

## Mail & Win

### Maak kans op het boek Handboek Zwangerschapsdiabetes

Zwangerschapsdiabetes komt steeds vaker voor. Nu is er een boek voor vrouwen met (een hoog risico op) zwangerschapsdiabetes. Nuchter, laagdrempelig en praktisch geschreven door diëtisten Nicole de Haan en Linda Rodenburg. Het boek legt op een heldere manier uit wat zwangerschapsdiabetes is, waarom je het krijgt en vooral wat je er aan kunt doen. Het boek geeft uitleg op basis van de laatste wetenschappelijke inzichten. Maar vooral biedt het praktische adviezen om via voeding en leefstijl de bloedglucosespiegel onder controle te krijgen. Dat is geen overbodige luxe, want door zwangerschapsdiabetes stijgt het risico op vroeggeboorte en complicaties rond de bevalling. Bovendien hebben zowel moeder als kind na zwangerschapsdiabetes een sterk verhoogd risico op diabetes type 2.

Het boek is geschreven voor zwangere vrouwen, maar de informatie is zeker ook interessant voor diëtisten, diabetesverpleegkundigen en verloskundigen. Tijdige leefstijlinterventie kan de bloedglucosespiegel voldoende onder controle brengen. Voor de diëtist is dit een goed thema om de samenwerking aan te gaan met verloskundigen in de buurt.

We mogen drie exemplaren van Handboek Zwangerschapsdiabetes weggeven. Wil je kans maken op een boek? Schrijf dan voor 1 maart 2018 een e-mail naar [mailenwin@voeding-visie.nl](mailto:mailenwin@voeding-visie.nl) onder vermelding van je naam en adres met als onderwerp Handboek Zwangerschapsdiabetes. Het boek is verkrijgbaar via Bol.com en kost € 24,95.

