



Daten met diabetes

Wanneer vertel je je date dat je diabetes hebt? Ilona, Annie en Mariska deden het alle drie op een andere manier. TEKST RINEKE WISMAN FOTOGRAFIE DIRK JANSEN

14

Naam Ilona Schreuder (22) uit Eindhoven
Diabetes type 1 sinds 1993
Beroep Podotherapeut
Tip Voor de date zet ik de basaalstand van mijn pomp omlaag om een hypo te voorkomen

Een date op zich is spannender dan vertellen dat je diabetes hebt, vindt Ilona. 'Als iemand er negatief over doet, is het een afgeschreven zaak.'

'De date is met Ilona, niet met mijn diabetes'

Ilona Schreuder (22)

“Dit voorjaar heb ik na lang aarzelen Tinder op mijn smartphone gezet. Dat is een app waarop je een profiel aanmaakt met je naam, foto, een korte tekst over jezelf en je woonplaats. Volgens zie je foto's van andere mensen op Tinder. Als een foto je aanspreekt, kan je deze 'liken'. Als deze persoon jou ook leuk vindt, ontstaat een match en kun je chatten. Het is een beetje een vleesmarkt, omdat je op het uiterlijk beoordeelt. Maar ja, in de kroeg kijk je ook eerst naar hoe iemand eruit ziet.”

“Ik moet je iets vertellen”, zei mijn nieuwe date Bas terwijl we naar het restaurant liepen. Hij bleek aan één kant doof te zijn. Het was prettig dat hij dat vertelde, want

dat is handig om te weten als je in een rumoerig restaurant zit. Aan de andere kant schrok ik er ook van en voelde ik me een beetje voor het blok gezet. Ik ben niet de enige met een rugzakje, besepte ik.”

“Na een aantal afspraakjes met Bas vond ik ons niet bij elkaar passen en ben ik verder gaan kijken. De tweede date gaf tijdens het whatsappen aan dat hij diabetes had. Toen schoot ik in de lach. Dat was te toevallig! De kriebels die ik aanvankelijk had, verdwenen doordat hij mij met zijn vragen over eten en spuiten tijdens afspraakjes het gevoel gaf dat hij mij meer zag als lotgenoot dan als partner.”

“Mijn derde date Frank schreef ik via de whatsapp dat ik hem iets wilde vertellen wanneer ik hem live zou zien. Dat deed ik tijdens ons eerste afspraakje bij hem thuis,

voordat we gingen eten. Hij wist een beetje wat diabetes was, omdat de moeder van een vriend van hem het ook heeft. Hij had pasta bolognese gekookt. Toen hij begreep dat het voor mij moeilijk was om in te schatten hoeveel ik moest bollen, verontschuldigde hij zich. Verder wilde hij er van alles over weten: hoe ik diabetes met mijn werk combineer, hoe andere relaties ermee omgingen.”

“Het is mijn zorg en mijn verantwoordelijkheid”, zeg ik altijd. Als iemand er negatief over doet, is het voor mij een afgeschreven zaak.”

“Tussen Frank en mij gaat het nog steeds heel leuk. We zijn allebei kind van binnenvaartschippers. Zijn vragen verrassen mij en zetten mij ook aan het denken. Bijvoorbeeld waarom een hyper geen maximale bovenwaarde kent; dat varieert van 10 tot 30 en hoger. ‘Die marge is zo groot; hoe moet ik dat nou kunnen begrijpen?’, zegt hij. Ik vind het bijzonder en lief dat hij er zo diep over doordenkt. We zijn al een paar maanden gelukkig met elkaar. Voorlopig ben ik dus uit het datingcircuit.”



Mariska Rijke (22) maakt er geen geheim van dat ze diabetes heeft. Al voordat ze een nieuw iemand ontmoet, weet diegene dat zij diabetes heeft.

'Heb jij iets afwijkends?'

Mariska Rijke (22)

“Dat ik diabetes heb, weet iemand al voordat we elkaar zien. Nadat je hebt uitgewisseld waar je woont, wat je doet, ontstaat de interesse voor meer persoonlijke dingen.

Ik vraag meestal rechtstreeks: 'Heb jij iets afwijkends? Of is er iets bijzonders dat jou typeert?' Meestal lees ik dan: 'Wat bedoel je precies?'. Dan schrijf ik: 'Ben je bijvoorbeeld dyslectisch? Of is jouw linkerteen langer dan je rechterteen? Zijn je ogen heel slecht?'

“Natuurlijk krijg ik de bal dan teruggekaatst. En jij? Dan schrijf ik dat ik diabetes type 1 heb. Het verbaast me dat bijna iedereen wel iemand kent die het heeft. 'Gebruik je een insulinepen of heb je een pomp?', hoor ik dan. En of ik het moeilijk vind. 'Je leert ermee omgaan', is mijn antwoord. Nega-

tieve reacties heb ik nooit gehad. Wel leerde ik een jongen kennen die bang was voor naalden. Als ik ging prikken voor het eten, trok hij wit weg. Het is uiteindelijk niets geworden tussen ons. Niet alleen daarom hoor.”

