



Je zal het maar hebben.

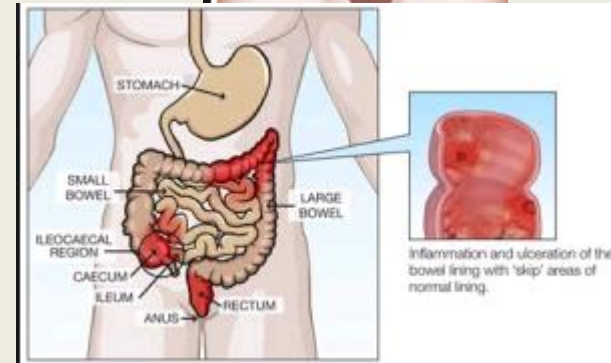
Zij geven IBD een gezicht
#IkhebIBD

Een darmziekte en nu?



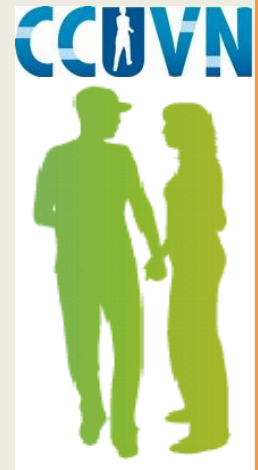
Welke darmziekte?

- Coeliakie
- Prikkelbare Darm syndroom
- De ziekte van Crohn
- Colitis ulcerosa



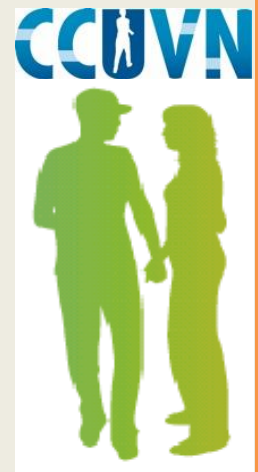
Feiten

- 1 op 100 mensen heeft glutenallergie
- 1,5 tot 2,5 miljoen mensen hebben PDS
- 38.000 mensen met een stoma in Nederland. Daar komen ieder jaar 7.000 bij.
- 1 op de 5 mensen heeft last van anale klachten
- 80.000 mensen met IBD
- Stijging jaarlijks 2500/300



Wat is crohn en wat is colitis

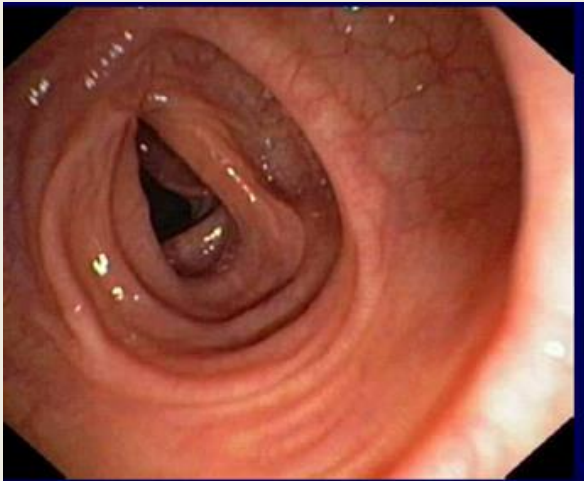
- Lengte van de dunne en dikke darm
- Ontstekingen in de darm
- Buikpijn, diarree, koorts
- Slechte opname van voeding
- Gewichtsverlies, groeiachterstand kids
- Hoe ziet het er uit?



