

2008

Cursus

# De overgang als risicofactor

diabetes, hart- en vaatziekten en osteoporose

## WETENSCHAP EN PRAKTIJK

Maandagavond	21 januari 2008	Leidschendam
Donderdagavond	14 februari 2008	Meppel
Dinsdagavond	11 maart 2008	Eindhoven
Maandagavond	7 april 2008	Utrecht

Accreditatie is aangevraagd bij de EADV en de CADP

# De overgang als risicofactor

## diabetes, hart- en vaatziekten en osteoporose

Door de hormonale veranderingen tijdens de overgang (climacterium) verslechtert het risicoprofiel voor chronische ziekten als diabetes type 2 en hart- en vaatandoeningen, verloopt het osteoporoseproces sneller en ervaren veel vrouwen overgangsklachten. Hormoontherapie kan tijdelijk verlichting geven, maar een gezonde leefstijl met een passende voeding kan op de langere termijn de gevolgen van de overgang grotendeels pareren.

Tijdens de overgang daalt het serum oestrogeengehalte geleidelijk tot circa 20% van de oorspronkelijke waarde, omdat de productie in de eierstokken stopt. De sterke daling resulteert in een verslechtering van het bloedlipidenpatroon, waarschijnlijk omdat de stimulerende werking van oestrogenen op de vorming van HDL-cholesterolgehalte wegvalt. Minder HDL-cholesterol betekent een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. Deze vormen de belangrijkste doodsoorzaak voor vrouwen na de overgang. Vrouwen met diabetes zijn extra kwetsbaar.

De lage oestrogeenspiegels hebben ook een nadelig effect op de botsterkte. Oestrogenen stimuleren de calciumopname en remmen de botafbraak. Dit hormonale effect valt grotendeels weg, waardoor versneld osteoporose ontstaat.

De schommelende hormoonspiegels verstoren tevens fysiologische processen, zoals de temperatuurregulatie en de glucoseregulatie bij diabetes mellitus type 1 en 2. Opvliegers en moeilijk in te stellen patiënten zijn het resultaat. Ook andere klachten zoals stemmingswisselingen zijn toe te schrijven aan de hormoonhuishouding die op zoek is naar een nieuw evenwicht. Dit zijn alle tijdelijke klachten.

Veel vrouwen worden zwaarder in deze levensperiode. Deze gewichtstoename is echter, net als bijvoorbeeld gewrichtsklachten, geen gevolg van het dalende oestrogeengehalte. Ze horen bij het ouder worden.

Om uw cliënten gerichter te kunnen begeleiden biedt de cursus wetenschappelijke achtergronden en praktische adviezen voor de begeleiding van vrouwen in de overgang. Een gezonde leefstijl met een passende voeding kan veel voor hen betekenen.

17.30 uur    Ontvangst en registratie

18.00 uur    **KENNISTEST**

Avondvoorzitter: H.M. van der Heyde-Heemskerk, diabetesverpleegkundige ziekenhuis St Jansdal, Harderwijk en bestuurslid EADV

18.10 uur    **WETENSCHAP**

Dr. H.W. de Valk, internist-endocrinoloog Universitair Medisch Centrum Utrecht  
*De hormonale veranderingen tijdens de overgang hebben gevolgen voor de gezondheid: tijdelijk en blijvend; direct en indirect. Wat zijn de wetenschappelijke achtergronden en voor wie is welke behandeling, zoals hormoontherapie, geïndiceerd?*

19.30 uur    Pauze

20.00 uur    **PRAKTIJK**

E.S. Walgemoet, diëtist Gelre ziekenhuizen, locatie Apeldoorn  
H. Rijsdijk, verpleegkundig-overgangsconsulent Care for Women, Capelle aan den IJssel  
*De begeleiding van vrouwen in de overgang vraagt speciale aandacht. Praktische voedings- en leefstijladviezen kunnen veel betekenen: voor de lastige glucoseregulatie, voor de overgangsongemakken, maar ook voor de gezondheidseffecten op de langere termijn.*

21.30 uur    Einde

## AANMELDKAART

U kunt zich ook aanmelden via de website [www.pitactief.nl](http://www.pitactief.nl) -> scholingsaanbod

Achternaam	Voorvoegsel	
Voorletters	<input type="radio"/> Man	<input type="radio"/> Vrouw
Bedrijf/instelling	Functie	
Postadres	Nummer	
Postcode	Plaats	
E-mail	Telefoon	

Wilt u hieronder de bijeenkomst aankruisen die u wilt bijwonen?

- |  |                                    |
|--|------------------------------------|
| <input type="radio"/> Maandag 21 januari 2008    | <input type="radio"/> Leidschendam |
| <input type="radio"/> Donderdag 14 februari 2008 | <input type="radio"/> Meppel       |
| <input type="radio"/> Dinsdag 11 maart 2008      | <input type="radio"/> Eindhoven    |
| <input type="radio"/> Maandag 7 april 2008       | <input type="radio"/> Utrecht      |

(Buitengewoon-)lid EADV, NVDA, NVHV

- |   |       |
|---|-------|
| <input type="radio"/> Ja (€ 55,00), lidmaatschapsnummer | _____ |
| <input type="radio"/> Nee (€ 70,00)                     |       |

Is het factuuradres gelijk aan het bovenvermelde adres?

