



Informatiebrochure

Honeymoonfase

Items:

- Net ontdekt
- Aanpassen insuline
- Hypo(glycaemie)
- Hyper(glycaemie)
- Ziek
- Zelfcontrole
- Onderzoek

Honeymoonfase



Als je diabetes net ontdekt is.

De 'Honeymoonfase' of 'remissiefase' gaat over de periode nadat je diabetes net ontdekt is. Dit is een tijdelijke periode waarin je alvleesklier (pancreas) nog wat eigen insuline aanmaakt. Deze tijdelijke opleving van eigen insulineproductie zorgt dat de behoefte aan insuline-injecties daalt tijdens de eerste weken na constatering van de diabetes.

Die periode duurt soms een paar weken of soms wel een jaar. Daarna stopt je alvleesklier met het aanmaken van insuline. Individueel zijn er erg grote verschillen in de duur van de Honeymoonfase.



De eerste week of weken na de ontdekking van je diabetes heb je vaak een hoge dosis insuline nodig. Dat komt doordat je lichaam minder gevoelig is geworden voor insuline. Dat is uitgelokt door het hoge glucosegehalte in je bloed in de weken voordat je diabetes kreeg. Dat was ongeveer op hetzelfde tijdstip dat je enorm veel dorst kreeg.

In eerste instantie zullen er na constatering van diabetes via intensief telefonisch of mail contact met het kinderdiabetesteam adviezen gegeven worden t.a.v. insulineaanpassing. Na enige tijd zal het inzicht zo groot zijn dat je met onderstaande adviezen zelf de insuline kan aanpassen. Aarzel niet om het kinderdiabetesteam te bellen of te mailen als je je nog onzeker voelt, wij zijn daarvoor!!

En onthoud ook dat ieder kind uniek is in zijn reacties, dit zijn richtlijnen!

Insulineaanpassingen

Normale Insulinedosis

- 1 - 3 eenheden → verander dan met $\frac{1}{2}$ eenheid
- 4 -9 eenheden → verander dan met 1 eenheid
- > 10 eenheden → verander dan met 10 % van je dosis

Hypoglycaemie < 3,5 mmol/l

Verlaag de volgende dag de afgesproken dosis als je een hypo had lager dan 3.5 mmol/l en je niet zeker weet wat de oorzaak/verklaring was (te weinig gegeten of meer beweging dan normaal).

Lage bloedglucosemetingen

Verlaag de insuline op dezelfde wijze als boven bij een bloedglucose die 2 dagen achtereenvolgend op hetzelfde moment (zelfs bij afwezigheid van hypoglycemische symptomen) 4 mmol/l of lager is.

Hyperglycaemie > 10 mmol/l

Er is, als je net diabetes hebt, geen reden tot ongerustheid als je tijdelijk een hoge bloedsuiker hebt tussen de 10 en 15mmol/l. Wacht af en test je bloedglucose bij de volgende maaltijd - hij is waarschijnlijk vanzelf terug normaal geworden. Neem alleen extra kortwerkende insuline > 15mmol/l volgens het bijspuitschema van het kinderdiabetesteam.

Als bloedglucoses herhaaldelijk te hoog blijven is er waarschijnlijk een insulinetekort. Je mag dan de verantwoordelijke insulinedosis de andere dag met een aanbevolen eenheid veranderen.



Ziekte

Tijdens ziekte in de Honeymoon kan de behoefte aan insuline drastisch toenemen, zelfs soms bijna tot de dubbele dosis. Dit komt door het wegvallen van de eigen productie. **Neem altijd contact op met je diabetesteam als je ziek bent!**

Zelfcontrole

In het begin zal er vaak meer dan 4 x per dag de bloedglucose gemeten worden om de juiste insulinehoeveelheid te kunnen bepalen en om te zien hoe je op allerlei omstandigheden reageert.

Als bloedglucoses erg stabiel zijn kan het ook minder, ook afhankelijk hoe goed je zelf bloedglucoses kunt inschatten. Probeer de frequentie van bloedglucose meten af te bouwen tot een aanvaardbaar niveau, maar blijf minimaal 4 x daags meten. Soms voel je je opgejaagd door alle testen en wijzigingen in je insulinedosisen. Als dit voor jou geldt, las dan een week of twee een pauze in en doe enkel bloedglucoses om hypo's te vermijden. Zorg ervoor dat je ondertussen een zo leuk mogelijke tijd hebt. Je kunt daarna weer met vernieuwde energie terug aan de slag.



Onderzoek

Er wordt veel onderzoek gedaan om te proberen de Honeymoonfase te verlengen (Dit is dus de fase waarin je eigen lichaam - in de eerste weken of maanden - na het ontdekken van je diabetes - zelf nog een beetje insuline maakt). Wil je hier meer van weten? Dan kan de kinderarts je er meer over vertellen.