

Stefanie Rondags (40) werd op haar 14e gediagnosticeerd met diabetes type 1. Inmiddels weet ze dat ze een andere vorm van diabetes heeft: MODY3. Stefanie is psycholoog, freelance onderzoeker/schrijver en gepromoveerd in diabetesonderzoek bij VUmc. [www.stefanierondags.nl](http://www.stefanierondags.nl)



# Stefanie

## Gedoe

Vorig jaar werd ik 40. Dat betekent dat ergens in de komende tien á twintig jaar de overgang eraan zit te komen. Oftewel de 'perimenopauze': de periode vóór de menopauze, wanneer je als vrouw je laatste menstruatie hebt en onvruchtbaar wordt (gemiddeld gebeurt dat op je 51e). De waardes van je geslachtshormonen gaan dan schommelen, waardoor je vervelende klachten kunt krijgen zoals opvliegers, slaapproblemen en stemmingswisselingen. Maar niet iedereen weet dat dan je lichaamscellen minder gevoelig worden voor insuline - ik wist dat ook niet. Het zou dus kunnen dat ik in de komende jaren meer medicatie nodig heb voor dezelfde verlaging van mijn bloedsuikers. Misschien moet ik uiteindelijk zelfs overstappen op het spuiten van insuline, als mijn tabletjes niet meer afdoende zijn. Of in mijn geval: terug naar de insuline, want daar ben ik al mee bekend (de eerste vijftien jaar was ik onjuist met diabetes type 1 gediagnosticeerd en spoot ik meerdere keren per dag insuline). Ik vond het destijds lastiger om mijn diabetes goed te managen en het was bovendien meer gedoe, dus ik kijk daar niet naar uit. Bij mijn moeder, die nu 72 is en al sinds haar 10e diabetes heeft, werken mijn tabletjes niet voldoende, hoewel we beiden MODY3 hebben. Zij spuit dus insuline. Wij dachten dat dat kwam doordat haar alvleesklier na al die jaren diabetes lui was geworden. Maar nu denk ik: kan het misschien (ook) komen doordat ze sinds haar menopauze minder gevoelig is geworden voor insuline?

'De overgang,  
ik kijk er niet naar uit'