

4 november2019

Begrijpelijkheid van de PIF en de vragenlijst

MAIL Erasmus MC

Missie

Het terugdringen van grote gezondheidsverschillen.

Uitgangspunt

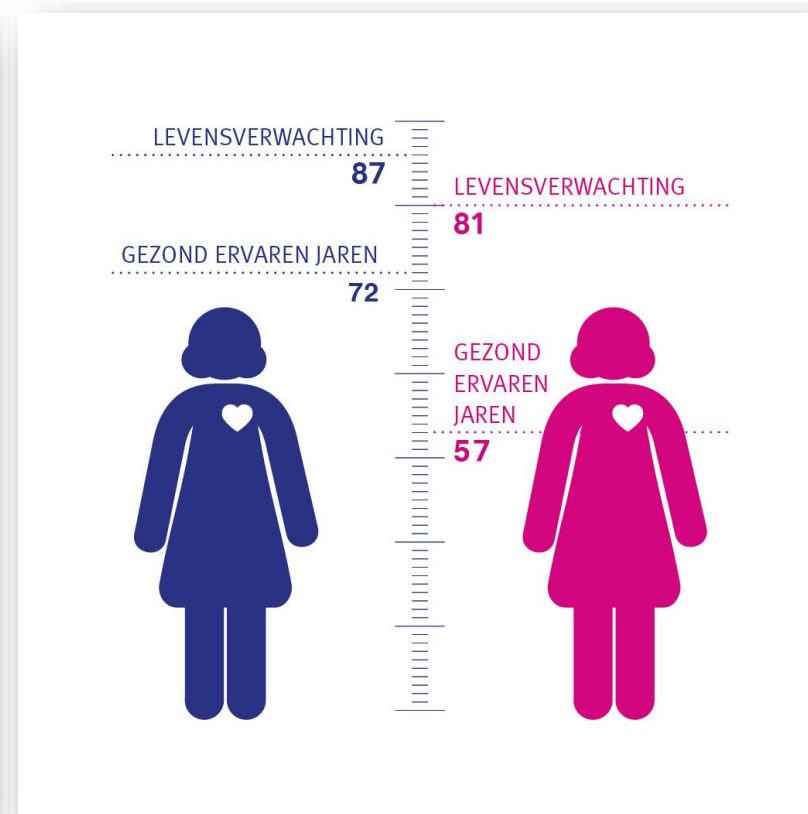
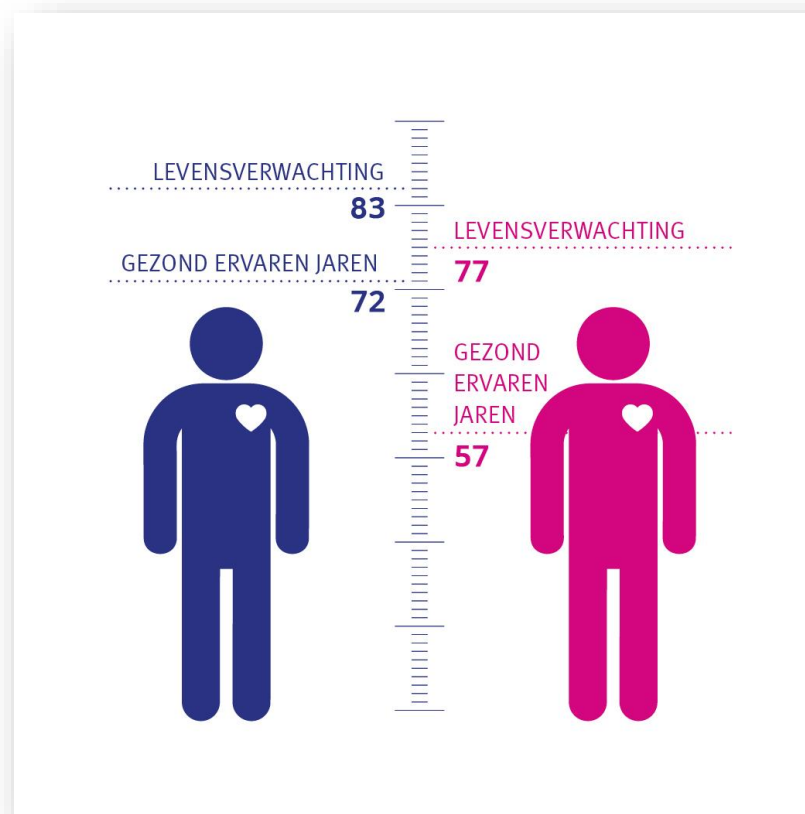
Gezondheid en kwaliteit van zorg voor iedereen in Nederland.



