

Stefanie

Tegenwoordig word je doodgegooid met digitale toepassingen voor allerlei zaken. Online brieven versturen, magazines en e-books lezen, online afspraken inplannen of je boodschappen bestellen, online psychotherapie krijgen en informatie over je gezondheid uitwisselen. Hartstikke handig, maar we leven steeds meer via schermen. Ik krijg er conservatieve neigingen van. Dat heb ik zeker van m'n vader. Ik wil het 'oude' ook zo graag behouden: het gevoel van een mooi vormgegeven boek in mijn hand, het persoonlijke van een handgeschreven brief en het onverwachte van een leuk gesprek met iemand achter de kassa. Langzaam maar zeker verdwijnen dit soort zaken. Zonde! Via mijn werk in de diabetespsychologie kom ik geregeld met de zogenaamde 'e-health' in aanraking. Het is booming. Online patiëntentrainingen en gezondheidsapps schieten als paddenstoelen uit de grond. Zelf heb ik ook een bijdrage geleverd met mijn promotieproject: de cursus HypoBewust, die deels online te volgen is. Ik zie daar dus heus het nuttige van in, maar soms denk ik: ja pap, vroeger was inderdaad alles beter. Nou ja, misschien niet álles en ook niet altijd béter, maar je kwam nog 'ns ergens, sprak nog 'ns iemand en zag nog 'ns wat. Dan slaak ik een diepe theatrale zucht en klap m'n laptop open voor nog een Netflixje.



Stefanie Rondags (32) heeft diabetes, type MODY. Ze werkt als promovendus/diabetespsycholoog bij VU medisch centrum. Hier doet ze verslag van 24/7 diabetes. Twitter@S_Rondags