

Twins e f p t s

VZW

Vijftiende jaargang, oktober 2008, nr.30

Woord van de voorzitter

De eerste tweeling van ons register werd geboren op 15 juli 1964. Nu telt het register 7800 tweelingen, 230 drielingen en 28 meerlingen van hogere orde waaronder één vijfeling. Niet alleen het aantal is indrukwekkend maar ook de kwaliteit van de verzamelde gegevens. Wij zijn de enige die systematisch de placenta onderzoeken. Geen wonder dat de "East Flanders Prospective Twin Survey" ("EFPTS" afgekort) wereldwijd bekend is.

Het is mij een groot genoegen allen te bedanken die ons hebben geholpen. In de eerste plaats denk ik aan de gynaecologen van de Provincie Oost-Vlaanderen. Allen hebben zeer trouw meegewerkt door ons de geboorte van de tweeling, het verloop van de tweeling-zwangerschap en bevalling mede te delen en de placenta(s) te bewaren voor het onderzoek van de vruchtvliezen. Dit laatste is onontbeerlijk

voor het bepalen van het type meerling: eeneiig, twee- of meereiiig. Meer nog... het laat ons toe bij eeneiige meerlingen te bepalen wanneer de splitsing van de bevruchte eicel heeft plaats gevonden: vroeg, onmiddellijk na de bevruchting (dagen 1-3), intermediair (dagen 4-7), laat (dagen 8-12).*

Goed nieuws ook van de Minister van Financiën. Twins is opnieuw erkend als instelling met fiscale faciliteiten, wat betekent dat giften gelijk aan of boven 30 Euro fiscaal aftrekbaar zijn. Daar de middelen van officiële instanties steeds verminderen, zijn giften bijzonder welkom. Alvast dank aan al diegenen die ons in het verleden gesteund hebben en ons in de toekomst nog zullen steunen.

*Jean-Pierre Fryns
Voorzitter dagelijks bestuur*



Hanne (links) en Tinne (rechts)

** Zij die het wensen kunnen vernemen tot welk subtype zij behoren door een aanvraag te richten aan Twinlokaal, UZ-Gent, De Pintelaan 185 PB91, 9000 Gent; email twinlokaal@hotmail.com; tel: 09-3322914.*

De wetenschappelijke projecten

Het afgelopen jaar is vruchtbaar geweest op het vlak van wetenschappelijk onderzoek! Niet minder dan 16 artikels zijn verschenen in internationale tijdschriften met hoge waardecijfers. Marij Gielen, arts, behaalde de titel van doctor in de medische wetenschappen aan de Universiteit van Maastricht. De officiële titel van haar proefschrift luidde als volgt: 'Aspects of prenatal growth and further development in twins'. Lees verder.....

Aspecten van prenatale groei van tweelingen en hun verdere ontwikkeling

Jaarlijks worden er meer dan 230 tweelingen (460 kinderen) geboren in Oost-Vlaanderen. Dit geeft meteen aan dat tweelingen tegenwoordig geen zeldzaamheid zijn! Sinds 1975 is het aantal tweelingzwangerschappen toegenomen doordat de moeders ouder zijn geworden en door de introductie van in-vitro-fertilisatie (IVF). De laatste jaren is bijna de helft van alle tweelingen het gevolg van vruchtbaarheidsbehandelingen.



Tinne (links) en Hanne (rechts)

Tweelingen worden na een kortere zwangerschapsduur geboren en met een lager geboortegewicht dan eelingen. Dit heeft niet alleen gevolgen voor de pasgeborene maar ook voor de verdere ontwikkeling van de tweeling.

In dit proefschrift is onderzocht welke factoren de prenatale groei (de groei tijdens de zwangerschap) van de tweeling en hun placenta's² bepalen en wat de gevolgen kunnen zijn voor de nierfunctie.

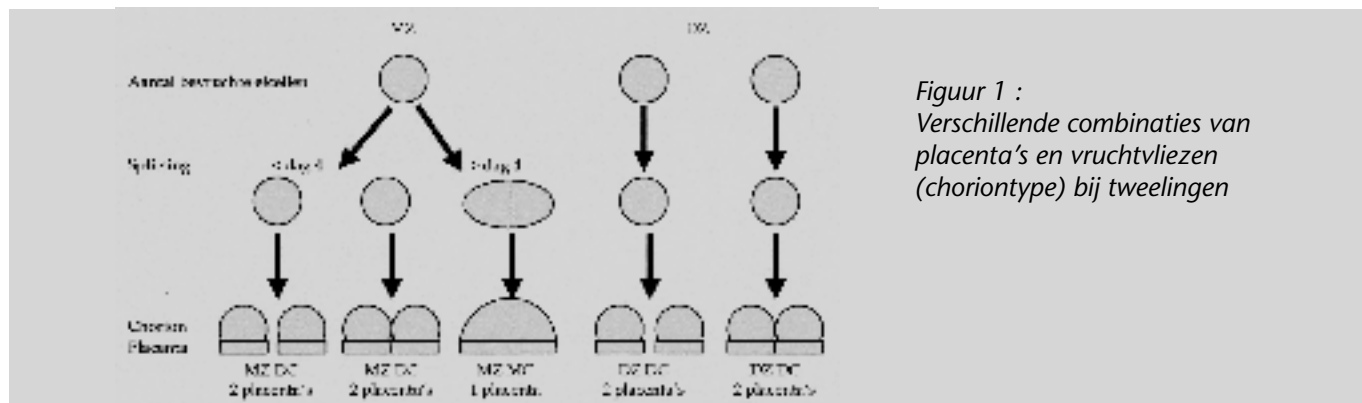
Voor de studie is gebruik gemaakt van de gegevens van meer dan 4000 tweelingen (8000 kinderen) van het Oost-Vlaams Meerlingenregister. De meeste studies maken alleen maar onderscheid tussen een- en twee-eiige tweelingen, maar in feite is er verder onderscheid tussen tweelingen te maken door naar de placenta en de vliezen (choriontype) te kijken. Als er twee placenta's zijn (los of aan elkaar gegroeid) heeft de tweeling twee vliezen en is de tweeling dichoriaal (DC) en als er één placenta is, heeft de tweeling één vlies en is de tweeling

