

Postbus 470 - 2006

Wilt u reageren op een artikel of ontwikkeling? Heeft u een oproep of foto voor Diabc? Schrijf, stuur of mail dan naar Diabc, postbus 470, 3830 AM leusden, diabc@dvn.nl o.v.v. Postbus 470. De redactie behoudt zich het recht voor brieven in te korten of aan te passen. Het kan enige tijd duren voor uw reactie of foto wordt geplaatst.



Annemarie

Ze droomt regelmatig weg bij de wereldkaart boven haar bed. Pen en papier vormen haar eerste levensbehoefte. Ze zit in het vierde jaar van de opleiding journalistiek in Ede. Annemarie van Donselaar (21) heeft sinds haar negende diabetes en deelt elke maand een stukje van haar leven met de lezer.

Inhoud:

Zelfmedelijden	2
Winterjas	2
Ontspanning	3
Neuropatische pijn	3
Geen naalden in Spanje	3
Vergoeding en duur behandeling.....	3
ICSI.....	3
Seksuologisch advies	4
Vergoeding medicijnen	4

Annemarie

Zelfmedelijden

Diabc, november 2006, jaargang 60, nummer 11 - pg. 19

02.30 uur. De muziek van de band op het podium voor me, boeit me niet meer op dit tijdstip en mijn voeten doen zeer van het lange staan. In navolging van mijn vrienden die al eerder zijn afgehaakt, verlaat ook ik het festivalterrein om te gaan slapen. Bij de tent aangekomen, ben ik jaloers op mijn tentmaatje, die al in diepe rust verkeert. Ik ben nog ver verwijderd van dat stadium. Alleen het zoeken al van de spullen die ik nodig heb, duurt een kwartier. Ik heb wel met mezelf te doen, want alles wat ik aan licht heb, is een minilampje dat een kleine lichtbundel geeft als je een knopje ingedrukt houdt. Ruim een half uur later heb ik dan eindelijk mijn pyjama aan, mijn tanden gepoetst en mijn gezicht gereinigd. Nu alleen nog spuiten. Ik doe verschillende pogingen om het indrukken van het lampje te combineren met het pakken van een plooi en het inbrengen van de naald. Tevergeefs, ik moet het zonder licht doen. Op zoek naar de juiste spuitplek, prik ik verschillende keren met de naald oppervlakkig in mijn been. En als ik uiteindelijk de naald doorduw en ik voel daar meer van dan normaal, vind ik zelfmedelijden gerechtvaardigd.

Winterjas

Diabc, december 2006, jaargang 60, nummer 12 - pg. 17

Jaloers kijk ik naar de vrouw naast me op het perron. Ze heeft een dikke winterjas aan en lijkt geen last te hebben van de kou. Ondertussen sta ik te rillen in mijn ongevoerde ribjas, die duidelijk niet is gemaakt voor temperaturen rond het vriespunt. Maar ik troost mezelf met de gedachte dat ik over een paar uur ook in het bezit zal zijn van een warme jas. Ik ben al drie jaar tevergeefs op zoek naar een winterjas, maar vandaag ben ik vastbesloten te slagen... Nadat ik verschillende jassen heb gepast, die allemaal niet voldoen aan mijn eisen, zie ik hét perfecte exemplaar hangen. Halflang, legergroen, getailleerd en gevoerd. Terwijl ik naar de juiste maat zoek, bedenk ik hoe lekker het zal zijn om deze winter geen kou te lijden. Maar al snel verdwijnt deze gedachte. 5, 5, XL, XL, XXL, lees ik op de kaartjes van de jassen in het rek. Mijn maat ontbreekt. "Heeft u nog een M of een L", vraag ik de verkoopster verwachtingsvol. Ze moet me teleurstellen. Drie uur later sta ik weer op het perron. Terwijl ik mijn sokken nog een keer extra hoog ophijs en heen en weer loop om warm te worden, denk ik: ach, deze vierde winter kom ik ook wel door met mijn ribjas."

Postbus 470

Diabc, november 2006, jaargang 60, nummer 11 - pg. 19

Ontspanning

Met een prijsvraag in de Diabetes Aktiefkrant van de DVN wonnen wij een prijs: een verblijf in park De Schaapskooi in Epe. Dat kwam heel goed uit, want we waren net verhuisd en dat gaf veel stress en drukte. Het weekeindje deed onze zoon Hindrik veel goed. Thuis krijgen wij hem niet op peil. Maar als hij een weekeindje weg is, wordt hij lekker ontspannen en heeft hij veel minder insuline nodig. Vanuit Drachten willen wij jullie dan ook hartelijk bedanken voor het leuke weekeindje in Epe!

