

AUTEUR VAN 'MAMA HEEFT DIABETES':

WILLEKE MULDER

'ALS KINDEREN WETEN WAT ZE MOETEN DOEN, ZORGT DAT VOOR RUST'

Tekst: Mariëlle Seegers



Willeke Mulder heeft diabetes type 1 sinds haar 11e. Toen ze kinderen kreeg, kon ze nergens een boek vinden dat haar kinderen uitlegde wat diabetes is, of hoe kinderen hun moeder kunnen helpen als het mis gaat. Dus besloot ze zo'n boek zelf te gaan schrijven.

“Ik vroeg aan de internist: heb ik eigenlijk het recht om kinderen te hebben?”

WILLEKE: “Het idee voor dit boek ontstond eigenlijk al negen jaar geleden. Ik was thuis met mijn dochttertje van een jaar toen ik een hypo kreeg en buiten bewustzijn raakte. Mijn zoontje van zes vond mij op de bank en kreeg me niet wakker. Hij heeft toen direct de buurvrouw gehaald en zo eigenlijk mijn leven gered. Het was een heftige gebeurtenis waar ik me achteraf ook heel schuldig over heb gevoeld. Ik vond dat ik had gefaald als moeder. Na die aanval heb ik aan de internist gevraagd: heb ik eigenlijk wel het recht om kinderen te hebben? Hij stelde me direct gerust en zei: ‘Als een moeder van de trap valt, weet geen enkel kind wat het moet doen. Jouw zoon wist precies hoe hij moest handelen toen hij jou zo aantrof. Je hebt je kind goed voorbereid, je hebt het dus goed gedaan.’

IMPACT OP HET GEZIN

Dat voorlichten over diabetes heb ik altijd zo goed mogelijk proberen te doen, maar hoe pak je zoiets aan? Toen ik kinderen kreeg ben ik op zoek gegaan naar boeken die het voor een kind duidelijk maken wat het betekent om een ouder met diabetes te hebben. Maar ik vond alleen boekjes voor kinderen die zelf diabetes hebben. Terwijl ik graag wilde weten: hoe voelt een kind zich als zijn ouder deze ziekte heeft? Welke

impact heeft dat op het gezin? Hoe kan een kind papa of mama helpen met diabetes en wat kan het doen als er iets misgaat? Daar was niks over te vinden.

HET BESTE DIABETESIDEE

Een jaar of vijf geleden ontmoette ik bij toeval Ansje Bootsma. Zij is tekstschrijver en moeder en heeft zelf diabetes sinds haar achtste. Ik vertelde haar dat ik de wens had om ooit een boek te maken voor kinderen die een ouder met diabetes hebben. Zij was direct enthousiast, maar zo'n project pak je niet zomaar even op. Door mijn ziekte ben ik altijd moe, ik had geen energie om uit te zoeken hoe we zoiets voor elkaar konden krijgen en uiteraard zit er ook een financieel risico aan. Ik heb haar visitekaartje vijf jaar lang in mijn portemonnee bewaard... En toen was daar ineens die oproep van het Diabetes Fonds. Ze waren op zoek naar het Beste Diabetesidee van 2017. Ik heb meteen Ansje gebeld: heb je er nog zin in? Samen hebben we een plan bedacht voor het boek en een pitch gemaakt. En we wonnen! Met de subsidie van het Diabetes Fonds hebben we het boek kunnen maken. Ansje en ik hebben samen het verhaal bedacht en zij heeft het prachtig opgeschreven. Via de vereniging van illustratoren in Noord-Nederland heb ik een

“Ik geloof niet in het lot,

maar dit viel wel heel mooi samen”

oproep gedaan voor een illustrator. Binnen vijf minuten kreeg ik een berichtje van ene Andrea: het lijkt me leuk om jouw boek te illustreren. Ik keek op haar website en kreeg kippenvel, zó mooi. Pas later kwam ik erachter dat zij de dochter is van Jan Kruis die de strip ‘Jan, Jans en de Kinderen’ tekende. Wij noemen onze Eva altijd Catootje omdat ze met een blote buik loopt, nu heeft ‘Catootje’ onze Eva getekend. Ik ben er nog blij van! Ik geloof niet in het lot, maar dit is wel heel mooi samengevallen.

