

Wereld Diabetes Dag: Eyes on Diabetes én Alcohol

Wereld Diabetes dag op 14 november draagt dit jaar het thema Eyes on Diabetes. Met dit thema vragen instanties aandacht voor de screening van diabetes en het voorkómen van complicaties bij mensen met diabetes. Alcoholconsumptie heeft invloed op het risico op het krijgen van diabetes type 2 en complicaties bij diabetes. Overmatige consumptie is een risicofactor terwijl matige consumptie een licht beschermende werking kan hebben.

Filmpje over alcoholconsumptie bij diabetes

De meeste mensen met diabetes kunnen veilig met mate bier of andere alcoholhoudende dranken drinken. Voor mensen die insuline of medicijnen gebruiken die het bloedglucosegehalte verlagen zijn er wel een paar aandachtspunten als ze alcohol willen drinken. Kennisinstituut Bier illustreert in samenwerking met Diabetesvereniging Nederland (DVN) in een [korte animatie](#) hoe mensen op een verantwoorde manier alcohol kunnen drinken. Van belang is dat de mogelijke daling van de bloedglucosewaarde wordt voorkomen. Bij matige alcoholconsumptie kunnen er zelfs gezondheidsvoordelen zijn. Het kan de insulinegevoeligheid verbeteren en kan het risico op hart- en vaatziekten verlagen. Overmatige consumptie heeft juist meerdere negatieve effecten.

Matig versus overmatig

Dat matige alcoholconsumptie de insulinegevoeligheid kan verbeteren en het risico op hart- en vaatziekten kan verlagen geldt voor mensen met en zonder diabetes. Het maakt dan niet uit of je bier of wijn drinkt. Uit vele onderzoeken blijkt dat dit verband een zogenaamde J-curve volgt. Dus een beschermend effect heeft bij matige consumptie en een verhoogd risico bij overmatige consumptie. Uiteraard is het niet de bedoeling om vanwege gezondheidseffecten te beginnen met drinken.

Voorlichtingsmateriaal

Kennisinstituut Bier vatte al eerder alle wetenschappelijke literatuur op het gebied van verantwoorde bierconsumptie en gezondheid samen in het boekje '[Bier en Gezondheid – Verantwoorde consumptie als onderdeel van een gezonde levensstijl](#)'. Een van de hoofdstukken gaat over diabetes en is samengevat in deze [infographic](#). Gezondheidsprofessionals kunnen gratis een gedrukt exemplaar van de infographic [bestellen](#).

Voluit leven

DVN en Kennisinstituut Bier werkten al eerder samen aan voorlichtingsmateriaal over [Diabetes & Alcohol](#). Communicatieadviseur Anne-Marie Eerenstein licht toe: "Diabetesvereniging Nederland heeft als doel om mensen met diabetes voluit te laten leven. Een glaasje alcohol mag dan best. Voorlichting is daarbij wel belangrijk. Dit filmpje en het eerdere voorlichtingsmateriaal over diabetes en alcohol helpen om dit onderwerp inzichtelijk en bespreekbaar te maken."

Wereld Diabetes Dag

Op 14 november 1991 is Wereld Diabetes Dag in het leven geroepen door de International Diabetes Federation (IDF) en de World Health Organization (WHO). Diabetes begon toen een steeds groter gezondheidsprobleem te worden over de hele wereld en wordt nu zelfs een epidemie genoemd. Met deze dag wilden de organisaties meer aandacht vragen voor diabetes.

PERSBERICHT

Kennisinstituut Bier is het wetenschappelijke instituut op het gebied van verantwoorde bierconsumptie in relatie tot gezondheid. Kennisinstituut Bier doet onderzoek naar de biomedische, psychosociale en voedingskundige aspecten van verantwoorde bierconsumptie. Daarnaast vertaalt Kennisinstituut Bier wetenschappelijke kennis naar praktisch toepasbare hulpmiddelen voor met name professionals.



Voor meer informatie (niet voor publicatie)

Ir. Ivonne Sleutels, communicatieadviseur Kennisinstituut Bier

Telefoon: 0317-750 620/06-42609914

E-mail: sleutels@kennisinstituutbier.nl