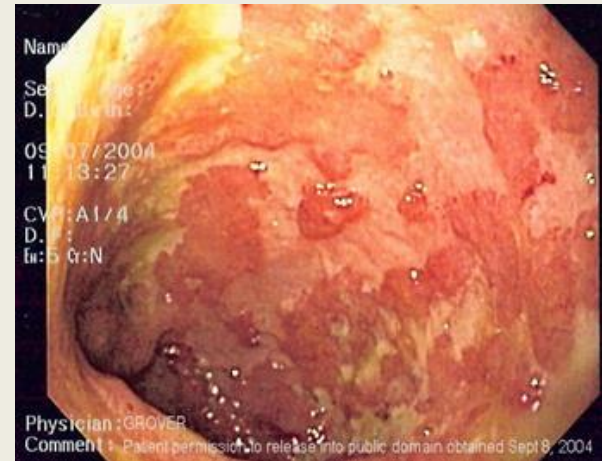
Wat is crohn en wat is colitis



Wat is crohn en wat is colitis



Beeld gezonde darm
binnenkant



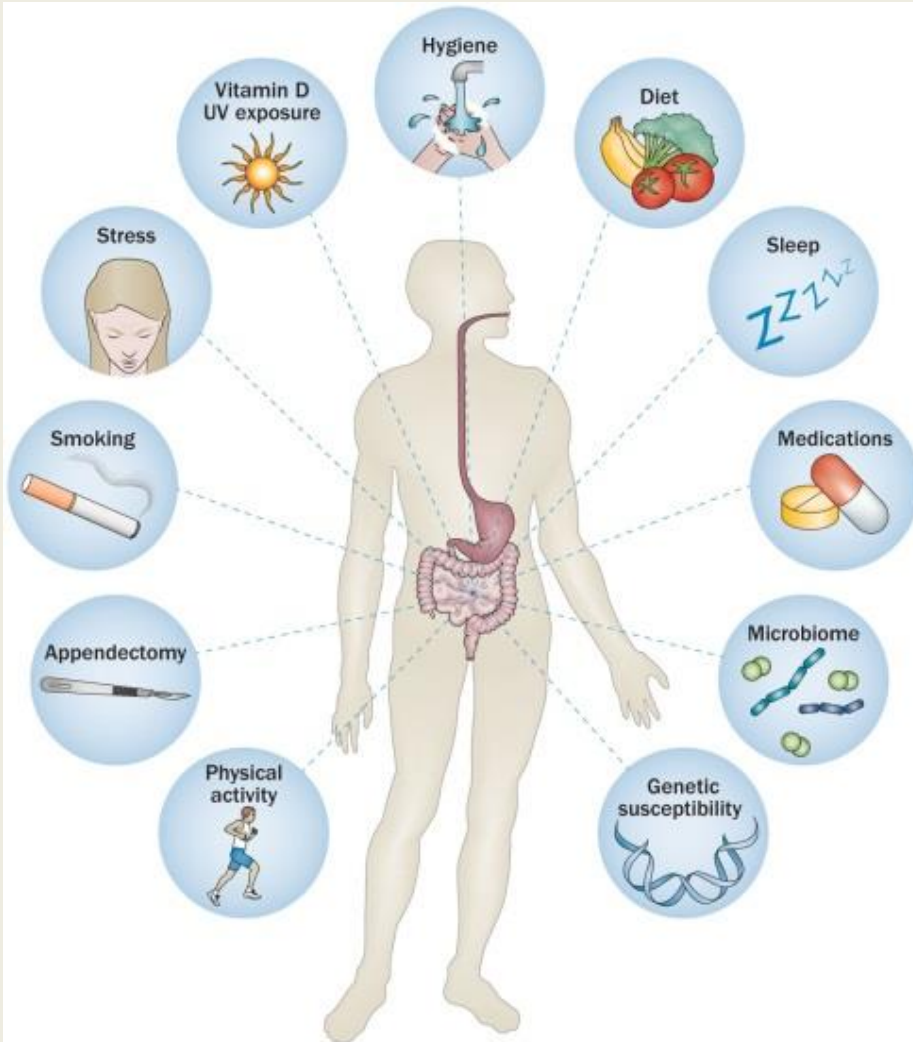
Beeld colitis ulcerosa



Beeld ziekte van Crohn



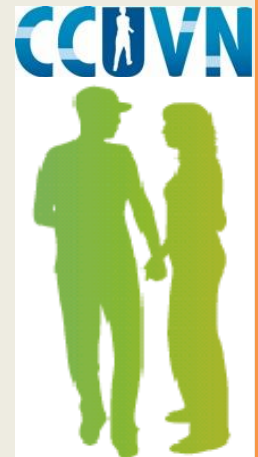
Oorzaak IBD



Nature Reviews | Gastroenterology & Hepatology

Is nog onbekend, maar deze onderdelen kunnen bijdragen aan het ontwikkelen van de ziekte van Crohn of colitis ulcerosa.

