



Huisarts en Wetenschap

## NIEUWS

## De 2 kanten van afvallen na de diagnose DM2

Door Guy Rutten

Gepubliceerd 22 juli 2021

Leestijd 2 minuten

Huisartsen en praktijkondersteuners zullen patiënten met diabetes type 2 en overgewicht meestal gewichtsverlies aanbevelen. Een follow-uponderzoek van 10 jaar – bij mensen bij wie door screening diabetes type 2 werd vastgesteld – maant echter tot voorzichtigheid. Vooral bij mensen met een BMI < 30 is fors gewichtsverlies dan niet altijd gezond.

De onderzoekers bekeken het verband tussen gewichtsverlies in de eerste 5 jaar en cardiovasculaire morbiditeit of mortaliteit in 5 tot 10 jaar na de diagnosestelling. Zij voerden daarvoor een observationele analyse uit. Het onderzoek betrof een cohort van 2730 mensen met door screening ontdekte diabetes uit 343 huisartsenpraktijken in Denemarken, Nederland en het Verenigd Koninkrijk uit de Addition Trial (waarin ‘strengere’ multifactoriële behandeling werd vergeleken met zorg volgens de nationale richtlijnen). De onderzoekers corrigeerden bij de analyse voor onder meer geslacht, leeftijd bij de diagnose, gewicht op baseline, roken, cardiovasculaire ziekte in de periode van 0 tot 5 jaar, vetspectrum en medicatie.

In de periode van 5 tot 10 jaar na de diagnose trad cardiovasculaire morbiditeit op bij 8,4% van de deelnemers en mortaliteit bij 9,1%. Bij de start verschilde het gewicht niet tussen mensen die in gewicht toe- of afnamen. Een toename van 2% in het eerste jaar verdriedubbelde de kans op sterfte in de periode van 5 tot 10 jaar na de diagnose (RR 3,2; 95%-BI 1,3 tot 7,8). Maar ook gewichtsverlies  $\geq 5\%$  correleerde met een tweeëneenhalve keer zo grote kans op sterfte. Een voorgeschiedenis van hart- of vaatziekte maakte daarbij geen verschil. Mensen met bij aanvang een BMI < 30 en met  $\geq 10\%$  gewichtsverlies over de eerste 5 jaar hadden zelfs een 4,6 keer (95%-BI 1,9 tot 11,4) grotere kans op sterfte dan mensen bij wie het gewicht gelijk bleef.

Dit onderzoek laat zien dat niet alleen gewichtstoename maar ook fors gewichtsverlies (> 10%) in de eerste 5 jaar na de diagnose diabetes type 2 niet altijd gunstig is, met name niet bij degenen met een BMI < 30. Goed om deze kennis mee te nemen in het proces van gedeelde besluitvorming over de leefstijlaanpak bij diabetes.

Lees meer over het onderzoek [Association of weight loss and weight loss maintenance following diabetes diagnosis by screening and incidence of cardiovascular disease and all cause mortality: an observational analysis of the ADDITION-Europe trial](#) van J. Strelitz, et al.

---

## Literatuur

Strelitz J, et al. Association of weight loss and weight loss maintenance following diabetes diagnosis by screening and incidence of cardiovascular disease and all cause mortality: an observational analysis of the ADDITION-Europe trial. *Diabetes Obes Metab* 2021;23:730-41.

## VERDER LEZEN

---



### NIEUWS

## Afvallen!!!

Als huisarts hoor ik vaak van patienten dat ze willen afvallen. Met een moedeloze blik kijken ze me aan. Een dieet volgen lukt ze niet, en dat ka...

---

## NIEUWS

### Afvallen, hoe moet dat?

Welk dieetadvies geef je aan patiënten die na de feestdagen willen afvallen? Is het beter om, naast de gebruikelijke hoeveelheid lichaamsbewegin...

---



## NIEUWS

### Chirurgisch afvallen, beste optie bij morbide obesitas

Onafhankelijk van de chirurgische procedure is bariatrische chirurgie de beste manier om bij morbide obesitas (BMI > 40) veel gewicht kwi...