“Of de diabetes veel ter sprake komt tijdens de date is afhankelijk van wat we gaan doen. Als we uit eten gaan, meet ik voor de maaltijd. Maar ja, ook in de dierentuin eet je wel wat. Meestal is iemand wel geïnteresseerd in de handelingen die erbij horen. Dus dan leg ik uit wat de bedoeling is van die druppel bloed op het teststripje en dat een waarde tussen 4 en 8 in principe goed is.”

“Sinds een paar maanden heb ik een vriend. Zijn ex had ook diabetes, dus hij wist er al wat van. Bij haar merkte hij er echter weinig van, terwijl ik tijdens onze tweede date een flinke hypo kreeg. We liepen van zijn huis naar het station

en ik had het gevoel dat ik door mijn knieën zakte. Dat herkende ik niet als het gevoel van een hypo. 'Je hebt toch niks in mijn drankje gedaan?', bitste ik. Nu lachen we erom, maar toen was hij verontwaardigd en ik had wat uit te leggen.”

“Inmiddels heeft mijn vriend het door wanneer mijn bloedglucosewaarde laag is. Mijn stemming slaat om: ik word chagrijnig en gedraag me sloom. 'Ga eens even meten', zegt hij dan. Open omgaan met diabetes raad ik iedereen aan. Als iemand positief reageert is het goed, als iemand negatief reageert, weet je dat diegene jou niet waard is.”



17

Naam Mariska Rijke (22) uit Hoofddorp

Diabetes: type 1 sinds 2010

Studie: Hbo-lerarenopleiding Geschiedenis in Amsterdam

Tip: Wees open en eerlijk over je diabetes. Als iemand je diabetes afwijst, gaat de relatie sowieso niet werken





Dat ze diabetes had, vond Annie niet moeilijk om te vertellen. 'Dat is mijn pakkie-an.' Haar date bleek toevallig ook diabetes te hebben en nu wonen ze samen.

'Daten haalt je uit je sleur'

Annie Hendriks (69)

Mijn schoonzus was lid van een alleenstaandenvereniging en vroeg mij of ik met haar mee wilde gaan. Mijn man is vrij plotseling overleden in 2004. Ik was niet op zoek naar een nieuwe relatie. Aan de andere kant dacht ik na over mijn moeder die haar man relatief jong verloor en zelf 93 jaar werd. Als ik net zo oud word als zij, woon ik nog dertig jaar alleen, realiseerde ik me. Mijn kinderen moedigden me aan om te daten. Dat was fijn."

"De alleenstaandenvereniging is een club vrienden die leuke dingen met elkaar onderneemt: fietsen, sjoelen, wandelen, klootschieten. Met mijn schoonzus ging ik naar de nieuwjaarsborrel. Het klikte met een aantal mensen en ik vond het gezellig, maar meer ook niet."

"Wim werd na mij lid van de ver-

eniging. Zijn vrouw was ook overleden. 'Jij komt me bekend voor', zei ik tegen hem. Dat bleek niet het geval, maar we raakten aan de praat. Hij bood me wat te drinken aan en vroeg: 'Kom je volgende week weer?'"

"De keer erna nam ik weer een cola light en hij vroeg of ik niet liever iets anders wilde drinken. Toen vertelde ik van mijn diabetes en dat ik geen suikergezoete dranken drink. Omdat ik het al 35 jaar heb, voelde het voor mij niet als een moeilijk gesprekstema. Het is mijn pakkie-an; ik zorg ervoor. Wim bleek tot mijn verbazing ook diabetes type 2 te hebben. Hij spuit, ik heb een pomp sinds tien jaar. Hij wilde precies weten hoe de pomp werkte."

"Wim kan goed luisteren en is gezellig. 'Ik ben blij dat ik jou hier weer zie', zei hij een week later tegen me. Daarna zagen we elkaar ook buiten de vereniging om."

We gingen naar een voorlichtingsavond over diabetes en rijvaardigheid, maar ik vroeg hem ook een keer mee naar een concert van Lionel Richie waar ik dolgraag naar toe wilde."

"Toen mijn kleinkinderen hem voor het eerst zagen, zeiden ze: 'Die meneer kennen we niet.' Ik zei: 'Dat is Wim, een vriendje van oma.' Die meiden aan het giechelen. Later vertelde mijn kleindochter dat ze ook een vriendje had. 'Heb jij dan ook kriebels in je buik, oma?', vroeg ze."

"Ik merkte dat ik graag bij hem ben, leefde er naar toe om hem weer te zien. Dat gevoel is nog net zo spannend als toen ik jong was. Sinds twee jaar wonen we samen. We zijn nu nog fit. Als we iets willen ondernemen, stappen we zo de deur uit. Omdat we allebei diabetes hebben, praat je er automatisch over. Heb je dextro's bij je? Mijn dochter zei heel treffend: 'Jullie zijn lotgenoten.'"

"Ik ben blij dat ik de stap naar de alleenstaandenvereniging heb gezet. Het is fijn om je leven te delen." ◀

18

Naam Annie Hendriks (69)

uit Neerkant

Diabetes: type 2 sinds 1979

Beroep: Thuiszorghulp.

Nu met pensioen

Tip: Over die diabetes moet je niet te moeilijk doen. Iedereen heeft wel wat