

«Μαμά/μπαμπά την επόμενη φορά που θα διστάσεις να μιλήσεις για το διαβήτη μου, να μη σκεφτείς τον έξω κόσμο, αλλά το δικό μου κόσμο...» από την Κωνσταντίνα Φραντζεσκάκη και το [diabeteslife.gr](http://diabeteslife.gr)!

Από την Κωνσταντίνα Φραντζεσκάκη , συγγραφέα του βιβλίου: «Ο φίλος μου, ο Διαβητούλης» – Παιδαγωγό Προσχολικής Ηλικίας MSc

Έχει περάσει περίπου ένας χρόνος από τότε που μας ανακοίνωσε ο γιατρός ότι έχω διαβήτη. Στην αρχή τόσο οι γονείς μου, όσο κι εγώ ήμασταν αρκετά φοβισμένοι. Δε γνωρίζαμε πώς θα τα καταφέρουμε με όλα αυτά τα καινούργια πράγματα. Μετρήσεις, γεύματα, ινσουλίνη, είναι πολλά που πρέπει να προσέξεις για να φροντίσεις σωστά το διαβήτη σου και δεν έχεις χρόνο να προετοιμαστείς, έρχονται όλα σε μία στιγμή. Μέρα με τη μέρα ωστόσο αρχίσαμε να μαθαίνουμε όλο και περισσότερα κι ο φόβος μας τώρα δεν είναι πια ο ίδιος.

Υπάρχει όμως ένα πράγμα που παραμένει και που με στεναχωρεί πολύ... Κάτι που βρίσκεται εκεί στο στήθος μου κάθε βράδυ και με πιέζει... Ο διαβήτης μου, είναι ένα μεγάλο μυστικό.

Οι γονείς μου δε μιλάνε ποτέ γι' αυτόν, τον κρύβουν καλά. Όταν πρέπει να κάνω μία μέτρηση ή την ινσουλίνη μου, πηγαίνουμε κάπου παραπέρα για να μη μας πάρει κανένα μάτι. Και πραγματικά, δε μπορώ να καταλάβω το λόγο, δε μου το εξήγησαν ποτέ. Μία φορά πήρε κάτι το αυτί μου, για το «τι θα πει ο κόσμος». Αυτό που ξέρω λοιπόν είναι, ότι αφού δε μιλάνε οι γονείς μου για το διαβήτη, δε πρέπει να μιλάω κι εγώ. Γνωρίζω λοιπόν ότι ο διαβήτης πρέπει να μένει μυστικό.

Αλήθεια, πολλές φορές θέλω να μιλήσω στους φίλους μου για το διαβήτη μου, να τους εκφράσω τις ανησυχίες μου, τους φόβους μου. Κι όμως ποτέ μου δε το έκανα, γιατί είναι μυστικό... Ακόμη και τις φορές που δεν αισθανόμουν καλά, είχε πέσει το σάκχαρό μου, έβρισκα πάντα μία καλή δικαιολογία για να τους πω, γιατί δε μπορούσα να τους εξηγήσω είναι μυστικό... Και κάποιες φορές μου περνάει από το μυαλό για τι θα γινόταν αν βγαίναμε έξω και οι γονείς μου δεν ήταν μαζί μου και χρειαζόμουν τη βοήθειά τους; Πώς θα τους τη ζητούσα, αφού δε γνωρίζουν για το διαβήτη μου και ούτε φυσικά τον τρόπο για να με βοηθήσουν. Και πραγματικά με βασανίζει το ερώτημα για το τι θα γινόταν τελικά αν τους το έλεγα. Θα με βοηθούσαν; Θα

νοιαζόντουσαν να μάθουν για το διαβήτη μου; Ή μήπως δε θα με ήθελαν άλλο για φίλο; Και να σας πω την αλήθεια μου, αυτό που πιστεύω περισσότερο είναι το δεύτερο και ίσως γι' αυτό το λόγο να φοβούνται να μιλήσουν και οι γονείς μου...

Και μπορεί τελικά να είναι ο διαβήτης ένας λόγος, για τον οποίο κάποιος μπορεί να μη σε κάνει παρέα; Και γιατί οι γονείς μου επιμένουν τόσο στο να το κρύβουν;

Το ξέρω καλά, οι μεγάλοι σκέφτονται εντελώς διαφορετικά. Τα κάνουν όλα τόσο πολύπλοκα. Γιατί πραγματικά θα ήθελα να μιλήσω σε όλους για το διαβήτη μου.

Γιατί σε καμία περίπτωση, δε θεωρώ ότι είναι κάτι κακό που πρέπει να κρύβω. Γιατί δεν είναι κακό να έχεις διαβήτη. Κακό είναι να σε κρίνει κάποιος άσχημα, για κάτι που τυχαία δεν έχει.

Και θέλω να το φωνάξω, να το ακούσουν όλοι, ότι ναι έχω διαβήτη και δε διαφέρω σε τίποτα από τα άλλα παιδιά, αφού κι εγώ μπορώ να παίξω, να διαβάσω, να τρέξω, να ονειρευτώ...

**Επιμέλεια Κειμένου:**

**Φραντζεσκάκη Κωνσταντίνα, Συγγραφέας του βιβλίου:**

**«Ο φίλος μου, ο Διαβητούλης»**

**-Παιδαγωγός Προσχολικής Ηλικίας MSc**

<https://diabeteslife.gr/mama-mpampa-tin-epomeni-fora-poy-tha-distaseis-na-miliseis-gia-to-diaviti-moy-na-mi-skefteis-ton-exo-kosmo-alla-to-diko-moy-kosmo/?>