- |                          |   |
|--------------------------|---|
| <input type="radio"/> Ja | <input type="radio"/> Nee, de juiste factuurgegevens zijn |
|--------------------------|---|

Bedrijf/instelling	Afdeling
Postadres	Nummer
Postcode	Plaats

De betrokken organisaties houden u graag op de hoogte van activiteiten, die voor u van belang kunnen zijn.

Indien u geen informatie wilt ontvangen, kunt u dat hieronder aankruisen.

- |  |
|--|
| <input type="radio"/> Mijn gegevens zijn niet beschikbaar anders dan voor cursuscorrespondentie. |
|--|

Datum	Handtekening
-------	--------------

De ingevulde aanmeldkaart graag sturen aan PIT Actief, Postbus 76, 5384 ZH Heesch of per fax 0412-457402.

## GEZONDE KENNIS 2008

Het Campina Institute organiseert sinds 2003 Gezonde kennis bijeenkomsten met professionals. De Gezonde kennis bijeenkomst 'De overgang als risicofactor' is een gezamenlijk initiatief van de **EADV** (de beroepsorganisatie voor diabeteszorgverleners), de **NVDA** (Nederlandse Vereniging van Doktersassistenten), de **NVHVV** (Nederlandse Vereniging voor Hart en VaatVerpleegkundigen) en het Campina Institute. Eerdere Gezonde kennis bijeenkomsten voor verpleegkundigen en praktijkondersteuners waren 'Voeding, overgewicht en diabetes' in 2006 en 'Voeding en leefstijl als medicijn' in 2007.



De **EADV** (de beroepsorganisatie voor diabeteszorgverleners) staat voor transparante zorgverlening aan mensen met diabetes en hun omgeving. De zorgverlening vindt plaats vanuit een holistische benadering en op basis van wederzijds respect/gelijkwaardigheid. Het doel is de autonomie van de mens met diabetes te vergroten door empowerment.



**NVDA** (Nederlandse Vereniging van Doktersassistenten), behartigt de belangen van doktersassistenten en praktijkondersteuners in diverse werkvelden. Daarnaast zorgt de NVDA voor positieverbetering, arbeidsvoorwaarden en scholing.



**NVHVV** (Nederlandse Vereniging voor Hart en VaatVerpleegkundigen) staat voor professionele verpleegkundige zorg voor patiënten met hart- en vaatziekten. Dit wil zij bereiken door deskundigheidsbevorderende activiteiten voor hart- en vaatverpleegkundigen te organiseren.



In het **Campina Institute** komen wetenschap en zuivel samen. Het Campina Institute biedt informatie en advies aan professionals op wetenschappelijke basis over voeding, zuivel en gezondheid.

## PRAKTISCHE GEGEVENS

Datum en plaats	21 januari 2008 14 februari 2008 11 maart 2008 7 april 2008 Alle locaties zijn in de nabijheid van het treinstation.	Leidschendam, Green Park Hotel Meppel, Theater Ogterop Eindhoven, Holiday Inn Utrecht, NH hotel
Doelgroep	De cursus 'De overgang als risicofactor' is een post-HBO nascholing voor verpleegkundigen, zoals diabetes- en vasculairverpleegkundigen en praktijkondersteuners. Geïnteresseerde doktersassistenten en anderen zijn welkom.	
Tijd	17.30 uur – 21.30 uur	
Initiatief	EADV, de beroepsorganisatie voor diabeteszorgverleners ( <a href="http://www.eadv.nl">www.eadv.nl</a> ) Nederlandse Vereniging van Doktersassistenten ( <a href="http://www.nvda.nl">www.nvda.nl</a> ) Nederlandse Vereniging voor Hart en VaatVerpleegkundigen ( <a href="http://www.nvhvv.nl">www.nvhvv.nl</a> ) Campina Institute ( <a href="http://www.campina-institute.nl">www.campina-institute.nl</a> )	
Realisatie	PIT Actief ( <a href="http://www.pitactief.nl">www.pitactief.nl</a> )	
Informatie	PIT Actief, E: <a href="mailto:diabetes@pitactief.nl">diabetes@pitactief.nl</a> , T: 020-6266694/035-6024615, F: 0412-457402, W: <a href="http://www.pitactief.nl">www.pitactief.nl</a> en <a href="http://www.campina-institute.nl">www.campina-institute.nl</a>	
Kosten	(Buitengewoon-)leden EADV, NVDA, NVHVV	€ 55,00
	Niet-leden	€ 70,00
Aanmelden	U kunt zich opgeven via de website <a href="http://www.pitactief.nl">www.pitactief.nl</a> -> scholingsaanbod of door bijgaande aanmeldkaart ingevuld op te sturen of te faxen. Uw inschrijving is definitief na ontvangst van de bevestiging met bijbehorende factuur. Deze worden u binnen 2 weken na inschrijving per post toegezonden. Aanmelden verplicht tot betalen. Bij annulering tot uiterlijk 3 weken voor de cursusdag bent u € 15,00 administratiekosten verschuldigd.	
Accreditatie	Accreditatie is aangevraagd bij de CADP en de EADV.	