Gezondheidsverschille

Mensen met een laag onderwijsniveau:

- Overlijden zes jaar eerder
- Leven 15 jaar in minder goed ervaren gezondheid



Laaggeletterdheid en beperkte gezondheidsvaardigheden

- Geletterdheid is belangrijk voor de mate van gezondheidsvaardigheid.
- Andere factoren:
 - opleidingsniveau
 - sociaal-economische status
 - participatie
 - leeftijd
 - taalbarrière



36%

van de Nederlanders heeft
beperkte gezondheidsvaardigheden



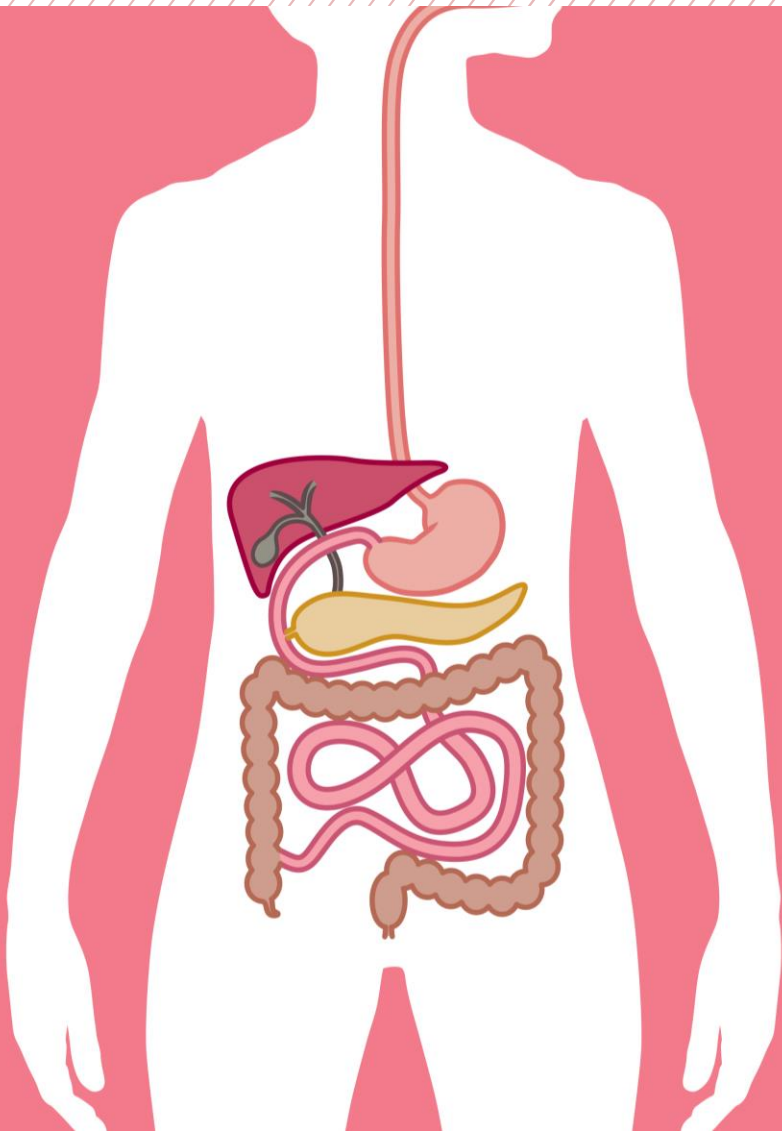
2,5 miljoen

Nederlanders zijn laaggeletterd

DEFINITIE

Beperkte gezondheidsvaardigheid en

Gezondheidsvaardigheden zijn de vaardigheden van individuen om informatie over gezondheid te **verkrijgen**, te **begrijpen**, en te **gebruiken** bij het nemen van beslissingen over hun gezondheid.



