

‘Iedereen komt er sterker uit’

Je kind veilig mee op kamp

Loltrappen onder begeleiding van de beste medische professionals; daarin schuilt de kracht van de SugarKids-kampen. Maak kennis met twee artsen en twee diabetesverpleegkundigen. Dankzij deze vrijwilligers genieten kinderen én ouders van een onbezorgde vakantie. TEKST RIANNE MARIJS FOTOGRAFIE GUUS HERBSCHLEB

“Als arts weet ik natuurlijk heel goed waar kinderen met diabetes rekening mee moeten houden. Maar de échte impact van wat ‘t betekent voor hun dagelijks leven, voel je pas als je op zo’n kamp meegaat. Als hulpverlener leer je daar ontzettend veel van. Ik heb nu meer begrip. En ik vind het gewoon één van de leukste dingen van mijn werk. Het geeft een fijn gevoel om kinderen een fantastische vakantie te bezorgen. Zonder goede medische begeleiding en expertise is dat gewoon niet mogelijk. Ik weet nog dat tijdens ponykamp een meisje ‘s ochtends moest braken, omdat haar pompnaaldje niet goed zat. Door ons ingrijpen kon voorkomen worden dat ze moest worden opgenomen.”

“Je ziet vaak dat hoe heftiger kinderen door de puberteit gaan, hoe slechter ze zijn ingesteld. Op het SugarKids-kamp voelen pubers

minder weerstand, want daar heeft iederéén diabetes. Het is een stuk minder irritant om vlak voor de lunch je bloedglucosewaarde te moeten meten als iedereen z’n tasje erbij pakt. Ik ben ervan overtuigd dat dit de acceptatie en zelfstandigheid bevordert. Kennisoverdracht idem dito. Ik doe in het ziekenhuis veel aan educatie, maar ik weet zeker dat die informatie beter blijft hangen als kinderen tips van een leeftijdgenoot krijgen, wat regelmatig gebeurt op het kamp. Ze leren zoveel van elkaar. Op het ponykamp was een meisje dat zelf niet het naaldje van haar insulinepomp durfde te prikken, iets wat veel kinderen eng blijven vinden. De laatste dag kreeg ze hulp van een paar meiden en heeft ze het uiteindelijk helemaal zelf gedaan. Ze was zo trots! Dat is een enorme zelfoverwinning voor die kids.”



Naam: Agnes Clement-de Boers (49) **Beroep:** kinderarts (Juliana Ziekenhuis, Den Haag) **SugarKids-kamp:** Ponykamp (2013) en ‘Chillen op Vlieland’ (2012)

‘Al mijn verwachtingen zijn overtroffen’



SUGAR KIDS CLUB



Naam: Alie Maatje (51)
Beroep: kinderdiabetes-verpleegkundige (Scheper ziekenhuis, Emmen)
SugarKids-kamp: Get Active (2013)

“Na alle enthousiaste verhalen die ik op de poli van kinderen en hun ouders hoorde, wilde ik graag een keer zelf mee op SugarKids-kamp. Al mijn verwachtingen zijn overtroffen. Ik dacht dat het veel spannender en vermoeiender zou zijn, vooral vanwege de nachtrondes, maar door de lol en de energie van de kinderen voelde ik die vermoeidheid amper.”

“Het feit dat kinderen nu eens niet de enige zijn met diabetes, schept een band. De sfeer was geweldig. Iedereen was supersociaal, niemand werd buitengesloten en iedereen hielp elkaar.

Als één van de kinderen bijvoorbeeld niet zoveel wist over koolhydraten, vormden ze op eigen initiatief een groepje om hem of haar daar iets over te vertellen. “Dat maakt meer indruk dan wanneer een volwassene iets vertelt. Als wij als begeleiders bijvoorbeeld zagen dat een meisje haar pompje liet bungelen, moesten we daar soms herhaaldelijk iets van zeggen. Maar als een van de kinderen er een opmerking over maakte, stopte ze hem meteen in d'r zak. Dat contact met leeftijdgenoten stimuleert kinderen om verantwoordelijker met hun diabetes om te gaan.”



