Zijn er regels bij diabetes?

Er zijn geen echte 'regels' bij diabetes. Als bij u diabetes is vastgesteld, adviseren we u om zo gezond mogelijk te leven. Dit advies geldt voor iedereen met of zonder diabetes.

Bij een gezonde leefstijl is het belangrijk om zo gezond mogelijk te eten en voldoende te bewegen. Op deze manier kunt u een gezond gewicht behouden of nastreven. Verder is het van belang om niet te roken en weinig of geen alcohol te gebruiken. Tijdens uw contacten met de zorgverlener is er ruimte voor u en voor de zorgverlener om dit te bespreken.

Eventueel kan uw zorgverlener u doorverwijzen naar het Leefstijlloket (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/leefstijlloket-jeroen-bosch-ziekenhuis) van het Jeroen Bosch Ziekenhuis voor advies en ondersteuning.

Op de website van diabetes.nl (https://www.diabetes.nl/leefstijl-en-voeding) kunt u hierover nog meer informatie vinden. U leest hier ook meer over omgaan met stress, voldoende nachtrust en een goede hygiëne.

Code INT-553

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis
Laatste revisie: 6 juli 2026 - 14:18