Enkele voorbeelden van deze vaardigheden

- hoofd- en bijzaken onderscheiden
- samenvatten
- categoriseren
- plannen
- overzicht houden
- abstract denken
- reflecteren op jezelf

Kies hier uw routenummer en volg uw route

Afsprakenbureau / ponsplaatjes	40	Geheugenpoli	16	Maag Darm Levercentrum	5
Ambulatorium	132	Van Gelrezaal	131	Maatschappelijk werk	27 en 5
Anaesthesie	108	Geriatric	52	Maatschappelijk werk	8
		Gipskamer	139	Mammacare / mammapoli	4
Bekkenfysiotherapeute	via 50	Gynaecologie	154	Medische microbiologie	11
Bestuur, management en staf	91			MS- / Parkinson verpleegkundige	10
Bezoekersrestaurant De Pelikaan	97	Hartfalenpoli	14	Munsterzaal 1 t/m 6	7
Bloedafname / afgifte urine	35	Hartrevalidatie	37		
Bloedbank (Sanquin)	127	Huiskamer geriatric		Neurochirurgie	3
		(Dagkliniek)	52	Neurologie	10
Cardiologie	14			Nucleaire geneeskunde	30
Chirurgie	48	IC/CCU	106		
Centraal klinisch chemisch en haematologisch lab (CKCH-lab)	128	Interne geneeskunde	20	Oogheelkunde	43
				Opname	41
		Kaakchirurgie	17	Orthopedie	120
Dermatologie	156	Kapel	119	Orthopedisch schoen- en instrumentmaker	38
Diabeteszorg	28	Kindergeneeskunde	84		
Dialyse	95	Klinische neurofysiologie (KNF)	34		
Diëtetiek	123	KNO-heelkunde	152	PAAZ	110
				Pathologie	116
Ergotherapie	61	Logopedie	37	Patientenservicebureau (PSB)	38
		Longfunctie	55	Personeelsrestaurant	50
		Longgeneeskunde	55	Pijnbehandeling Verpleegafg C1	
		Longverpleegkundige	55	Pijnpoli Verpleegafg C1	
				Poliklinische echokamer	77
				Ziekenhuis apotheek	

Relatie tussen opleiding en gezondheid

Lager opgeleiden hebben:

- Meer astma en COPD, diabetes, kanker, hart- en vaatziekten en psychische problemen
- Sterftekans: 1,5 tot 2 maal hoger sterfterisico voor ouderen
- Minder therapietrouw

11%

De prevalentie van Diabetes Mellitus is 11% onder mensen met basisonderwijs als hoogste opleiding. Bij mensen met een WO opleiding is dat 2,3%

Medicatiegebruik



- Innamemoment onduidelijk
- Uiterlijk pillen verandert steeds
- Onduidelijkheid na medicatiewissel
- Stoppen als klachten over zijn
- Baxter is ingewikkeld

Uitleg medicijnen



- https://www.youtube.com/watch?v=u_0GN9XA9gk

Wat moet er op het etiket?

oude etikettekst	nieuwe etikettekst	Beperkte gezondheidsvaardigheden % goed geantwoord (huidig vs. optimalisatie)	Voldoende gezondheidsvaardigheden % goed geantwoord (huidig vs. optimalisatie)
2x per dag 2 capsules	ochtend 2 capsules avond 2 capsules	↑ 30,2% - 78,6%	↑ 58,1% - 97,7%

Nieuwe tekst wordt beter begrepen door iedereen!

Communicatie



'EEN NEGATIEVE
UITSLAG KRIJGEN'

- Mondeling
- Schriftelijk
- Digitaal
- Visueel ondersteunen

Beeldmateriaal - voorlichting

- Mondelinge uitleg met plaatjes worden het beste onthouden
- Plaatjes moeten:
 - Bij de beleving van de patiënt
 - Concreet zijn
 - Eenduidig zijn





Is uw astma onder controle?

Doe de 30 seconde astmacontroletest!

gsk GlaxoSmithKline

Astma Fonds

in samenwerking met:



Den Haag

Geen snorfietsen door Grote Marktstraat



Wat geen snorfietsen door de Grote Marktstraat
Wanneer vanaf 1 oktober
Waar Grote Marktstraat e.o.

