

‘Juist omdat het anoniem is, durf je intieme informatie sneller uit te wisselen’

18 januari 2009 | Reportage

Natasja Reitmaier (33) heeft haar vier vriendinnen met diabetes leren kennen via een internetforum. Ze kunnen voor alles bij elkaar terecht, of het nu om diabetes gaat of niet. Diabc vergezelt hen tijdens hun tweede uitstapje. Verder: wat is het nut van internetfora? En waar moet je op letten als je lid wilt worden?

“Wat een drukte hier, dit was jou idee hè, Natas,” grapt Jolanda van de Nadort (33) terwijl de vijf vrouwen zich lachend en pratend een weg proberen te banen door Hoog Catharijne richting de KreaDoe Beurs in de Jaarbeurs in Utrecht. Het is de tweede keer dat Natasja, Jolanda, Evelyne, Agnes en Sandy elkaar ‘live’ ontmoeten en ondanks het feit dat ze elkaar meerdere malen per dag ‘spreken’ op internet, hebben ze elkaar véél te vertellen. “De eerste keer dat we elkaar gingen ontmoeten, was ik best zenuwachtig,” verklaart Agnes Hoogerbrugge (26). “Stiekem was ik toch een beetje bang dat het in het echt zou tegenvallen of dat ik niet in de groep zo passen. Maar het voelde gelijk heel vertrouwd, alsof we elkaar al jaren kenden, wat eigenlijk natuurlijk ook zo is.”

De vijf moeders met diabetes hebben elkaar leren kennen op het forum Babybrabbel.nl, waar in 2002 een topic werd opgestart over ‘Zwanger zijn met diabetes’. “Ik zit er al vanaf het begin bij,” vertelt Sandy Koen–Van Ommeren (31). “Door de jaren heen zijn er verschillende meiden gekomen en weer gegaan, maar Natasja, Evelyne, Jolanda, Agnes en ik zijn altijd blijven hangen. We posten inmiddels niet meer onder ‘Zwangerschap’, maar hebben ons eigen clubje: ‘De zoete inval voor diabetesmama’s’. Soms komen daar nieuwe vrouwen bij, maar meestal waaien die na een tijdje weer weg. Wij hebben toch een bepaalde manier van met elkaar omgaan, zijn zo close. Als je jaren samen op een forum zit, heb je aan een half woord van de ander al genoeg.”

In de beginjaren van de ‘diabetesmama’s’ werd er op het forum vooral gesproken over zwanger worden of zwanger zijn, meldden de dames onder het genot van een koffie in café Catharijnehof. “We zijn alle vijf op Babybrabbel.nl terechtgekomen omdat we op zoek waren naar andere vrouwen met diabetes die een zwangerschapswens hadden of al zwanger waren,” vertelt Evelyne Vermeulen (37). “In het begin hadden we het dus vooral over zwangerschapskwaaltjes met diabetes, hoe dat gaat met bevallen in het ziekenhuis, wat je moet doen als je bloedglucosewaarden tijdens de zwangerschap te hoog zijn. Er werd heel erg meegeleefd als iemand toch helaas weer ongesteld was geworden en als iemand zwanger bleek, waren we allemaal door het dolle heen.”

Van sommige meiden wisten de forumvriendinnen zelfs eerder dat ze zwanger waren dan hun naaste omgeving. “Juist omdat het anoniem is, durf je zulke persoonlijke, intieme informatie sneller uit te wisselen,” legt Agnes uit. “Over de zwangerschappen, maar ook als iemand een dierbare verliest, een rottag heeft of het even niet ziet zitten. Omdat we qua diabetes alle vijf in hetzelfde schuitje zitten, weten we precies hoe de ander bepaalde gebeurtenissen beleeft. Zit ik bijvoorbeeld een paar dagen niet lekker in mijn vel vanwege een hypo, dan denken andere vriendinnen zonder diabetes al snel: ‘Kom op joh, die hypo is toch allang over?’ Terwijl ze op het forum heel goed begrijpen dat je daar nog wel een tijdje de naweeën van kunt voelen.”

Tijd voor een group hug

Dat de vrouwen elkaar behalve van het forum dit jaar ook in het ‘echt’ hebben leren kennen, heeft hun band alleen maar verder verstevigd. “Doordat je de gezichten en persoonlijkheden

beter bij de namen kunt plaatsen, is het contact er alleen maar leuker en intensiever op geworden,” vertelt Natasja terwijl ze ondertussen contact probeert te krijgen met de ober. “We zijn er voor elkaar als er iemand een keertje een dip heeft, maar we kunnen ook heel goed zo maar een dagje geinen: plaatjes in het topic plakken van een zonnig strand en dan zeggen dat je daar liever zit dan op je werk of thuis. De volgende gooit er een foto van een cocktail in, de andere een plaatje van een BBQ en natuurlijk een lekker ding om voor ons het vlees te bakken, haha.”