IBD is de Engelse verzamelnaam voor de bovengenoemde darmziektes.

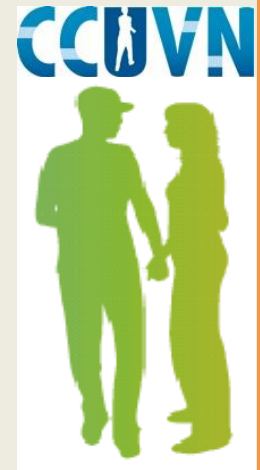


Hoe ga je zelf er mee om?

- Informatie
- Behandeling
- Voeding
- Omgeving
- Toekomst



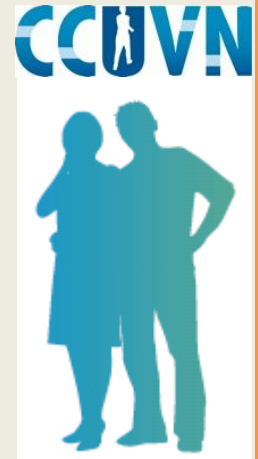
Behandeling



Voeding helpt bij IBD?

Advies arts/diëtist	Advies omgeving/patiënt
Geen speciaal dieet	Met dieet wordt de ziekte beter
Bij tekorten/klachten/problemen: dieet aanpassen	Volgen van sc-dieet, oer- of paleodieet. Weglaten lactose? gist? gluten?
Te snel en ongewenst afvallen: energie- en eiwitverrijkt dieet	Heerlijk, eindelijk van dat overgewicht af
Vitaminepillen niet nodig tenzij vastgestelde tekorten	Extra vitaminepillen nemen
Bij pouch: advies probioticagebruik	Pre- en probiotica helpt echt

Omgeving



Meer bekendheid

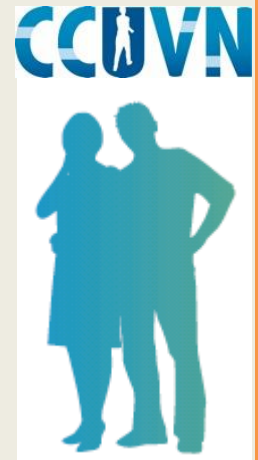
- 19 mei wereld IBD-dag
- Stoer met IBD start
- 2 september FietsmeevoorIBD
- Openbare toiletten actie



#ikhebIBD



Nydia: Vraag me niet hoe 't gaat. Luister naar me, ik weet dat je niks kan doen. Het is mijn strijd, spreek me moed in wanneer ik het op wil geven.



Hoe ziet mijn toekomst eruit?

- Meer onderzoek naar oorzaak en gevolg
- Onderzoek naar dieet voor IBD
- Aanpassen levensstijl

De Schijf van Vijf in een notendop



*Nee, ik ben
niet op dieet.
Ik verander
mijn levensstijl*

Om te onthouden

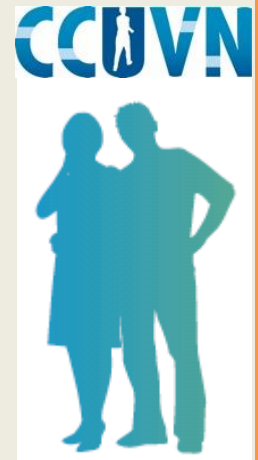
- IBD zijn onzichtbare en ernstige ziektes
- Verloop is per persoon wisselend
- Hoe jonger, hoe ernstiger verloop
- Veel bijwerkingen van medicatie en ziekte
- Omgeving heeft een mening, maar weet niet wat de ziekte echt is
- Aandacht voor de mens achter de ziekte heel belangrijk

CCUVN



Crohnjuweel Angie

- https://www.youtube.com/watch?v=w8hujN8_wol





CCUVN

Crohn en Colitis Ulcerosa
Vereniging Nederland

Voor meer informatie,
vragen en antwoorden
belt u met de CCUVN:
0348-420780
Werkdagen van 10.00-
14.30 uur.