Den Haag openbaar vervoer
maakt het fiets parkeren op auto orde

Kijk voor meer informatie op www.denhaag.nl/centrum





MAIL materialen

proefpersoneelsinformatie voor deelname aan medisch-wetenschappelijk onderzoek

Vragenlijst voor het verbeteren van een informatiebrief over een contactonderzoek

MAIL-project: Naar een eenduidige en duidelijke communicatie over BRMO van zorginstellingen in de regio naar patiënten.

Geachte heer/mevrouw,

Wij vragen u om mee te doen aan een medisch-wetenschappelijk onderzoek. U ontvangt deze brief omdat u in het verleden kweken heeft afgenomen in het kader van een contactonderzoek naar bijzonder resistente micro-organismen (BRMO).

Voordat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, leggen wij u uit wat het onderzoek inhoudt. Neem de tijd om deze informatie goed te lezen, te bespreken met anderen en aarzel niet om vragen aan ons te stellen. U beslist zelf of u mee wilt doen. Onderaan deze brief vindt u onze contactgegevens.

1. Algemene informatie

Dit onderzoek is opgezet door het ABR Zorgnetwerk Zuidwest-Nederland en wordt gedaan door deskundigen infectiepreventie in verschillende ziekenhuizen. De medisch-ethische toetsingscommissie (METC) van het Erasmus MC heeft dit onderzoek goedgekeurd.

2. Doel van het onderzoek

Het doel van het MAIL-project is om informatie die de verschillende zorginstellingen in onze regio aan patiënten geven over BRMO en contactonderzoeken af te stemmen op elkaar, samen met huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde, GGD én patiënten. De gegeven informatie wordt daardoor zoveel mogelijk hetzelfde en duidelijk voor alle betrokken partijen.

3. Achtergrond van het onderzoek

Af en toe wordt bij een patiënt in het ziekenhuis onverwachts een bijzonder resistent micro-organisme (BRMO) gevonden. BRMO is een verzamelnaam voor bacteriën die ongevoelig zijn geworden voor antibiotica, waardoor sommige soorten antibiotica minder goed werken. Afhankelijk van het soort BRMO wordt dan een contactonderzoek uitgezet om eventuele niet-gedetecteerde dragers te vinden die de BRMO ook bij zich hebben en daarmee verdere verspreiding tegen te gaan. Als patiënten nog opgenomen liggen, worden de screeningskweken in het ziekenhuis afgenomen. Als patiënten overgeplaatst zijn, wordt door de desbetreffende zorginstelling gekweekt. Als patiënten reeds thuis zijn, krijgen zij van het ziekenhuis een brief met daarin informatie over het contactonderzoek en wordt hen de mogelijkheid geboden zichzelf te (laten) controleren op de betreffende BRMO.

Patiënten die in meerdere ziekenhuizen komen krijgen van deze ziekenhuizen verschillende informatie over BRMO en contactonderzoeken. De onduidelijkheid die dan ontstaat kan bij



sticker studiecode

Ziekenhuis:
Contactonderzoek naar BRMO: MRSA / CPE / VRE / resistente ~~Acinetobacter~~ / carbapenemase, positieve Pseudomonas

Deel 1: Algemene vragen

De vragenlijst begint met een paar vragen over uzelf. We verwerken uw antwoorden anoniem. Wij bedelen hiermee dat we uw naam niet bij de antwoorden bewaren en niet aan uw ziekenhuis vertellen wat u heeft ingevuld.

Vraag 1

Wat is uw geslacht?

- Vrouw
 Man
 Anders

Vraag 2

Hoe oud bent u?

..... jaar

Vraag 3

Hoe woont u?:

- In een zorginstelling, namelijk..... → door naar vraag 5
 Zelfstandig → door naar vraag 4

Vraag 4

Zijn er thuiswonende kinderen onder de 18 jaar?

- Ja
 Nee

Indien ja → hoe oud zijn uw kinderen?

