen dat er gewerkt wordt aan spraakherkenning. Voor mensen met diabetes type 2 die slechter zien zou dat een mooie toevoeging zijn, dat zij met behulp van spraak info kunnen opvragen of invoeren.

Wat wens je de patiënt met diabetes type 2 voor de toekomst toe?

Dat zij in goede gezondheid zonder medicatie ouder mogen worden en kunnen leven in vrijheid.

Ik wil daarbij wel zeggen: je moet er wél wat voor doen. Het komt je niet aanwaaien. En vergeet niet: de omgeving van de deelnemer heeft ook invloed op het succes. Het vraagt doorzettingsvermogen, maar je krijgt er ontzettend veel voor terug.

Een goed, gezond en bewust leven zonder medicatie, waarbij je een heerlijk vrijheidsgevoel ervaart.

Grip op diabetes type 2

samen naar een medicijnvrije toekomst.

