



# 2 kapiteins op het schip

Journalist Claar Urbanus heeft een zoon (8) met diabetes. Het kan niet anders of dit heeft impact op haar relatie. 'Hoe hoog zit-ie? Vijftien, hoe kan dat nou, hoeveel heb je dan gespoten? Zo weinig?'

TEKST **CLAAR URBANUS** BEELD **FRANK VAN BIEMEN**

In onze relatie zijn mijn partner en ik gelijk aan elkaar. Mijn man staat naast mij op de voorplecht van de huishoudboot. Hij houdt in de gaten wat er in huis moet gebeuren. Net als ik. Hij kookt, ruimt op, zorgt voor de kinderen en regelt oppassen. Ben ik een weekend weg, dan maak ik geen briefje met wat er moet gebeuren en ik kom ook niet thuis in een grote bende (wat bij sommige vriendinnen wel gebeurt). Het heeft ook een nadeeltje: we zijn met twee kapiteins op een schip. Natuurlijk hebben we sommige taken verdeeld - ik doe de was, hij het kluswerk - maar soms zitten we op één terrein te cheffen. En dat leidt dan tot ruzie: ik vind dat hij zich niet met mij moet bemoeien, maar ik mag wel op zijn acties commentaar geven. Ik ben véél praktischer ingesteld en kan alles dus véél beter overzien... Dat is toch logisch?

## En toen kreeg ons kind diabetes

Ik weet het nog goed. Onze zoon was vijf jaar oud, nog geheel afhankelijk van ons. Het was kerstvakantie en wij zakten net lekker in dat ontspannen gevoel. Van managementteam werden we weer even minnaars. De diagnose kwam: diabetes type 1. In ons hoofd rinkelden enorme alarmbellen. Stress! Tellen, prikken, huilen, spuiten, huilen, prikken!

En na de eerste weken natuurlijk ruzie maken: 'Hoe hoog zit-ie? Vijftien, hoe kan dat nou, hoeveel heb je dan gespoten? Zo weinig, hoe kun je dat nou doen, je wéét toch dat....' of juist 'hoe kun je nou een half uur te laat zijn, je zou toch de wekker van je telefoon zetten? Lét nou toch op hem.' Dan had hij een hypo. Ons arme kind kreeg allerlei akeelige discussies over zijn hoofd geslingerd waarvan hij het onderwerp was. Soms wist ik in de hitte van de strijd op neutrale toon tegen hem te zeggen: 'hier kan jij niets aan doen lieverd' om vervolgens de ruzietoon weer behendig op te pakken. Pedagogisch niet handig. Het was puur de stress. We wilden beiden zijn waarden zo goed mogelijk houden. Dat jonge lijf moet immers nog heel wat jaartjes mee. Gelukkig

heeft spanning weinig invloed op zijn suikerwaarden, anders hadden deze ruzies nog lekker averechts kunnen werken...

## Ietsje achterover leunen

De hele dag door moesten we beslissingen nemen en we wilden dag en nacht alert zijn - iedereen met diabetes herkent dat waarschijnlijk. Het eerste jaar was daarom heel ingewikkeld. De vrucht van alle discussies is dat we hebben leren zien hoe het lichaam van ons kind reageert op beweging, voeding met vet, voeding zonder vet, stress en pijn. We hebben elkaar op dit gebied leren vertrouwen en inmiddels is een ruzie over dit onderwerp zeldzaam. Zoonlief - inmiddels ruim acht - wordt wat zelfstandiger, we kunnen ietsje achterover leunen. We zijn er gelukkig goed doorheen gekomen dankzij onze stevige basis. Ik ken ook verhalen van huwelijken die erop stuk lopen. Vaders die er zich helemaal niet mee bemoeien. Moeders die dit domein voor zichzelf opeisen. Zorgen voor een kind met diabetes is geen sinecure. Met twee kapiteins op het schip gaat het prima. ◀

# Hoe kun je nou een half uur te laat zijn

*Nu heeft hij een hypo*