

Tekst: Lydia Braakman

Diabetes type 1

In deze rubriek belichten we een bijzondere of zeldzame aandoening, stoornis of eigenschap bij kinderen, waarmee je in je werk te maken kunt krijgen. Wat houdt deze in, hoe ga je ermee om en wat hebben deze kinderen nodig? Deze keer: diabetes type 1.

Wat is diabetes type 1?

Diabetes type 1 is een levenslange aandoening. Mensen met diabetes maken geen of te weinig insuline aan. Insuline is nodig om cellen in het lichaam te voorzien van de brandstof glucose (suiker). Bij diabetes neemt het lichaam geen suiker op uit het bloed. Het gevolg is een hoge bloedglucose, terwijl er in de cellen juist een tekort is. Het lichaam kan dan niet goed meer functioneren. De hoeveelheid glucose in het bloed wordt beïnvloed door suikers (koolhydraten) in het eten, inspanning, stress en ziekte.

Waarom iemand diabetes krijgt, is nog niet precies bekend. Het is ook nog niet te genezen, maar gelukkig wel te behandelen.

Er bestaan verschillende vormen van diabetes. Type 1 komt bij kinderen en jongeren het meest voor. Hierbij zijn de insulineproducerende cellen van het lichaam door het eigen afweersysteem stukgemaakt. Het lichaam is daardoor volledig afhankelijk van insuline die kunstmatig wordt toegediend. Bij volwassenen komt vooral diabetes type 2 voor. Hierbij maakt het lichaam te weinig insuline aan en/of het lichaam reageert er minder goed op. Type 1 moet levenslang met insuline worden behandeld. Door insuline toe te dienen, kunnen de cellen weer suiker opnemen en daalt de bloedglucose. Bij een kind moet de bloedglucose vier tot wel twaalf

keer per dag gecontroleerd worden. Vaak gebeurt dit automatisch via een sensor, soms door middel van een vingerprik. Als bloedglucose te hoog of te laag is, moet dit gecorrigeerd worden.

Insuline wordt in de maag afgebroken. Daarom kun je het niet als tablet slikken. Je kunt het wel onderhuids met een pen inspuiten of via een insulinepomp toedienen.

Hoe vaak komt het voor?

Veel basisscholen hebben nog nooit een leerling met diabetes op school gehad, omdat er maar tweeduizend leerlingen met diabetes type 1 in heel Nederland op de basisschool zitten. In het voortgezet onderwijs is dit anders: het gaat om vierduizend leerlingen (verspreid over minder scholen). Omdat diabetes een behoorlijke impact heeft op het dagelijks leven, is het belangrijk voor het schoolpersoneel om te begrijpen wat dit is.

Wat merk je aan het kind?

De aandoening zelf is onzichtbaar. Ook de symptomen zijn lang niet altijd zichtbaar of goed te interpreteren. Hoge en lage bloedsuikers kunnen allerlei gevolgen hebben, zoals het warm of koud hebben, niet helder kunnen zien, ongecoördineerd bewegen, minder goed kunnen concentreren en presteren. De symptomen zijn voor ieder kind anders. Het is daarom zaak om dit goed uit te vragen bij de ouder en leerling.

Wat zijn de gevolgen voor het leerproces?

Diabetes kan het leer- en concentratievermogen van de leerling direct beïnvloeden. Dit heeft te maken met schommelende bloedglucosewaarden. Zowel bij te lage als te hoge bloedglucosewaarden verminderen het concentratievermogen, het geheugen, de denksnelheid en de vaardigheden om te plannen, te organiseren en informatie te verwerken. Hierdoor kan het zijn dat een leerling met diabetes voor toetsen aanpassingen nodig heeft, zoals extra tijd voor een toets (om de bloedglucosewaarde weer onder controle te krijgen). Vanwege het effect van diabetes op het leren is het belangrijk



Scherm met bloedglucosewaarden.



dat een leerling ondersteund wordt in het managen van zijn diabetes, zowel thuis als op school. Sommige kinderen met diabetes zullen ook vaker afwezig zijn vanwege ziekenhuisafspraken of omdat ze oververmoeid of ziek zijn.

Wat heeft het kind nodig van zijn leraren en begeleiders?

Uit ervaring blijkt dat de diabeteszorg op school goed in te passen is in de dagelijkse routine. Het is belangrijk om tijdens schooluren de ruimte en ondersteuning te geven voor goed diabetesmanagement rondom leren, eten, drinken, gymnastiek, buitenspelen, schoolreisjes en stress. Tot een jaar of acht heeft een kind hulp nodig bij de verschillende diabetesbehandelingen, zoals koolhydraten tellen, bloedglucose meten en insuline toedienen. Schoolpersoneel mag onder bepaalde voorwaarden insuline toedienen, zowel via een pomp als een insulinepen. Deze voorwaarden staan duidelijk beschreven op de website: zorgeloosmetdiabetesnaarschool.nl. Tussen acht en twaalf jaar blijft supervisie belangrijk. Op de middelbare school staat vooral het faciliteren van specifieke behoeften van de leerling centraal, ook als dit een uitzondering op de regels betekent. Het belangrijkste advies is om in gesprek met leerling

Ouder aan het woord

Moeder Lydia Braakman: 'Nu maar hopen dat mijn bloedglucosewaarden meewerken', zei mijn dochter onlangs, de dag voordat haar examen wiskunde B op het programma stond. Toen zij haar examen maakte, schreef ik dit artikel. Duizend woorden om te beschrijven wat diabetes voor een leerling op school betekent en wat deze kinderen met diabetes op en van school nodig hebben. Mijmerend bedenk ik me dat mijn dochter wel duizend keer per dag, bewust of onbewust, bezig is met haar diabetes, koolhydraten, insuline, pomp, sensor, bloedglucosewaarden enzovoort. In haar examentas zitten, behalve een geodriehoek en rekenmachine, ook druivensuiker, pakje sap en nootjes. En aan haar lijf zitten een insulinepomp en sensor geplakt. Ik ben dankbaar dat deze hightech voor een goede nachtrust heeft gezorgd. Haar sensor heeft namelijk een dreigende hypo (lage bloedglucose) voorkomen afgelopen nacht. Dus daar zal het in ieder geval niet aan liggen.



Lydia Braakman

Lydia Braakman heeft twee dochters die sinds hun tweede jaar diabetes type 1 hebben. Ze is directeur van Zorgeloos naar School, een stichting voor leerlingen met een chronische aandoening. Begin 2014 initieerde ze de lobby Zorgeloos met Diabetes naar School. Haar intrinsieke motivatie schuilt in de weerstand die zij indertijd ondervond bij het regelen van goede diabeteszorg voor haar dochters op school. Intussen is zij als directeur de drijvende kracht achter en het aanspreekpunt van de stichting.

en ouder(s) bij de start op school de juiste vragen te stellen om zo tot maatwerk te komen.

Meer informatie

Op de site zorgeloosmetdiabetesnaarschool.nl kun je gratis een gids downloaden of bestellen. Deze is ontwikkeld om zowel de school en ouders als de leerling concrete handvatten te geven om met elkaar tot maatwerk te komen en zo de diabeteszorg op school goed te regelen.