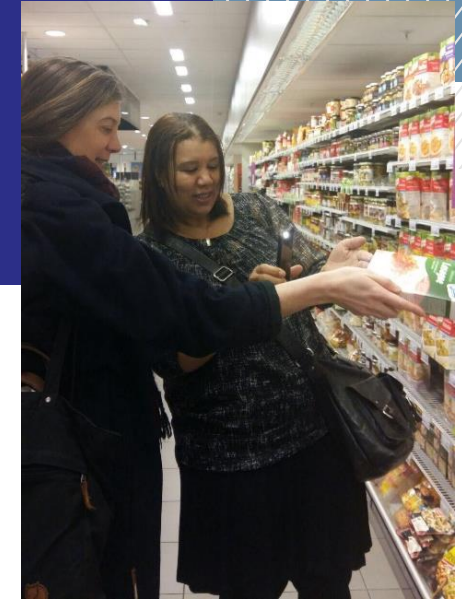
Vraag 5

Wat is uw hoogst afgeronde school of opleiding?

- Geen opleiding
 Lagere school
 Middelbare school
 Beroepsopleiding
 Universiteit

Herschrijven en testen met Taalambassadeurs

Herschrijven door twee adviseurs van Pharos



Testronde met Taalambassadeurs van Stichting ABC

- 1-op-1 testen
- Hardop-denken
- Interpretatie van beelden
- Voorlezen
- Vraag om tips



Voorbeeld Herschrijfronde PIF : Zoek de verschillen

proefpersooninformatie voor deelname aan medisch-wetenschappelijk onderzoek

Vragenlijst voor het verbeteren van een informatiebrief over een contactonderzoek

MAIL-project: Naar een eenduidige en duidelijke communicatie over BRMO van zorginstellingen in de regio naar patiënten.

Geachte heer/mevrouw,

Wij vragen u om mee te doen aan een medisch-wetenschappelijk onderzoek. U ontvangt deze brief omdat u in het verleden kweken heeft afgenomen in het kader van een contactonderzoek naar bijzonder resistente micro-organismen (BRMO). Voordat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, leggen wij u uit wat het onderzoek inhoudt. Neem de tijd om deze informatie goed te lezen, te bespreken met anderen en aarzel niet om vragen aan ons te stellen. U beslist zelf of u mee wilt doen. Onderaan deze brief vindt u onze contactgegevens.

1. Algemene informatie

Dit onderzoek is opgezet door het ABR Zorgnetwerk Zuidwest-Nederland en wordt gedaan door deskundigen infectiepreventie in verschillende ziekenhuizen. De medisch-ethische toetsingscommissie (METC) van het Erasmus MC heeft dit onderzoek goedgekeurd.

2. Doel van het onderzoek

Het doel van het MAIL-project is om informatie die de verschillende zorginstellingen in onze regio aan patiënten geven over BRMO en contactonderzoeken af te stemmen op elkaar, samen met huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde, GGD én patiënten. De gegeven informatie wordt daardoor zoveel mogelijk hetzelfde en duidelijk voor alle betrokken partijen.

3. Achtergrond van het onderzoek

Af en toe wordt bij een patiënt in het ziekenhuis onverwacht een bijzonder resistent micro-organisme (BRMO) gevonden. BRMO is een verzamelnaam voor bacteriën die ongevoelig zijn geworden voor antibiotica, waardoor sommige soorten antibiotica minder goed werken. Afhankelijk van het soort BRMO wordt dan een contactonderzoek uitgezet om eventuele niet-gedetecteerde dragers te vinden die de BRMO ook bij zich hebben en daarmee verdere verspreiding tegen te gaan. Als patiënten nog opgenomen liggen, worden de screeningskweken in het ziekenhuis afgenomen. Als patiënten overgeplaatst zijn, wordt door de desbetreffende zorginstelling gekweekt. Als patiënten reeds thuis zijn, krijgen zij van het ziekenhuis een brief met daarin informatie over het contactonderzoek en wordt hen de mogelijkheid geboden zichzelf te (laten) controleren op de betreffende BRMO.

Patiënten die in meerdere ziekenhuizen komen krijgen van deze ziekenhuizen verschillende informatie over BRMO en contactonderzoeken. De onduidelijkheid die dan ontstaat kan bij



Informatie over de vragenlijst

Geachte heer/mevrouw,

In deze brief staat meer informatie over de vragenlijst die in de envelop zit. En wat er met uw antwoorden gebeurt. U bent niet verplicht om deze vragen in te vullen, maar u helpt ons er wel mee.

