



Belevissen van twee zwangere vrouwen met diabetes



Anne-Marie Eerenstein (29) is zwanger van haar eerste kindje, Lysbeth Slotegraaf (33) verwacht een tweeling. 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.

Ha Lysbeth,

De laatste loodjes. Mijn buik groeit, maar ik krijg er meer complimentjes over dan dat ik er last van heb. Ik ben wat sneller moe, af en toe heb ik pijn in mijn rug, en als ik thuis kom ziet de bank er heel aantrekkelijk uit. Maar ik ben nog maar een kilo of zes gegroeid en heb nog genoeg energie voor mijn werk. Gelukkig wel, want ik heb nog genoeg te doen voor mijn verlof! Ik moet alleen wel 5 minuten eerder vertrekken om mijn trein te halen, omdat ik niet meer zo hard fiets...

Lichamelijk gaat het dus allemaal goed, maar de gedisciplineerde leefstijl valt me wel zwaar. We lijken wel topsporters, vind je niet? Rust, regelmaat, letten op wat je eet. Ik ontbijt nog maar met één boterham, omdat mijn bloedsuiker anders na het ontbijt omhoog vliegt. Pas later op de ochtend eet ik meer. Ik verlang dus wel eens naar een uitgebreid ontbijt: glaasje verse jus, paar boterhammen met hagelslag. En ik zie ook uit naar het moment dat de diabetes weer wat op de achtergrond raakt.

Gelukkig blijft mijn HbA1c goed en ook de gynaecoloog is tevreden. Bij dertig weken hadden we nog een uitgebreide echo en alles was goed. Terloops vertelde de gynaecoloog dat de bevalling bij 38 weken ingeleid gaat worden. Dat is protocol. Raar dat we dat nu pas horen, terwijl we al maanden op controle komen. Dan toch maar een weekje eerder met verlof.

Hoi Anne-Marie,

De bevalling is in zicht. We hebben een datum gepland: onze kindjes worden in week 37 geboren. Via een keizersnede. Omdat het eerste kindje in een stuit ligt en er daarnaast de risico's zijn van een bevalling van een tweeling. Mijn bloedglucosewaarden zijn vaak heel erg laag. De internist legt uit dat je

dit vaak ziet bij vrouwen met diabetes die in de laatste fase van hun zwangerschap zitten. Een teken dat de bevalling niet lang meer op zich zal laten wachten...

Thuis wil ik nog van alles aanpakken.

Mijn man vraagt met inmiddels aangeleerde voorzichtigheid: is het in het belang van de baby's dat je nu de kelder gaat opruimen? Na deze opruimactie zijn mijn voeten 's avonds tweemaal zo dik.

Ik was al 14 kg aangekomen. Doordat ik veel vocht vasthoud, is daar in twee weken nog eens 8 kg bijgekomen. Onze hond klaagt dat hij steeds korter uitgelaten wordt. Ik schuifel op mijn pantoffels het ziekenhuis in.

De gynaecoloog schat beide kindjes richting de 6 pond. 'Ik vraag me af of jij week 37 wel haalt', zegt hij even tussendoor. En, 'met een verhoogde bloeddruk is het nu oppassen. Veel meer rust nemen en na de lunch gaan slapen.'

Nou, ik heb de alarmbellen gehoord.

Mijn man heeft nog steeds de geplande datum in zijn hoofd. Maar bij mij vindt 's nachts een verschuiving plaats in mijn agenda.