

# Inkijk in leefwereld van mannen met type 1 diabetes

Donderdag 21 mei 2026



Het nieuwe boek *Dudes met Diabetes* bundelt 25 persoonlijke verhalen van mannen met diabetes type 1. De interviews geven inzicht in de dagelijkse impact van deze aandoening. Het boek verschijnt vandaag, donderdag 21 mei, en is een initiatief van patiëntenvereniging Diabetes+.

*Dudes met Diabetes* laat zien hoe intensief het leven met type 1 diabetes is. De ziekte vraagt continu om discipline, zelfredzaamheid en mentale veerkracht. In het boek beantwoorden 25 mannen (variërend van kinderarts en jurist tot vrachtwagenchauffeur en professioneel sporter) dezelfde 25 vragen. Hun antwoorden verschillen echter sterk en tonen de grote diversiteit in ervaringen.

De verhalen zijn rauw, eerlijk en soms confronterend, maar ook inspirerend. Samen maken ze duidelijk hoe complex de aandoening is en hoe hardnekkig misverstanden en stigma's rondom type 1 diabetes nog altijd zijn.

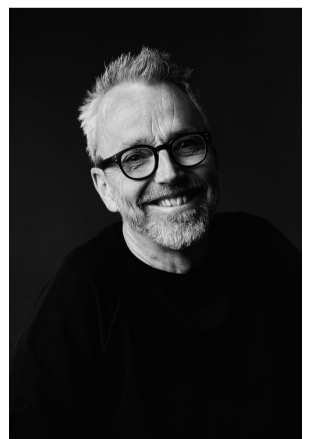
## Persoonlijke aanleiding

De directe aanleiding voor het boek ligt in de persoonlijke ervaring van initiatiefnemer Cas de Heus. Na zijn diagnose in 2006 voelde hij zich alleen en miste hij herkenning bij anderen. Die ervaring vormde later de basis voor het oprichten van Diabetes+ (in 2020), de eerste patiëntenorganisatie voor mensen met type 1 diabetes in Nederland.

Sindsdien zag De Heus hoe veel mannen zich nog altijd terughoudend opstellen en worstelen met hun ziekte in stilte. Met *Dudes met Diabetes* wil hij dat doorbreken: door verhalen te delen ontstaat volgens hem herkenning, gesprek en uiteindelijk meer bewustwording, zowel bij patiënten zelf als in de maatschappij.

## Interessant voor diëtisten

Hoewel het boek primair is gemaakt voor mensen met type 1 diabetes, richt het zich nadrukkelijk ook op zorgverleners. Ziekenhuizen ontvangen de komende maanden exemplaren voor wachtruimtes, zodat ook professionals kennis kunnen nemen van deze ervaringsverhalen.



Cas de Heus

Voor diëtisten biedt het boek waardevolle inzichten:

- Gedrag en zelfmanagement: De verhalen laten zien hoe patiënten dagelijks omgaan met voeding, glucosewaarden en leefstijlkeuzes.
- Psychosociale impact: Factoren zoals angst voor hypo's, prestatiedruk en sociale situaties beïnvloeden eetgedrag en therapietrouw.
- Maatwerk in begeleiding: De grote variatie in ervaringen onderstreept dat behandeling en voedingsadvies altijd persoonlijk moeten worden afgestemd.
- Communicatie met mannen: Het boek helpt inzicht te krijgen in hoe mannen hun ziekte beleven en bespreken, wat de begeleiding effectiever kan maken.

## Over Diabetes+

*Dudes met Diabetes* is ontwikkeld door Diabetes+, een patiëntenvereniging die zich inzet voor een betere kwaliteit van leven voor mensen met type 1 diabetes. De organisatie stimuleert verbinding, kennisdeling en zelfregie en staat nadrukkelijk achter dit initiatief.



### NIEUWSBERICHT

**Collectieve bestuurdersaansprakelijkheidsverzekering voor mono's**



### ARTIKEL

**Ziekteverloop na dikkedarmkanker: de rol van zuivel- en vleesconsumptie**



### NIEUWSBERICHT

**Paramedische sector vraagt Kamer aandacht voor cruciale rol bij aanpak arbeidsmarktkrapte in de zorg**



### NIEUWSBERICHT

**Technologie kan diëtist ondersteunen bij (complexe)obesitaszorg**