1. Waarom deze vragenlijst?

Uw ziekenhuis wil graag weten hoe duidelijk hun brieven zijn. Patiënten krijgen soms van verschillende ziekenhuizen een andere brief. Dat kan ingewikkeld zijn. Patiënten begrijpen niet altijd de informatie en kunnen dan ongerust worden. Huisartsen, artsen in verpleeghuizen en de GGD krijgen veel vragen van patiënten.

Huisartsen, artsen in verpleeghuizen, GGD krijgen de resultaten. Dan kunnen zij het goed uitleggen. En wordt de informatie voor iedereen hetzelfde en eenvoudig.

2. Hoe kunt u meedoen?

Uw ziekenhuis vraagt u de vragenlijst in te vullen.

1. Als u mee wilt doen, vul dan de vragenlijst in.

Het duurt 20 minuten om de vragenlijst in te vullen. U krijgt geen vergoeding voor het invullen van de vragenlijst.

2. Stuur daarna de ingevulde vragenlijst op via de post.

Gebruik daarvoor de envelop die bij de vragenlijst zit. Daar staat het adres al op en er hoeft geen postzegel op.

We willen u ook bellen om wat meer vragen te stellen. Vindt u het goed dat we u bellen? Vul dat dan in op de vragenlijst.

3. Uw gegevens zijn veilig

Wij gebruiken en bewaren uw gegevens veilig. Wij schrijven de resultaten van het onderzoek in een rapport. Uw naam komt nergens in het rapport te staan.

Om uw privacy te beschermen krijgen uw gegevens een code. De onderzoekers gebruiken alleen de code als zij iets schrijven over het onderzoek.

Er zijn een aantal organisaties die controleren of het onderzoek goed gedaan wordt en of uw gegevens veilig zijn. Om dit goed te controleren kunnen zij wel uw naam en antwoorden

Voorbeeld Herschrijfronde Vragenlijst : Zoek de verschillen

Vraag 18B

Waarom deed u niet mee?

.....

.....

.....

.....

.....

Vraag 18B

Waarom deed u niet mee?

Ik vind het moeilijk

Ik vind het niet nodig

Wil ik niet

Ik vind het eng

Iets anders, vul hieronder op de puntjes in waarom niet.

.....

.....

.....

.....

Resultaten testronde: PIF vormgeving

“Ik mis een logo.
Dan gaat het zo de
prullebak in”

“Ik vind het een grijs
papiertje”

proefpersoneninformatie voor deelname aan medisch-wetenschappelijk onderzoek

Vragenlijst voor het verbeteren van een informatiebrief over een contactonderzoek

MAIL-project: Naar een eenduidige en duidelijke coMmunicAtie over BRMO van zorgInsteLingen in de regio naar patiënten.

Geachte heer/mevrouw,

Wij vragen u om mee te doen aan een medisch-wetenschappelijk onderzoek. U ontvangt deze brief omdat u in het verleden kweken heeft afgenomen in het kader van een contactonderzoek naar bijzonder resistente micro-organismen (BRMO). Voordat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, leggen wij u uit wat het onderzoek inhoudt. Neem de tijd om deze informatie goed te lezen, te bespreken met anderen en aarzel niet om vragen aan ons te stellen. U beslist zelf of u mee wilt doen. Onderaan deze brief vindt u onze contactgegevens.

1. Algemene informatie

Dit onderzoek is opgezet door het ABR Zorgnetwerk Zuidwest-Nederland en wordt gedaan door deskundigen infectiepreventie in verschillende ziekenhuizen. De medisch-ethische toetsingscommissie (METC) van het Erasmus MC heeft dit onderzoek goedgekeurd.

2. Doel van het onderzoek

Het doel van het MAIL-project is om informatie die de verschillende zorginstellingen in onze regio aan patiënten geven over BRMO en contactonderzoeken af te stemmen op elkaar, samen met huisartsen, specialisten ouderengeneeskunde, GGD én patiënten. De gegeven informatie wordt daardoor zoveel mogelijk hetzelfde en duidelijk voor alle betrokken partijen.

