



Beste ouders¹,

Ons kind zit bij jullie kind in groep en heeft sinds diabetes type 1.

Omdat ons kind net zoals ieder ander kind gewoon met alles mee wil doen zoals traktaties, spelen en partijtjes, hebben wij deze brief geschreven. Om jullie te vertellen wat diabetes is en hoe jullie ons kunnen helpen bij traktaties en als onze kinderen willen afspreken met elkaar. Wij zijn altijd mobiel bereikbaar.

Hebben jullie naar aanleiding van deze brief nog vragen, dan beantwoorden we die graag. Per telefoon, op het schoolplein of waar het ook maar het beste uitkomt.

Hartelijke groet,

Moeder naam en mobiele nummer:

Vader naam en mobiele nummer:

Eventueel achterwacht naam en mobiele nummer:

Foto van je kind

Traktaties

Laat ons van te voren weten wanneer jullie kind trakteert in de klas en wat de traktatie is (dit kan bijvoorbeeld via een berichtje met foto) zodat wij de hoeveelheid koolhydraten per traktatie alvast uit kunnen rekenen. Natuurlijk zonder te verklappen wat er getrakteerd wordt.

Wat is diabetes?

Diabetes is een levenslange aandoening en is nog niet te genezen.

Mensen met diabetes maken geen of te weinig insuline aan. Hierdoor stijgen de bloedsuikers in het bloed. Insuline is nodig om de cellen in het lichaam te voorzien van brandstof. Als er onvoldoende insuline is, blijft de suiker in het bloed met als gevolg een hoge bloedsuiker, terwijl de cellen juist een tekort aan suiker hebben met als gevolg dat het lichaam niet goed kan functioneren. Van invloed op de hoogte van bloedsuiker zijn de hoeveelheid suiker (koolhydraten) in het eten, de insuline dosering, inspanning, stress en ziekte. Waarom iemand diabetes krijgt is nog niet precies bekend maar gelukkig is het wel te behandelen.

Door regelmatig bloedsuikers te meten en als ze te laag zijn een bepaald aantal snelle koolhydraten te eten of te drinken. En als ze te hoog zijn een bepaalde hoeveelheid insuline toe te dienen. Insuline toedienen kan niet met een pil, maar gebeurt met een pen of een pompje.

¹ Voorbeeldbrief voor ouders van klasgenootjes



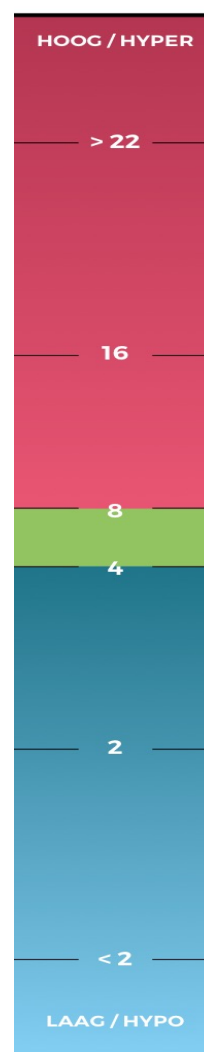


Als onze kinderen afspreken

Wat hier volgt zijn zes praktische tips om jullie wat alvast wat houvast te geven als ons kind komt spelen.

1. Bloedsuikerwaarden op zichzelf zijn niet slecht of goed, ze zijn wat ze zijn. Ons kind functioneert het beste bij waarden die binnen de streefwaarden (ongeveer tussen 4 en 8) vallen. Daarnaast is dit het beste voor de gezondheid op lange en korte termijn. Maar het zijn geen rapportcijfers. De cijfers geven simpel informatie om naar te handelen. Als ze te hoog zijn en dus een hyper hebben, heeft ons kind insuline nodig en is het goed om water te drinken. Zijn ze te laag en een hypo hebben, dan heeft het snelwerkende suikers nodig en na een tijdje nog een re-check. Zijn ze binnen de streefwaarden dan hoeft er niets te gebeuren.
2. De manier waarop het kind zich gedraagt en eruit ziet bij hoge of lage bloedsuikers is anders, maar veel symptomen lijken op elkaar. Vraag om te testen als je twijfelt of bel ons.
3. Het is goed mogelijk dat ons kind niet vertelt hoe hij/zij zich voelt omdat hij/zij teveel verdiept is in het spel of zich al te slecht voelt om adequaat te kunnen reageren. Neem zelf het initiatief en vraag en/of check hoe het gaat, of bel ons.
4. Het lichaam van een kind met diabetes functioneert anders. Hij of zij zal vaker dan gebruikelijk, iets eten, drinken of naar de wc gaan afhankelijk van de suikerwaarden. Geef ons kind de tijd, ruimte en flexibiliteit om dat mogelijk te maken.
5. Ons kind kan eten en drinken wat de andere kinderen ook eten en drinken maar wel met wat extra planning. De koolhydraten moeten namelijk geteld worden en daarvoor de juiste hoeveelheid insuline op tijd worden gegeven. Het gebruik van Google of een koolhydraten app zijn daarbij heel handig. Kom je er samen niet uit, geef dan iets zonder koolhydraten (bijvoorbeeld kaas, tomaat, komkommer, worst) of bel ons.

BLOEDGLUCOSE WAARDE



Overzicht van diabeteszorg

Dit kan ons kind zelf	Hierbij heeft ons kind supervisie nodig	Dit vragen jullie om te doen	Hiervoor graag ons bellen

