



Diabetes:
waar of
niet waar?



Help misverstanden de wereld uit

Er wordt veel over diabetes type 1 beweerd.
Maar lang niet alles daarvan is waar.



**De bloedglucose-
waarden bij
diabetes type 1
worden alleen
hoog als er iets
verkeerd is**

De bloedglucosewaarden bij kinderen met diabetes zijn vaak erg onvoorspelbaar en moeilijk te beheersen. Allerlei zaken beïnvloeden namelijk de bloedglucosewaarden, zoals: groeien, stress, bewegen, puberteit en ziekte. Het kan dus zijn dat de bloedglucosewaarden schommelen zonder dat er een aantoonbare reden voor is.



**Kinderen met
diabetes type 1
gebruiken een
insulinepomp
als hun diabetes
erger is**

Of je als kind nu een spuit gebruikt of een pomp, dat zegt niets over 'hoe erg' je diabetes hebt. Met type 1 produceert je lijf geen insuline meer. De enige manier is dan insuline toe te dienen door spuiten of pompen. De meeste schoolkinderen in Nederland gebruiken tegenwoordig een insulinepomp.



Kinderen met diabetes eten speciale dieet-voeding

Hoewel er dieetvoeding met het label 'voor mensen met diabetes' bestaat hebben kinderen hier geen voordeel van. Het is vaak duur en vol van kunstmatige suikers. Kinderen met diabetes kunnen hetzelfde eten als wat gezond is voor alle kinderen. Dus de bekende 'schijf van vijf' geldt net zo goed voor kinderen met diabetes.



Kinderen met diabetes type 1 mogen niet sporten

Bewegen is juist goed als je diabetes hebt. Dus kinderen met diabetes type 1 mogen zeker sporten. Het betekent wel vaak dat ze iets meer moet plannen wat betreft meten, eten en insuline-dosering.



Kinderen krijgen diabetes type 1 omdat ze teveel snoepen

We weten nog niet precies wat diabetes type 1 veroorzaakt. Wat we wel weten is dat je het niet kan voorkomen. En dat het absoluut niets te maken heeft met snoepen.



Kinderen krijgen diabetes type 1 omdat ze te zwaar zijn (geweest)

Kinderen krijgen geen diabetes type 1 omdat ze te zwaar zijn of zijn geweest. Type 1 heeft niets te maken met gewicht of levensstijl. Door overgewicht loop je meer risico op diabetes type 2. Dit is echter zeldzaam bij kinderen.



Diabetes type 1 en 2 zijn hetzelfde

Het zijn twee verschillende aandoeningen.

Mensen met type 1 produceren zelf

helemaal geen insuline meer. Zij zijn
volkomen afhankelijk van insuline die
ze toedienen met een spuit of pomp.

Meestal krijg je diabetes type 1 voor je
veertigste.

Mensen met type 2 produceren niet
genoeg insuline of hun insuline werkt

niet goed genoeg meer. Het kan op
verschillende manieren behandeld

worden: door meer gebalanceerd te eten,
meer te bewegen, door pillen of insuline.

Meestal ontwikkelt diabetes type 2 zich
bij volwassenen.

NIET
WAAR

Kinderen met diabetes type 1 mogen niet snoepen

Gezond eten voor kinderen is hetzelfde

als gezond eten voor kinderen met

diabetes. Dus de bekende 'schijf van vijf'
geldt net zo goed voor kinderen met

diabetes.

NIET
WAAR

Kinderen met diabetes type 1 groeien er overheen

Er is nog geen genezing voor diabetes.

Op het moment dat een kind de

diagnose diabetes krijgt is dat voor de
rest van zijn leven. Gelukkig wordt de
behandeling van diabetes wel steeds

beter. Als je diabetes goed kunt managen
kun je er gezond oud mee worden.

NIET
WAAR

ZORGELOOS
MET
DIABETES
NAAR
SCHOOL