



Belevissen van twee zwangere vrouwen met diabetes



Lysbeth Slotegraaf (33) en Anne-Marie Eerenstein (29) zijn zwanger van hun eerste kindje. Lysbeth heeft sinds haar 24e diabetes type 1 en werkt als woonbegeleidster met mensen met een verstandelijke beperking. Anne-Marie heeft sinds haar 4e jaar diabetes type 1. Ze werkt als communicatiemedewerker bij Diabetesvereniging Nederland.

Beste Anne-Marie,

Ik ben zwanger! Een dikke duidelijke roze streep. Ik had dit, gebaseerd op een hormoononderzoek, nog niet zo snel verwacht. Het licht stond medisch gezien nog niet op groen. Maar de natuur laat zich niet gemakkelijk plannen. En nu: help! Ik maak mij vooral zorgen om mijn werk. Ik draai onregelmatige diensten in de zorg. Ik moet binnenkort met de bewoners van de instelling op vakantie. De week valt binnen de eerste acht weken van mijn zwangerschap. En goede waarden zijn in dat stadium heel belangrijk. De diabetesverpleegkundige feliciteerde mij en zei dat ik en het kindje nu het belangrijkste zijn. Het kindje, ze had het over een kindje! Het klonk nog onwerkelijk. De internist belde later, hij kwam eerst met het nieuws dat ik een HbA1c van 8,2 heb! Dat is op z'n zachtst gezegd niet zo positief. Toen ik het grote nieuws vertelde, feliciteerde hij me en zei dat we de combinatie van diabetes en een zwangerschap niet alleen moeten zien als een medisch probleem. Verder zei hij dat we samen aan hele goede waarden gaan werken. Dat wordt alle zeilen bijzetten. Hij raadde mij af op vakantie te gaan met de bewoners. Ik voel me echt gesteund door de mensen van het ziekenhuis. 's Avonds zat ik tegen een telefoongesprek met mijn teamleider aan te hikken. Ook vanuit deze kant kwam begrip en de felicitaties. Er wordt vervanging voor mij geregeld. Ik ben zwanger!

Hoi Lysbeth,

Gefeliciteerd met je zwangerschap! Eén vraag zit vrouwen met diabetes inderdaad heel hoog als het om zwangerschap gaat: wanneer mag je? Met andere woorden: wanneer vind je arts je waarden goed genoeg voor een zwangerschap? Bij een goed HbA1c beperk je de kans op complicaties bij het kindje immers zo veel mogelijk. Mijn HbA1c was al tijden tussen de 6,5 en de 6,8 procent. Met de continu glucosemeter kon ik dit terugbrengen naar 6,3. Zou dat genoeg zijn? Ik hoorde er veel verschillende verhalen over en er werden diverse streefwaardes genoemd. Mijn internist vond HbA1c niet de enige graadmeter, maar ook leefstijl, zoals sporten en niet roken. 6,3 vond hij een prima uitgangspunt. Ik weet nog dat ik dacht: bedoelt hij nu dat het mag? Is dit het groene licht? Ja hoor!

En nu dus zwanger. Grote blijdschap, maar stiekem ook een beetje spanning. Hoe krijg of houd ik mijn bloedsuikers laag? Hoe doe ik dat met mijn werk, als mijn bloedsuikers steeds aandacht vragen? Of als ik voortdurend in een hypo zit? Fijn dat je internist niet de nadruk legt op het medische probleem van zwangerschap en diabetes. Ik ervaar ook een positieve houding en enthousiasme vanuit het ziekenhuis. En die steun is echt belangrijk, want de samenwerking met mijn internist en diabetesverpleegkundige wordt volgens mij heel intensief in deze periode. Ik ben benieuwd wat ons allemaal te wachten staat!