Gemiddeld besteden de vrouwen elke dag wel een uurtje aan hun contacten op het forum. “Laat iemand een tijdje niks van zich horen, dan worden we ook echt ongerust,” vertelt Jolanda. “Sowieso heb je de laatste dagen van je zwangerschap meldplicht: dan willen we weten hoe het met je gaat, of het kind al op komst is en zitten we bij wijze van spreken thuis mee te puffen.” Rond de periode dat Sandy haar tweede keizersnee kreeg, zaten de meiden dagen achter elkaar in spanning te wachten op een berichtje. “Lief hè,” reageert Sandy. “En toen ik hoorde dat een goede vriend was overleden en ik daar veel verdriet van had, waren zij er ook om mij te steunen. We geven elkaar vaak een group hug in de vorm van een smiley om te laten weten dat we meelevend.”

Hun mannen hebben er geen enkel probleem mee dat ze zo veel tijd besteden aan hun ‘forumhobby’, vertellen de dames. “Mijn man vindt het alleen maar leuk,” zegt Jolanda. “Hij heeft zijn voetbalwedstrijden, ik heb de meiden. Hij leest ook niet wat ik schrijf, doen jullie mannen dat wel?” De vrouwen schudden eensgezind van nee en schakelen moeiteloos over op een volgend onderwerp: de bloedglucosemeter. “Tijdens ons vorige uitje in Avifauna vond ik het zó grappig dat er tijdens het eten opeens vijf bloedsuikermeters op tafel kwamen,” vertelt Evelyne die in haar tas zit te rommelen om die van haar tevoorschijn te toveren. “Normaal ben je altijd de enige met zo’n ding, nu was het opeens de normaalste zaak van de wereld om even te meten.”

Alsof er een geheim teken is gegeven, beginnen ook de andere vrouwen in hun tassen te zoeken naar hun bloedglucosemeter en even later liggen er vijf exemplaren op tafel. “Een beetje aan de hoge kant,” concludeert Sandy. “Maar dat lopen we er zo wel af.” Op het programma van de dag staan kerstkaarten en een kersstukje maken, maar vooral heel veel kletsen met elkaar. “Het leukste aan ons contact is dat we wat diabetes betreft een overeenkomst hebben, maar dat het daar niet altijd over hoeft te gaan,” sluit Evelyne af. “Alleen als er iets is wat de andere meiden beter begrijpen dan een ‘gewone’ vriendin, komt het ter sprake. Voor de rest is het boven alles altijd heel erg gezellig en delen we lief en leed met elkaar. We zijn gewoon echte vriendinnen!”

Wat is het nut van een internetforum?

“Het nut van internetfora is dat mensen elkaar op een forum kunnen vinden, helpen en zelfs bijstaan op hun interessegebied,” zegt internet- en onderzoeksjournalist Henk van Ess, oprichter van de zoeksite Voelspriet.nl. “Internetfora bevatten vaak bijzondere, weinig gangbare of zelfs obscure onderwerpen. Hoe kleiner het forum, hoe prettiger dat is voor de bezoeker, want een kleine groep gelijkgezinden heeft meer aan elkaar dan een groot, algemeen forum waar hun stem ondergaat in de vele andere meningen. Op het diabetesforum bijvoorbeeld, vinden bezoekers herkenning, ervaringsverhalen, gezelligheid en tips die ze op een groter, algemener forum niet zouden vinden.”

Uit een onderzoek onder 1500 leden van het diabetesforum blijkt dat het contact met andere forumleden daarnaast ook veel steun geeft. “Maar let op,” zegt Van Ess, “een internetforum is en blijft een vrijblijvend podium.” Niet alle adviezen zijn even goed onderbouwd en daarom raadt hij sterk af een forum te gebruiken als bron om te ontdekken wat je mankeert. Van Ess: “Een vraag als: ‘Wat staat me te wachten als ik diabetes heb?’ is heel geschikt om te bespreken met forumgenoten, maar persoonlijke medische adviezen kunnen juist valse hoop

of onrust geven. Deel eerder gegeven medische diagnoses van artsen met lotgenoten op het forum, maar ga niet zelf doktertje spelen.”

Van Ess raadt mensen daarnaast aan om vooraf de intentie van een forum goed te controleren. “Dat kun je bijvoorbeeld doen door op Google info:diabetescentrum.nl in te tikken,” tipt hij. “Zo krijg je te zien wat er over dat forum wordt gezegd. Kijk verder of je mailadres aan niemand wordt getoond, maak uit veiligheidredenen nooit je telefoonnummer of adres op internetfora openbaar en gebruik altijd een schuilnaam. Stel, je hebt nu geen moeite met wat je op internet allemaal vertelt over je diabetes, maar over tien jaar wel. Het is heel lastig om die informatie achteraf nog van het net te verwijderen. Een alias is vanuit privacyoogpunt veel verstandiger.”