



Belevissen van twee zwangere vrouwen met diabetes



Anne-Marie Eerenstein (29) en Lysbeth Slotegraaf (33) 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 Lysbeth,

Op mijn werk hing ik regelmatig boven het toilet, best raar als je collega's nog van niets weten! Mijn diabetesverpleegkundige waarschuwde me nog voor misselijkheid in de eerste periode van de zwangerschap. Ik had nergens last van. Een dag later begon het... Mijn vriend heeft me twee maanden lang heel lief een kopje thee en twee beschuitjes op bed gebracht, die ik alleen met veel moeite weg kreeg.

De misselijkheid was lastig, maar het werken aan scherpe bloedsuikers maakte deze periode echt intensief. De diabetesverpleegkundige stelde de spelregels vast: streven naar waarden tussen de 4 en de 8, boven de 8 bijsturen.

Hoge waarden vermijden. Elke week twee dagcurves doormailen, inclusief nachtelijke metingen. Zo streng ben ik nog nooit geweest voor mezelf! Maar goed, alles om mijn waarden zo netjes mogelijk te houden en de ontwikkeling van het kindje zo goed mogelijk te laten verlopen. Ik kreeg echter veel hypo's. Deels omdat ik sneller bijstuurde, maar mijn waarden werden ook vanzelf lager. Het scheelde dat ik de hypo's meestal voelde aankomen en ze goed kon wegwerken. Maar in een dag een pakje dextro's opeten, daar word je niet blij van.

Gelukkig ook leuke dingen in deze periode, zoals de eerste echo's! Want dat is wel een van de leuke dingen van zwanger zijn met diabetes. Krijg je in een gewone zwangerschap 2 echo's, wij krijgen er elke maand eentje. En wat op de eerste echo niet meer is dan een klein zwart vlekje, is enkele weken later al echt een mini-mensje.

Hoi Anne-Marie,

Over veel echo's gesproken. Ik heb er drie in drie weken gehad. In week 6 kreeg ik ineens een bloeding op mijn werk. Was het dan toch te mooi om waar te zijn, dacht ik. De bloeding zette gelukkig niet door. Voor de zekerheid naar het ziekenhuis en daar kreeg ik mijn eerste echo. Nog steeds een mooi begin van een zwangerschap en waarschijnlijk was het in het beginstadium een tweeling geweest.

In week 8 had ik de eerste officiële controle in het ziekenhuis. Mijn man was ook mee. De arts tuurde wel heel lang naar het beeldscherm. 'Ik zie twee vruchtzakjes', zei ze!!! De tranen liepen over mijn wangen. Toch een tweeling! Na de nodige informatie zijn we op de terugweg uit de auto gestapt om weer even aarde onder onze voeten te voelen. Ik heb nu dus een dubbele medische indicatie in het ziekenhuis. Het wordt geen zorgeloze zwangerschap.

Voor de afspraak bij mijn internist had ik keurig mijn huiswerk gemaakt. 'Leg dat maar aan de kant', zei hij. 'Ik wil het eerst over je werk hebben. Het lijkt mij niet meer verstandig dat jij onregelmatig gaat werken'. Wat een opluchting! Ik had me de afgelopen weken veel zorgen gemaakt. 's Ochtends werd ik al wakker met mijn teamleider in mijn hoofd. Als woonbegeleidster in de zorg heb ik niet de meest ideale baan met mijn diabetes. Mijn internist stelde gelijk een brief op voor mijn leidinggevende en de arbo-arts. Nu kan ik mij volledig richten op goede bloedsuikers en de twee kindjes die in mij groeien.