3. Achtergrond van het onderzoek

Af en toe wordt bij een patiënt in het ziekenhuis onverwachts een bijzonder resistent micro-organisme (BRMO) gevonden. BRMO is een verzamelnaam voor bacteriën die ongevoelig zijn geworden voor antibiotica, waardoor sommige soorten antibiotica minder goed werken. Afhankelijk van het soort BRMO wordt dan een contactonderzoek uitgezet om eventuele niet-gedetecteerde dragers te vinden die de BRMO ook bij zich hebben en daarmee verdere verspreiding tegen te gaan. Als patiënten nog opgenomen liggen, worden de screeningskweken in het ziekenhuis afgenomen. Als patiënten overgeplaatst zijn, wordt door de desbetreffende zorginstelling gekweekt. Als patiënten reeds thuis zijn, krijgen zij van het ziekenhuis een brief met daarin informatie over het contactonderzoek en wordt hen de mogelijkheid geboden zichzelf te (laten) controleren op de betreffende BRMO.

Patiënten die in meerdere ziekenhuizen komen krijgen van deze ziekenhuizen verschillende informatie over BRMO en contactonderzoeken. De onduidelijkheid die dan ontstaat kan bij

PIF MAIL

versie 1.0 27-05-2019

pagina 1 van 3

“Er staat hier verder
niets op van een
bedrijf of- je kan wel
allemaal informatie
geven, net zoals
hier. Ik zie verder
niet waar het over
gaat”

Resultaten testronde: PIF inhoud

"Ik vind die moeilijke namen van bacterie niet nodig. Je kan ook gewoon alleen bacterie neerzetten"

Geachte heer/mevrouw,

Wij vragen u graag mee te doen aan een medisch-wetenschappelijk onderzoek. U ontvingt deze brief omdat u in het verleden kwade heeft afgenomen in het kader van een contactonderzoek naar bijzonder resistente micro-organismen (BRMO).
Voor dat u beslist of u wilt meedoen aan dit onderzoek, leggen wij u uit wat het onderzoek inhoudt. Neem de tijd om deze informatie goed te lezen, te bespreken met anderen en aarzel niet om vragen aan ons te stellen. U beslist zelf of u mee wilt doen. Onderaan deze brief vindt u onze contactgegevens.

"Die afkorting vind ik moeilijk. Ik vind dit echt hele lange zinnen"

"Contactonderzoek zou ik anders neer zetten omdat het je doet denken aan iemand bellen"

Resultaten testronde: Vragenlijst

“Is dat een ziekenhuis ABR. Of is dat het zorgnetwerk?”



“Zorgnetwerk, over internetten?”

“Er staat ABR ik weet niet wat dat betekent. Zorgverzekering? Netwerk is computer van zeg maar het net”

Resultaten testronde: Feedback op vragen

“Dat de persoon het contact heeft gehad en heeft doorgenomen”

Vraag 9

Was de reden voor het contactonderzoek toen duidelijk?

- Ja
- Een beetje
- Nee

“Ik weet niet wat het inhoudt”

“Ik vind deze vraag niet nodig”

Vraag 5

Wat is uw hoogst afgeronde school of opleiding?

- Geen opleiding
- Lagere school
- Middelbare school
- Beroepsopleiding
- Universiteit

“Waarom moeten ze dat weten. Het gaat toch over bacteriën en eigenlijk niks met over wat voor een opleiding ik heb gedaan”

Checklist

Toegankelijke informatie

Deze checklist gebruik je voor:

Voorlichtingsmaterialen zoals:

- folders, flyers, beeldverhalen en films

eHealth-toepassingen zoals:

- websites, apps en patiëntportalen en PGO's

Start

Online tool

Voorlichtingsmateriaal BeoordelingsInstrument (VBI)

Online tool voor het beoordelen van de begrijpelijkheid en toepasbaarheid van printbaar en audiovisueel gezondheidsvoorlichtingsmateriaal voor de patiënt.