KINDEREN WORDEN ZELFVERZEKERDER

Hoewel het boek geen biografie is, heb ik er wel veel situaties uit ons eigen leven in verwerkt. Zo heten de kinderen in het boek ook Jasper en Eva, net als mijn eigen kinderen. Jasper vindt op een dag zijn moeder op de bank, krijgt haar niet wakker en haalt de buurvrouw erbij. Ook figureren er wat mensen die wij kennen in het verhaal; zo is de Maaike in het boek een meisje uit ons dorp dat ook diabetes heeft en een pompje draagt. Maar verder is het niet ons levensverhaal. Ik hoop dat kinderen door het lezen van dit boek beter begrijpen wat diabetes is, en dat ze weten wat ze moeten doen als er iets aan de hand is met papa of mama. Daardoor worden ze zelfverzekerder en komt er meer rust in het gezin.

DIABETES HOORT ERBIJ

In ons eigen gezin hoort mijn diabetes er gewoon bij, net als de astma van mijn vriend. De kinderen weten niet beter. Maar dat neemt niet weg dat het vaak wel lastig is. En soms gaat het behoorlijk mis. Zo zijn we laatst bij een indoor motorcross geweest. We stonden op het punt om naar huis te gaan, Eva zat al in de auto. Ik wilde nog snel even Jasper ophalen en had mijn tas al in de auto gegooid. Daardoor hoorde ik het alarm van de sensor niet. Ik voel zo’n hypo nooit aankomen en deze was flink. De ambulance moest eraan te pas komen, ik zat als een zombie op mijn stoel. Op een gegeven moment zag ik Jasper voor me staan met tranen in zijn ogen. Ik heb oogcontact gezocht met mijn vriend: je moet Jasper hier weghalen. Eva zat inmiddels in de kantine, helemaal overstuurd. Het komt na zo’n hypo uiteindelijk wel weer goed, maar de kinderen zijn daarna nog een paar dagen van slag. Eva komt me steeds kusjes geven en vragen of het wel goed met me gaat.

TOCH DAT SCHULDGEVOEL...

Ook al weet ik dat de kinderen er echt niet slechter van worden, toch steekt het schuldgevoel wel vaker de kop op. Omdat ik vaak ontzettend moe ben, moet ik tussen de middag een uurtje rusten. Eva kwam laatst lekker bij me op bed liggen, even filmpjes kijken op de iPad. Ik zei tegen haar: ‘Eigenlijk wel vervelend hè Eef, dat

ik overdag moet slapen.' Ze zei toen: 'Nee hoor, ik vind het wel lekker zo. En als ik het wel vervelend had gevonden, had ik het toch niet gezegd.' Goudeerlijk natuurlijk, maar ik vind dat moeilijk om te horen. Zoiets doet wel heel erg pijn.

Inmiddels leef ik al ruim dertig jaar met diabetes. Ik kreeg het op mijn elfde, het werd destijds bij toeval ontdekt. Ik liep al een jaar rond met buikpijn en andere klachten. Gelukkig is er sinds die tijd enorm veel veranderd. Sinds acht jaar heb ik een sensor en die geeft heel veel rust. Mijn ouders en mijn vriend voelden zich altijd zeer verantwoordelijk voor mijn welzijn, ze belden steeds naar huis om te horen of alles wel goed met me ging. Ik voelde me soms net een kleuter van drie. Dankzij de sensor zie ik hypo's nu op tijd aankomen – als ik mijn tas tenminste niet in de auto laat liggen..."



OVER HET BOEK

Het gezin van Jasper (10) en Eva (8) lijkt een gewoon gezin. Toch maken zij bijzondere dingen mee: hun mama heeft diabetes. Soms moeten ze haar helpen, als mama zich niet goed voelt. De school van Jasper en Eva organiseert een sponsorloop. Eva weet een goed doel waar ze voor wil rennen. Zij en Jasper hopen dat haar idee het zal winnen. Zal de sponsorloop een succes worden?

'Mama heeft diabetes' is een (voor)leesboek voor kinderen vanaf 6 jaar. Bestel het via www.mamaheeftdiabetes.nl. Het boek kost € 14,99 en een deel van de opbrengst gaat terug naar het Diabetes Fonds.

MAAK KANS OP EEN GRATIS BOEK

Boeren Medical geeft 3 keer het boek "Mama heeft diabetes" weg.

Deelnemers kunnen tot **31 januari** kans maken door hun favoriete koolhydraatarme recept te mailen naar marketing@boerenmedical.nl.