Fam. Djurrema, Drachten



Neuropatische pijn

Al tientallen jaren heb ik diabetes. Nu heb ik al maanden last van neuropathie aan voeten en benen: erge pijn, prikkels en steken. Soms ook in mijn handen. Dit gebeurt voornamelijk 's nachts. Wie weet hier raad op, alle tips zijn welkom!

J. van Duijn - [e-mail: wilvanduijn@casema.nl](mailto:wilvanduijn@casema.nl)

Geen naalden in Spanje

In Barcelona rolden zakkenrollers mijn etui met insulinepennen, naalden en tabletten uit mijn rugtas. Paniek! Twee apotheken, twee ziekenhuizen en vier metroritjes later was mij één ding duidelijk: in Spanje wordt wel insuline maar geen naaldjes verstrekt! Gelukkig vond ik nog één naaldje in mijn metertasje. Tegen de regels in heb ik er 7 keer mee gespoten. Ik maak het goed! De les voor ons: in Spanje kun je wel insuline kopen, maar het is onmogelijk om aan naalden te komen. De naalden worden door de verzekeraar verstrekt, maar alleen aan Spanjaarden!

Lieneke Korbineau, Ridderkerk

Vergoeding en duur behandeling

In het januarinumnummer van Diabc werd een vraag gesteld over frozen shoulder. Voor deze aandoening, die vaak voorkomt bij diabetes, kreeg ik zelf fysiotherapie, maar dit hielp niet. De huisarts verwees mij daarop naar een revalidatie-arts. Deze adviseerde manuele therapie. De therapeut zei dat deze aandoening zo lang mag worden behandeld als nodig is en de therapie hielp mij zeer goed. Na driekwart jaar werd besloten de behandeling af te bouwen. Inmiddels had ik de rekening naar mijn zorgverzekeraar De Friesland gestuurd. Maar deze stuurde de nota's terug, omdat zij eerder al negen behandelingen fysiotherapie hadden vergoed. Ik heb dit weer opgenomen met mijn therapeut. De therapeut heeft toen zelf met de zorgverzekeraar gebeld, die uiteindelijk (bij uitzondering) de rekening zou betalen. Ik vind het een kwalijke zaak, dat behandelaars en verzekeraars verschillende maatstaven aanleggen over de duur en vergoeding van een behandeling. Bij het afsluiten van een verzekering zul je dus ook daarmee rekening moeten houden! Ik hoop dat mijn tip van nut is en wens u veel succes met de DVN.

W.E. Boom, Appelscha

Diabc, december 2006, jaargang 60, nummer 12 - pg. 17

ICSI

In Diabc oktober stond het verhaal van Joke. Daarin lijkt het alsof uit elke IVF/ICSI-poging een zwangerschap voorkomt. Hoe anders is de werkelijkheid. Het grootste deel van de kinderloze

stellen blijft altijd met lege handen staan. Ik begrijp dat het verhaal in hoofdzaak om de diabetes en zwangerschap gaat, maar dit moest me toch even van het hart.

Jolanda Bakker - e-mail v.a.bakker@hetnet.nl

Seksuologisch advies

Het artikel seks en diabetes in het themanummer *Pubers* van Diabc september zag er goed uit. Leuk om eraan meegewerkt te hebben. Voor het geval mensen met vragen contact met mij op willen nemen, hierbij mij e-mailadres. Ik heb een seksuologisch training- en adviesbureau.

Ina Rendering e-mail: inarendering@hetnet.nl

Vergoeding medicijnen

Eind juni stuurde ik een brief naar de klachtencommissie van zorgverzekeraar VGZ om mij te beklagen over declaratieregels. Omdat ik enkele maanden ga backpacken door Australië had ik VGZ al eerder gevraagd hoe men mij de insuline in Australië zou vergoeden. Er kwamen twee voorstellen, geen van beide bruikbaar. Ik kon immers geen voorraad insuline meenemen in mijn rugzak gezien het klimaat. Alle bonnetjes bewaren tot ik weer terug ben in Nederland, is voor een pas afgestudeerde financieel niet haalbaar. Als antwoord op mijn klacht werd ik in september gebeld door iemand van de klachtencommissie van VGZ. Zij meldde dat de declaratieregels in dit geval niet redelijk zijn. Om die reden krijg ik de insuline die ik in Australië in de apotheek ophaal, nu meteen rechtstreeks vergoed van VGZ. Ik hoop andere jongeren die een verre reis willen maken met deze info te helpen. Het blijkt dat je niet 'alles' zomaar hoeft te accepteren wat een verzekeraar vraagt, maar je moet je klacht wel bij het juiste team neerleggen. Stop geen energie in hopeloze discussies met telefonisten, die toch niets kunnen beslissen. Maar leg je zaak voor aan een klachtenteam van de verzekeraar.

Stefan Thijs, Heeze, e-mail stefanbishop@hotmail.com

