

# TIMED-Trial: iets voor u?

*Een onderzoek naar een nieuwe dieetstrategie*



## Wij zoeken:

- Volwassenen met diabetes type 2
- Tussen de 18 en 75 jaar oud
- Met een BMI hoger dan of gelijk aan 27 kg/m<sup>2</sup>
- In het bezit van een smartphone

## Waarvoor zoeken wij deelnemers?

Een onderzoek naar een nieuwe versie van het Mediterrane dieet bij volwassenen met diabetes type 2. Bij deelname wordt u ingeloot in 1 van de 2 groepen: een groep waarbij niet gegeten mag worden na het avondeten of een controlegroep.

## Wat is TIMED?

Onderzoek laat zien dat het gezonder is om na het avondeten te stoppen met eten. Wij hebben daarom een nieuwe dieetstrategie bedacht, namelijk een Mediterraans dieet waarbij niet in de avond gegeten mag worden. Het is natuurlijk iets nieuws, dus willen we hier graag meer onderzoek naar doen.

### Wat kunt u verwachten?

Als u meedoet, kunt u door middel van een loting in 1 van de 2 groepen komen. De controlegroep volgt het dieet, maar mag gewoon eten in de avond. De andere groep volgt hetzelfde dieet, maar mag niet eten na het avondeten. Wij kunnen u dus niet zomaar in 1 van de 2 groepen zetten, want de loting bepaalt de uitslag. U zult daarna voor 1 jaar lang een dieet volgen waarbij u professionele (groeps)begeleiding krijgt van een diëtist en onze onderzoekers.

### Wat verwachten we van u?

Gezien u meedoet met een onderzoek, zijn er ook dingen die wij willen weten en meten. Zo wordt u uitgenodigd om meerdere malen naar het Erasmus Medisch Centrum te reizen. Hier krijgt u een intake, wordt u gewogen en gemeten, en moet u 4 keer bloed laten prikken. Daarnaast krijgt u een set vragenlijsten via de mail gestuurd.

Bij het onderzoek is het belangrijk dat u niet al meedoet met andere (medische) onderzoeken, en niet zwanger bent of wordt tijdens het onderzoek.

## Heeft u interesse?

We zijn op zoek naar gemotiveerde deelnemers die tijd hebben om een jaar lang bezig te zijn met het verbeteren van hun leefstijl. Het doel is om gewicht te verliezen, medicatie te verminderen en gezonder te gaan leven. Herkent u zichzelf hierin en heeft u interesse? Neem dan contact met uw behandelaar en zij zullen kijken wat mogelijk is!

## Ik heb nog vragen!

Wilt u liever eerst antwoord op uw vragen over deelname? Dan kunt u contact opnemen met uw eigen behandelaar. Zij weten namelijk meer over het onderzoek en weten hoe ze de onderzoekers kunnen bereiken.

## Hoofdonderzoekers

Dr. Kirsten A.C. Berk, Erasmus Medisch Centrum  
Carmen Dietvorst, Erasmus Medisch Centrum

## Contact

TimedOnderzoek@erasmusmc.nl  
010-7033055

Versie 4, 27-6-2023

