

Nieuws over Corona én meer

We worden hier met zijn allen met het coronavirus geconfronteerd. Dat vraagt van iedereen aanpassing, maar brengt ook zorgen.

We proberen jullie zoveel als mogelijk telefonisch te helpen en hopen dat we snel ook gebruik kunnen maken van beeldbellen. Wanneer we je wel graag willen zien, zul je merken dat onze werkwijze in DeKinderkliniek is aangepast. Wij geven géén handen geven, dragen een doktersjas en houden zoveel als mogelijk 1,5 meter afstand. Ben je bijvoorbeeld verkouden/ heb je koorts? Dan zullen wij beschermende kleding en mondkapje moeten dragen. Wij houden jullie via onze website zo goed mogelijk op de hoogte, zie;

<https://www.dekinderkliniek.nl/corona/>.

Corona en diabetes

Er wordt door Diabeter wekelijks een webinar met veel informatie gegeven over diabetes type 1 en Corona. Ineke was hierin de afgelopen weken ook te zien én te horen! De moeite waard om deze uitzendingen terug te kijken, ga naar:

<https://www.diabetestype1.nl/nieuwsberichten>, of via de Facebookpagina van Diabeter <https://www.facebook.com/diabeter/>.

Het webinar van 25 maart : Diabetes en Corona in het algemeen.

Het webinar van 1 april: Diabetes type 1 en ziek zijn/Corona (vanuit behandelaren en een patiënt aan het woord).

Het webinar van 8 april: Werk in tijden van Corona.

Daarnaast is ook specifiekere informatie over diabetes en corona te vinden, via:

<https://www.diabetesfonds.nl/over-diabetes/corona-en-diabetes>.

Hyperglycemie

We horen nu vaker terug dat jullie hoger in de glucosewaarden zitten nu je niet naar school/ je werk bent en vooral thuis zit. Je bent dus niet de enige! Wanneer dit aan de hand is, moet je bij jezelf gaan afvragen hoe dit komt. Ben ik nog wel goed aan het rekenen? Sta ik nu veel later op en ontbijt nu met een ander koolhydraatratio? Ben ik nog wel voldoende actief aan het bewegen? Het is heel belangrijk om niet teveel van je normale ritme af te wijken om grote schommelingen te voorkomen. Ook is het heel belangrijk om te blijven bewegen. Dit maakt dat je je glucose voor energie verbruikt (dus minder stijging bloedglucose) én je insulinegevoeligheid groter wordt (dus minder insuline nodig voor dezelfde hoeveelheid glucose, dus minder schommelingen). Mocht je er niet helemaal uitkomen, schroom niet om hulp te vragen, wij zijn telefonisch gewoon bereikbaar!

Sensornaaldjes

Er zijn de afgelopen tijd wat problemen geweest met de levering van sensornaaldjes waardoor sommigen van jullie langer hierop hebben moeten wachten. Dit vinden we met zijn allen erg vervelend. Inmiddels zijn de leveringen weer op gang en hopelijk daarmee de problemen voorbij. Namens de leverancier: excuses voor het ongemak!

Heb je sensoren nodig? Vraag dit tenmiste een week van te voren aan via

kdvk@dekinderkliniek.nl, vermeld in e-mail: 06-nummer, naam en geboortedatum.

Nieuw in het diabetesteam

Sinds 9 maart j.l. is het kinderdiabetesteam versterkt met de komst van Brikita Starke. Brikita is verpleegkundig specialist en wordt ingewerkt in het diabetesteam, door alle Corona maatregelen hebben jullie haar vermoederlijk nog niet gezien, maar misschien wel al gehoord. Zij stelt zich graag voor:



Hallo, ik ben Brikita, 45 jaar en woon met mijn gezin in het mooie Friesland. Sinds 1997 ben ik kinderverpleegkundige en sinds 2016 verpleegkundig specialist met als aandachtsgebied kinderoncologie en palliatieve zorg bij kinderen. Ik ben nu heel hard aan het studeren om mijn diabeteskennis op te halen om jullie zo goed mogelijk te kunnen begeleiden. In mijn vrije tijd houd ik van lezen, zingen, motorrijden, volleyballen, zeilen en heb natuurlijk ook kaatsen moeten leren toen ik in Friesland kwam wonen! Ik hoop gauw met jullie rechtstreeks kennis te mogen maken. Hartelijke groeten, Brikita.

Afscheid



Marie-Lou Pardoën is sinds maart jl. niet meer werkzaam in het kinderdiabetesteam. Wel werkt ze nog in DeKinderkliniek, dus gelukkig kunnen ook jullie haar nog tegenkomen. We bedanken Marie-Lou voor haar waardevolle bijdrage aan ons team!

Paasen

Wij wensen jullie heel fijne Paasdagen. We helpen jullie met deze tabel een eindje op weg in het berekenen van extra snoepmomenten:

Paaslekkernijen

Product	Consumptie-eenheid	Gewicht in gram	Koolhydraten in gram	Kcal
Fondant	stuk	10	7	35
Paaseitjes klein	stuk	8	5	40
Chocolade paashaas	stuk	50	28	275
Chocolade paasei hol	stuk	10	6	55
Schuimpjes (klein)	stuk	5	5	20
Schuimpjes (groot)	stuk	15	15	60
Schuimkoekjes	stuk	10	10	40
Paaskoekje	stuk	10	6	50
Matze klein	stuk	5	4	15
Matze groot	stuk	20	16	65
Basterdsuiker	eetlepel	15	15	60
Paasstol (zonder spijs)	plak	60	30	185
Palmpaasbroodje	stuk	75	30	160

Ramadan

Eind april start de vastenmaand ramadan. Voor Moslims wereldwijd een heilige periode, die in het teken staat van bezinning en spiritualiteit. Voor kinderen en chronisch zieken, zoals bij diabetes, geldt dat er vrijstelling is voor de ramadan. Het advies is om niet mee te doen aan de ramadan vanwege de gezondheidsrisico's. Zo is er bijv. een grotere kans op het krijgen van hypo's en er kunnen complicaties ontstaan door het vasten. Wil je ondanks de gezondheidsrisico's toch meedoen aan de ramadan? Overleg dan eerst met het diabetesbehandelteam om gezamenlijk te bepalen hoe de risico's beperkt kunnen blijven.