

Pubberz

Verkering... en dan?

CYBERPOLI

Vraag en antwoord komen deze keer van de Cyberpoli. Cyberpoli.nl is een online vraagbaak voor kinderen en jongeren met een chronische ziekte.

Chatten, informatie halen, interviews, columns en tips lezen, gratis vragen stellen aan een arts, diëtist of psycholoog, maar ook aan kinderen en jongeren met dezelfde aandoening, vrienden maken en nog veel meer!



DE VRAAG VAN
VANDAAG

Hallo! Ik ben een meisje van 15 jaar en heb sinds kort een vriendje. We zijn dol op elkaar maar ik zie ertegenop om hem te vertellen dat ik coeliakie heb. Ik ben bang dat ik hem daarmee afschrik. Wat moet ik doen?

Roesja van Doorn, orthopedagoog



(in haar eigen woorden: "Dat is een mooie naam voor iemand die veel van kinderen en opvoeding weet."): "Eerst even iets over je leeftijd. De puberteit is een roerige periode. Niet alleen krijg je

te maken met hormonen die van alles in je lijf doen, maar ook heeft dat effect op je coeliakie. Veel jongeren hebben tijdens de puberteit minder last van klachten, maar dat betekent niet dat de schade aan je darmen minder is als je gluten binnenkrijgt. Dat namelijk weer niet. Dus glutenvrij blijft belangrijk!

Wat leuk dat je verkering hebt! Ik snap dat het spannend is om je vriendje te vertellen over coeliakie, maar waarom vind je het spannend?? Ben je bang dat hij je dan minder leuk vindt? Als jij het rustig vertelt en uitlegt wat het inhoudt en waar je rekening mee moet houden, dan begrijpt hij het vast wel.

Ik hoor van veel andere jongeren die ook moeite hebben met vertellen, dat als jongens daarop afknappen, ze het ook gewoon niet waard zijn...

Ik denk dat als je het zelf niet al te veel opblaast, hij het ook niet als een bedreiging ziet. Uiteraard moet hij het wel serieus nemen, want het is wel belangrijk dat jij gewoon glutenvrij kan blijven eten, en hij dat wel moet ondersteunen...

En je weet het.... Voor het zoenen en na de boterham.... Eerst tanden poetsen.. Als je tips wilt, of gewoon verder wilt kletsen, dan weet je me te vinden!"

Groefjes, Roesja van Doorn

♥
★ **Ervaringsdeskundige Kirstie:** "Hoi! Je kan me van alles vragen of vertellen. En hopelijk kan ik jou dan helpen, met mijn ervaring. Nu jouw probleem.
♥ Ten eerste: Waarom ben je bang dat het hem afschrikt? Als je het hem gewoon goed en duidelijk uitlegt, wat het inhoudt, dat het niet gevaarlijk is, etcetera, dan zal het voor hem wel even wennen zijn, maar als hij jou echt leuk vindt, dan houdt dit hem niet tegen, hoor! En ik weet dat het zo standaard klinkt, maar als het hem wel afschrikt dan is hij jou niet waard!
♥ Ten tweede, ik weet niet of jullie serieus iets hebben, maar je hoeft het hem natuurlijk niet direct te vertellen. Als je liever nog wilt wachten totdat je zeker weet dat het wat gaat worden tussen jullie, kan dat ook, maar wees wel eerlijk!
♥ En wie weet, kent hij coeliakie al wel, heeft hij vrienden of familie met coeliakie.
♥ En als laatste advies: maak je niet zo druk, want als je je zo druk maakt, wordt het alleen maar moeilijker om het nog te vertellen. Vertel het op een rustig plekje zodat je elkaar goed kunt verstaan en je het goed kunt uitleggen en vragen kunt beantwoorden. Hopelijk heb ik je geholpen, zo niet of als je nog andere vragen hebt dan kan je ze altijd stellen." ■

Groefjes, Kirstie

Wil jij ook een vraag stellen aan Kirstie, een andere ervaringsdeskundige of aan het medisch panel over coeliakie? Surf dan naar www.cyberpoli.nl en check it out! Cyberpoli is een initiatief van Artsen voor Kinderen.