Naam: Claudia van Dalen (39) **Beroep:** kinderdiabetes-verpleegkundige (Juliana Ziekenhuis, Den Haag) **SugarKids-kamp:** Ponykamp (2013)

“Twee maanden geleden is diabetes bij mijn zoon van dertien ontdekt. Nu weet ik helemaal hoe zwaar het is om elke dag met diabetes te moeten leven en zie ik nóg meer de waarde van de SugarKidskampen in. Ouders hebben letterlijk een paar dagen vrij van diabetes en ook kinderen hoeven er minder over na te denken, want dat doen wij nu samen met hen. Ik vond het fantastisch om ze dat stukje ontspanning te kunnen geven.”

“Agnes (kinderarts, zie pag. 25) en ik werken al ruim tien jaar samen en vullen elkaar naadloos aan. Op het kamp werkten we intensief samen met de vrijwilligers die van iedereen een boekje met de glucosewaarden bijhielden. Aan de hand daarvan bepaalden we elke dag de juiste dosering insuline. Daarnaast ondersteunden we met allerlei praktische zaken, zoals het verwisselen van de systemen van de insulinepompjes, en kon iedereen met medische vragen bij ons terecht. Bij twijfel overlegde ik altijd met Agnes. Zij draagt als arts de eindverantwoordelijkheid.”

“Omdat ik voor de eerste keer meeging, wist ik niet precies wat ik moest verwachten. Maar ik had er graag nog een paar dagen aan vastgeplakt, zó leuk vond ik het. Ondanks de gebroken nachten merkte ik weinig van vermoeidheid. Elke nacht checkten we de bloedglucosewaarden van meiden die vlak voor het slapen gaan een hypo, hyper of andere aanleiding hadden gehad waarom we ze 's nachts extra wilden controleren. Ik stond versteld hoe braaf die meiden zich lieten wekken, hun vinger uitstaken en zonder geklaag een banaan opaten als ze een te lage bloedglucosewaarde hadden. Alsof het de normaalste zaak van de wereld is dat je midden in de nacht gewekt wordt. Kippenvel kreeg ik ervan. Elke diabetesverpleegkundige en arts zou die andere kant van het vak een keer moeten ervaren.”



Naam: Lidewij Warris (27) **Beroep:** arts-onderzoeker (Erasmus MC, Rotterdam)
SugarKids-kamp: Get Active (2013)

“Als kind ging ik zelf vaak op kamp, dus ik weet uit ervaring hoe leuk het kan zijn. Even weg van je ouders, lekker buiten spelen, nieuwe vrienden maken. Maar voor kinderen met diabetes is dat niet zo vanzelfsprekend. Daarom vind ik die SugarKids-kampen zo geweldig, want daar is alles perfect geregeld. Omdat ik nog basisarts ben, stond er altijd een ervaren kinderarts standby met wie ik kon overleggen. Daarnaast werkte ik samen met een ervaren diabetesverpleegkundige (Alie Maatje, pag. 26) en goede vrijwilligers die zelf al jaren diabetes hebben. Zij hielden van alle kinderen een boekje bij met alle waarden die we elke dag met het hele team bespraken. Doordat kinderen zo actief zijn, kunnen ze makkelijker een hypo krijgen, dus je moet continu opletten en bijtijds handelen.”

“Het leuke van zo'n kamp is dat iedereen meedoet aan alle activiteiten; de mensen van de kamporganisatie lieten vrijwillig hun bloed prikken en Alie en ik deden gewoon de afwas als dat moest. Het gaat erom dat die kinderen een topweek hebben. De sfeer was ook zó goed. Ondanks het leeftijdsverschil van de kinderen ging iedereen goed met elkaar om en hielpen ze elkaar. Ik zag de kinderen groeien in die week. Kinderen die in het begin nog verlegen en terughoudend waren, waren aan het einde helemaal opgebloeid. Kinderen die aanvankelijk nogal nonchalant met hun diabetes omgingen, prikten na een paar dagen zonder morren mee.”

Meer weten over SugarKids Kampen?

Kijk eens op sugarkids.nl. Op de kampen kunnen we nog hulp van diabetesverpleegkundigen (DVK) en artsen gebruiken. Je wordt goed ingewerkt en begeleid. Er staat een kleine financiële vergoeding tegenover en voor DVK's ook een accreditatie. Neem contact op met Guusje Neijens (DVK) of Inge Olivier (coördinator activiteiten): info@dvn.nl of (033) 434 19 58.

‘Door onze actie hoefde ze niet naar het ziekenhuis’

