

IK WIL 1,2 MILJOEN MENSEN MET DIABETES TYPE 2 GEZONDER OUDER LATEN WORDEN

In gesprek met Piet-Jan Coremans, grondlegger van Diavantis

Boudewijn Baks, CEO Diavantis spreekt met Piet-Jan over zijn ervaringen, motivatie en wensen als het gaat om diabetes type 2 en de toekomst voor deze groep mensen.

Waar liggen jouw roots?

Ik ben geboren in Brabant en later verhuisd naar Friesland. Nu woon ik samen met mijn vrouw Heleen en onze trouwe viervoeter Louis in Sneek.

Wat typeert Piet-Jan?

Ik ben een idealist, nieuwsgierig en help graag mensen. Ik geniet van de kleine dingen en van de rust hier in Friesland. Authenticiteit staat bij mij hoog in het vaandel; ik heb snel door wanneer mensen niet authentiek zijn.

Je werd in de jaren '90 geconfronteerd met diabetes type 2. Wat betekende dat voor jou?

Ik was te zwaar en mijn toenmalige huisarts adviseerde mij anders te gaan eten en meer te bewegen. Ik pakte vaker de fiets in plaats van de auto en viel af. Volgens mijn huisarts waren er altijd medicijnen die mij zouden helpen om oud te worden. De echte klap kwam pas toen mijn oogarts zei dat ik een grote kans had om blind te worden door de diabetes. Dat zou mij niet gebeuren.

Het ontstaan van mijn diabetes type 2 ligt in mijn eerste vier levensjaren, waarin mijn emotionele en sociale ontwikkeling ernstig verstoord raakte door ziekte in ons gezin en mijn eigen, toen nog verborgen autisme. Ik noem dat de wortel van mijn diabetes. Het ontdekken en herkennen van de mogelijke oorzaak is cruciaal om de juiste route te bepalen richting een medicatiearme of -vrije aanpak van diabetes type 2. Dat inzicht kreeg ik pas op latere leeftijd. Door zelf op onderzoek uit te gaan, kreeg ik meer inzicht in de oorzaak van mijn diabetes en ben ik actief aan de slag gegaan met deze inzichten.

Met hulp van mijn zus, een internist-endocrinoloog en wetenschappelijke contacten in Amerika ben ik op zoek gegaan naar een methode om mijn diabetes onder controle te krijgen. Eén van de adviezen was het eten van veel vette vis, vanwege de omega-3-vetzuren. Toen ik maanden later terugging naar de oogarts, zag hij een sterke verbetering van de vaten in mijn ogen en was hij verbaasd over deze positieve verandering.

Naast vette vis heb ik mijn koolhydraatname flink verminderd en deze in balans gebracht met andere bouwstoffen. Het is mij gelukt om binnen korte tijd mijn glucosewaarden en HbA1c onder controle te krijgen én te houden. Ik ontdekte welke 'knoppen' ik moest bedienen om in balans te komen en te blijven. Mijn artsen vroegen mij vervolgens mijn herstelplan te beschrijven en te bespreken. Vanaf dat moment ben ik mij gaan inzetten voor mensen met diabetes type 2 en zo is Diavantis ontstaan.

Kun je Diavantis als organisatie omschrijven?

Dat vind ik een bijzondere vraag, want eigenlijk ben ik Diavantis. Ik ben de grondlegger en Diavantis ontwikkelt zich momenteel tot een professionele organisatie, geleid door een toegewijd team dat mensen met diabetes type 2 helpt om medicatiearm of zelfs zonder medicatie gezonder oud te worden.

Wat heeft Diavantis jou tot nu toe gebracht?

De afgelopen jaren heb ik veel mensen met diabetes type 2 begeleid via het herstelprogramma en mijn eigen ervaringen. Het programma heeft veel deelnemers in staat gesteld om weer regie en verantwoordelijkheid te nemen over hun ziekte. Dat ging niet vanzelf, want iedereen moet zelf op zoek naar de wortels van het ontstaan van de ziekte en de handvatten om weer in balans te komen. Het geeft mij veel voldoening om mensen met diabetes type 2 te helpen. Met veel deelnemers heb ik nog regelmatig contact.



IK WIL 1,2 MILJOEN MENSEN MET DIABETES TYPE 2 GEZONDER OUDER LATEN WORDEN

Waar zit volgens jou de kracht van het herstelprogramma?

Mensen die deelnemen aan het programma willen écht een oplossing voor hun ziekte. Wij reiken de handvatten aan en nemen ze mee in het proces om meer regie te krijgen over hun gezondheid. We verdiepen ons in hun achtergrond, verbinden en anticiperen samen met hen, zodat ze zich veilig voelen. Ze krijgen immers dagelijks al te maken met tegenslagen en verleidingen. Wij helpen ze deze te weerstaan.

Diavantis werkt nu samen met de RUG en Elastique Health aan een digitale applicatie voor het herstelprogramma DiavantisWijze(r). Wat vind jij van deze innovatie?

Ik heb altijd gezegd dat ik 1,2 miljoen mensen met diabetes type 2 wil helpen gezonder oud te worden. Met deze technologische ontwikkeling zetten we een grote stap in die richting. Dankzij subsidies van SNN hebben we een haalbaarheidsonderzoek gedaan en hieruit is het projectplan Diabetes2CARE voortgekomen. Dit plan is goedgekeurd voor een Europese subsidie door EFRO/SNN in januari 2025, voor een periode van drie jaar. Deze toekenning geeft ons een enorme boost om de digitale applicatie door te ontwikkelen. Samen met partners en leveranciers werken we hard om deze 'buddy' goed te laten aansluiten op de wensen van de deelnemers.

Wat verwacht je ervan?

Ik ben praktisch ingesteld en wil vooral zien dat het werkt voor de deelnemers. Daarom worden alle onderdelen wetenschappelijk én op gebruiksniveau gevalideerd. We willen aantonen dat deze digitale applicatie wetenschappelijke meerwaarde biedt ten opzichte van bestaande programma's en écht aansluit bij de gebruiker. Het heeft geen zin als de app straks klaar is en alleen maar op de plank blijft liggen.

Een belangrijk onderdeel is dat deelnemers de app blijven gebruiken als 'hun beste maatje'. Waarom is dat volgens jou cruciaal?

Deelnemers moeten het gevoel krijgen dat ze in een warm bad terechtkomen, dat de app hen begrijpt en hun taal spreekt. Ook moet de app ze betrokken houden. Als er even geen input is, krijgt de deelnemer een herinnering, precies op de manier zoals hij of zij dat prettig vindt.

Even een stip op de horizon: hoe ziet de wereld voor mensen met diabetes type 2 eruit als de app beschikbaar is?

Dat zou geweldig zijn voor mensen die zo graag medicatiearm of vrij willen leven. Juist voor hen kan deze 'buddy' het verschil maken. We moeten de mindset veranderen van: 'ik moet van de dokter afvallen, meer bewegen, gezonder eten', naar: 'ik wil zélf mijn gewicht onder controle krijgen, gezond en lekker eten'. Daar word ik gelukkig van.

Tot slot, wat wens jij mensen met diabetes type 2 toe?

Dat kan ik kort houden: dat zij medicatiearm of -vrij worden én blijven en daardoor een betere kwaliteit van leven ervaren



Grip op diabetes type 2

samen naar een medicijnvrije toekomst.