The screenshot shows the VBI website interface. At the top left is the 'vbi | PHAROS' logo. To its right are navigation links: 'OVER VBI', 'FAQ', 'MATERIAAL BEOORDELEN', 'REGISTREER', and 'INLOGGEN'. Below the navigation is a blue banner with the text 'Registreer je voor advies' and 'Registreer je eerst om een advies te krijgen op basis van je score. Zonder registratie krijg je dit advies niet.' A white button labeled 'Registreer je hier' is positioned below the banner. To the right of the banner is a section titled 'Wat is het VBI?' with the text 'Met behulp van het Voorlichtingsmateriaal BeoordelingsInstrument (VBI) kun je - samen met een collega - de begrijpelijkheid en'.

17. Zorg voor voldoende witregels en kopjes om de tekst om te delen

Tip

Mensen die moeite hebben met lezen en schrijven houden niet van lange teksten. Daarom is het goed om teksten onder te verdelen in kleinere stukjes met duidelijke tussenkopjes. Het is belangrijk dat de stukken tekst niet te lang zijn.

Zie voorbeeld hieronder uit de folder over valpreventie van de GGD Amsterdam

Trainer

Een fysiotherapeut of oefentherapeut geeft de Otago training. Zij deden hiervoor een speciale opleiding en geven begeleiding op uw eigen niveau en uw snelheid.

Oefeningen

Door de oefeningen krijgt u meer evenwicht en sterkere beenspieren. De oefeningen beginnen makkelijk en worden steeds iets moeilijker. U krijgt oefeningen om drie keer per week thuis te doen. Ook krijgt u een eigen wandelschema.

Praktisch

De trainingen duren 8 tot 10 weken. Elke week is er 1 training van één uur. De training is in een groepje van 6 tot 8 deelnemers, of u kunt de Otago training in uw eentje thuis krijgen.

Na de training heeft u meer vertrouwen om te bewegen.

8. Gebruik korte zinnen en eenvoudige woorden op A2-B1 niveau

Tip

Kijk op deze websites om woorden te checken op taalniveau:

[Is het B1](#)

[Zoek eenvoudige woorden](#)

Of werk met de programma [Klinkende Taal](#)

16. Zorg voor voldoende contrast tussen de tekst en de achtergrond

Tip

Het contrast is het kleurverschil tussen de tekst en de achtergrond. Een witte tekst en een lichtblauwe achtergrond lijkt teveel op elkaar waardoor de tekst minder goed te lezen is.

Het contrast moet dus hoog genoeg zijn. Gebruik de contrast tool via Stichting Accessibility om het contrast te meten.

19. Begin een zin zoveel mogelijk op een nieuwe regel

Tip

Vermijd zinsafbrekingen met een laatste woord op een regel

Voorbeeld

Niet zo:

De training heeft leuke en veilige oefeningen. De oefeningen zijn niet heel moeilijk. Na deze training heeft u meer vertrouwen. Hierdoor heeft u een kleinere kans om te vallen.

Wel zo:

De training heeft leuke en veilige oefeningen. De oefeningen zijn niet heel moeilijk. Na deze training heeft u meer vertrouwen. Hierdoor heeft u een kleinere kans om te vallen.

42. Maak duidelijk waarom het ondernemen van een actie belangrijk is

Deel 1. Wat is diabetes?

4. Het begin van diabetes

Vaak merkt u niet dat u diabetes heeft.

Langzaam wordt de suiker in het bloed hoger. Vaak merkt u dit niet.

U kunt last hebben van:

- Vaak moe zijn
- Dorst
- Veel plassen
- Jeuk
- Wondjes
- Slecht of wazig zien

Niet iedereen met diabetes heeft al deze klachten.

Daardoor merken veel mensen niet dat ze diabetes hebben.

Om te kijken of u diabetes heeft, meet uw huisarts op 2 verschillende dagen de **nuchtere bloedsuiker**. Nuchter is als u 's ochtends nog niets gegeten of gedronken heeft. Water drinken mag wel.

Is uw nuchtere bloedsuiker op twee dagen 7 of hoger? Dan heeft u diabetes.

Bij diabetes is:

- Uw nuchtere bloedsuiker is goed als dit tussen de 4,5 en 6 is.
- Te hoge bloedsuiker is bij 9 of hoger. Dit is een hyper.
- Te lage bloedsuiker is bij 3,5 of lager. Dit is een hypo.

Te zwaar

Als u te zwaar bent, reageert het lichaam niet goed op insuline. Hierdoor blijft er te veel suiker in het bloed. Dat is niet gezond.