

Harelbeekse voedingspecialist Dimitri Declercq gaf aanzet

Wat zit er in de diabeteskoffer ?

■ Middelbare scholen kunnen voortaan een beroep doen op een 'diabeteskoffer'. Bedenker is de jonge Harelbeekse voedingspecialist Dimitri Declercq.

Dimitri Declercq (25) werd enkele jaren geleden een paar keer bekroond met zijn eindwerk in de opleiding voedings- en dieetkunde. Hij stelde toen een vegetarisch kookboek voor diabetici samen. Het werd naderhand trouwens ook uitgegeven. Momenteel werkt de Harelbeekenaar deeltijds bij het UZ in Gent.

Toen de Vlaamse overheid op zoek ging naar projecten in het kader van de campagne 'Wetenschap maakt knap', diende de hogeschool Sint-Lievens in Gent een project in rond een 'diabeteskoffer' voor scholen. En wie kon beter voor de uitwerking zorgen dan oud-student Dimitri Declercq? Die des te beter geplaatst is, doordat hij zelf diabe-

tespatiënt is.

Overgewicht is boosdoener

Dimitri Declercq: „Tegenover het type 1 (zoals bij de jonge Lichterveldenaar in het andere artikel, red.) sta je min of meer machteloos. Bij het type 2 is dat veelal anders. Niet altijd: is het familiaal, dan heb je verhoogd risico. Hoe dan ook kun je hier preventief werken en dat is ons opzet. Door jongeren te informeren én hen aan te zetten om gevarieerder en evenwichtiger – dus gezonder – te eten en meer te bewegen. Junkfood, snoep en frisdrank halen het van melkdranken, groenten en fruit. We stellen een grote toename van overgewicht vast bij jongeren en dat is

een grote boosdoener voor diabetes. Door anders te eten en meer te bewegen, kan diabetes van het type 2 vermeden worden, soms kan ook medicatie helpen. Lukt dit niet, dan wordt het insuline spuiten...”

De diabeteskoffer voor scholen bevat fiches met uitleg, een 'labokit' met weegschaal en lintmeter én een glucosemeter om de suikerspiegel te meten. Er is ook een cd-rom om in de lessen te gebruiken. Er zijn om te beginnen maar tien koffers voor heel Vlaanderen.

(NOM)

■ *Men kan de koffer reserveren via e-mail (jongerenenvoeding@kahosl.be). Voor meer informatie: www.jongerenenvoeding.be.*