

NIEUWSBRIEF

SAMEN STERK MET SUIKER

JUNI 2025

4^E NIEUWSBRIEF

In deze nieuwsbrief geven we een update over ons onderzoek naar het diabetes zelfmanagementprogramma 'Samen sterk met suiker'.

Afronding effect- en procesevaluatie

De dataverzameling voor het proces- en effectonderzoek is sinds vorige maand officieel afgerond. Het onderzoeksteam is druk bezig met het verwerken en analyseren van alle data en naar verwachting hebben wij voor de zomer alle resultaten. Wij hebben vragenlijsten over diabetes zelfmanagement gedrag en een lichamelijk onderzoek (BMI etc.) uitgevoerd. Daarnaast hebben we ook vragen over het proces zowel kwalitatief als kwantitatief uitgevraagd. Dit is gedaan in (groep)interviews en vragenlijsten bij deelnemers over tevredenheid. Het programma is beoordeeld met een 8.4 en de groepsleiders met een 8.9.

PUBLICATIE PROTOCOL PAPER

De studie protocol paper van het project is gepubliceerd: Horreh, B., van Nassau, F., Landais, L., Vissenberg, C., van Dongen, J. M., van der Ploeg, H. P., & Stronks, K. (2025). Powerful together with diabetes, a group-based self-management intervention for patients with type 2 diabetes from lower educational groups: study protocol for a hybrid type 2 evaluation. *BMJ open*, 15(1), e087767. [e087767.full.pdf](#)



OVER SAMEN STERK MET SUIKER

Het Amsterdam UMC ontwikkelde dit programma voor een specifieke doelgroep:

Volwassenen met diabetes type 2 die moeite hebben om hun bloedsuikerwaarden onder controle te krijgen. De reguliere diabeteszorg sluit vaak onvoldoende aan bij deze doelgroep, bijvoorbeeld door hun **bepaalde gezondheidsvaardigheden, een praktisch opleidingsniveau of een taalbarrière.**

In Samen Sterk met Suiker krijgen zij de kans om **in een groep** en onder begeleiding van een **getrainde professional** meer te leren over hun diabetes en stappen te zetten richting een **gezondere leefstijl**. Het programma maakt gebruik van een **unieke leermethode** en bevat veel visueel materiaal en eenvoudige taal.

Kosten analyse SSmS

Wij hebben de afgelopen maanden de kosteneffectiviteit van het programma onderzocht met behulp van twee stagiaires; Ishan Chedi en Puck Ros.



Mijn naam is Ishan Chedi, en ik ben BSc-stagiair bij het Samen Sterk met Suiker-project van het Amsterdam UMC. Dit project is gericht op mensen met diabetes type 2 en helpt hen beter om te gaan met hun ziekte. Tijdens mijn stage analyseer ik de zelf gerapporteerde kosten van deelnemers en onderzoek ik hoe deze samenhangen met veranderingen in de HbA1c-waarden van deze individuen. Zo wordt er inzicht gekregen in zowel de gezondheids- als kostenimpact van het programma.



Hoi! Ik ben Puck Ros, 20 jaar en ik woon in Amsterdam. Voor mijn bachelorsstage van BSc. Gezondheidswetenschappen doe ik onderzoek naar de kostenevaluatie van het interventieprogramma Samen Sterk Met Suiker. Ik zal een inzicht maken in de kosten van de diabeteszelfmanagementinterventie Samen Sterk Met Suiker ten opzichte van de kosten van het gebruik van standaardzorg. Op deze manier worden alle kosten in kaart gebracht en kan vervolgens de kosteneffectiviteit van het interventieprogramma onderzocht worden.



Het programma is geregistreerd in de databank voor leefstijlinterventies

[Zie: Samen Sterk met Suiker](#) | [Kennisbank Leefstijl in en vanuit de Zorg](#)

Doorontwikkeling Samen sterk met Suiker

Wij zijn continue bezig met de doorontwikkeling van het programma, zo is er op 5 december 2024 een brainstormsessie geweest met oud-trainers en groepsleider om verbeterpunten te operationaliseren. Hier hebben wij veel waardevolle input ontvangen voor het verder versterken van het programma.

IMPLEMENTATIE-ONDERZOEK

In de pilots van ons implementatie-onderzoek analyseren we onder welke voorwaarden het programma blijvend geïmplementeerd en opgeschaald kan worden.

Start drie nieuwe pilots

Vanuit Gezond Noord is er een derde pilot gestart met een welzijnswerker en arts en in Amsterdam Zuidoost is er een vierde pilot gestart met een praktijkondersteuner. Daarnaast start er een vijfde pilot in Amsterdam Oud-Noord in de zomer.

Implementatie- en opschaalplan

Onze collega Lorraine heeft een kant en klare implementatie en opschaalplan opgeleverd voor toekomstige implementaties van Samen sterk met suiker.



AFSCHEID COLLEGA LORRAINE

Collega Lorraine Landais onderzocht van november 2023 t/m februari 2025 de randvoorwaarden voor duurzame implementatie en opschaling van het project.

Lorraine: *"Ik kijk terug op een geslaagd onderzoek en ik wil iedereen die hierbij betrokken is geweest heel erg bedanken voor hun bijdrage. We hebben door middel van een aantal pilots onderzoek gedaan naar de implementatie van het programma door welzijnswerkers, een fysiotherapeut en een praktijkondersteuner. De geleerde lessen hebben we meegenomen in het plan voor toekomstige implementatie. Daarnaast heeft dit onderzoek meer inzicht gegeven in de randvoorwaarden voor opschaling van het programma, waarbij het verwerven van duurzame financiering nog één van de grootste uitdagingen is. Ik hoop dat dit in de toekomst zal lukken, want het is een prachtig programma dat bij kan dragen aan het verkleinen van sociaaleconomische gezondheidsverschillen in Nederland. Ik ga zelf een nieuwe uitdaging aan en ik hoop jullie in de toekomst weer tegen te komen!"*