monochoriaal (MC). Een twee-eiige tweeling (dizygoot: DZ) heeft altijd twee placenta's; een een-eiige tweeling (monozygoot: MZ) kan één of twee placenta's hebben. Als er met het blote oog maar één placenta te zien is, dan kan dit ook echt één placenta zijn (MC), maar het kan ook zijn dat twee placenta's gefuseerd zijn (DC). De meerwaarde van deze studie is dat er ook gekeken is naar de placenta en de vliezen. Dit heeft geresulteerd in vijf groepen tweelingen (zie tekening).

Voor de groei van de placenta is voor het eerst aangetoond dat bij één placentamassa het placentagewicht lager is dan wanneer er twee aparte placenta's zijn. Verrassend is de bevinding dat de gefuseerde MZ DC placenta's het laagste gewicht hebben en niet de MZ MC placenta. Het geboortegewicht van de MZ MC tweeling is namelijk wel lager dan dat van de DC tweeling. Dit resultaat konden we niet verklaren. Na de 40ste week blijven de gewichten van de DC tweelingen toenemen, maar blijven de geboortegewichten van de MC tweelingen achter.

De placenta is belangrijk voor de groei van de tweeling. Twee aparte placenta's, een hoger placentagewicht en een navelstreng die in het midden zit, geven een hoger geboortegewicht. Daarnaast hebben jongetjes een hoger gewicht dan meisjes en is het gewicht hoger als de moeder ouder is en al eerder zwanger is geweest. Deze factoren tezamen zou je "goede" prenatale omstandigheden kunnen noemen. Op het moment van geboorte (37 weken) kan er meer dan 1 kg verschil in gewicht zijn tussen een tweeling die onder "goede" prenatale omstandigheden in de baarmoeder groeide en een tweeling, die onder "slechte" omstandigheden in de baarmoeder groeide.

Verder spelen erfelijke factoren een rol voor de prenatale groei, maar naarmate de zwangerschap vordert worden deze erfelijke factoren steeds minder belangrijk en wordt o.a. de invloed van de placenta groter. De erfelijkheid neemt af van ongeveer 38% bij 25 weken tot 15% bij 42 weken. Hoe lager de erfelijkheid hoe groter de invloed van de omgeving en bij een erfelijkheid van 15% wordt 85% van de prenatale groei door omgevingsfactoren bepaald.



Figuur 1 : Verschillende combinaties van placenta's en vruchtvliezen (choriontype) bij tweelingen

² De placenta (moederkoek) speelt tijdens de zwangerschap een belangrijke rol bij de groei van het kind. De placenta zorgt nl. voor de voedsel- en zuurstofvoorziening van het kind.

Omdat de groei van tweelingen na de 32ste zwangerschapsweek achterblijft t.o.v. eenlingen, hebben we specifieke groeicurven voor tweelingen ontwikkeld. We hebben getoetst of een groeiachterstand bij tweelingen beter te meten is m.b.v. deze groeicurven dan m.b.v. eenlingcurven. Als maat hebben we de kans op sterfte vlak na de geboorte genomen. Het bleek dat de tweeling-specifieke groeicurven beter voorspelden welke tweeling een verhoogd risico had om als pasgeborene te sterven dan eenlingcurven.

Voor de verdere ontwikkeling van tweelingen is de nierfunctie onderzocht van de "Barkertweelingen", een groep van 400 volwassen tweelingen. Een laag geboortegewicht blijkt gevolgen te hebben voor de volwassen nierfunctie. Tweelingen met een lager geboortegewicht hebben op volwassen leeftijd een minder goede, maar nog steeds normale, nierfunctie en ook hier blijken de placentaire factoren een belang-rijke rol te spelen, meer dan erfelijke factoren of ziekten van de moeder.

Deze studie heeft aangetoond hoe belangrijk de placenta is voor de groei en het is aan te bevelen deze informatie in de toekomst op te nemen in het medisch dossier. Verder is groeiachterstand beter te meten m.b.v. tweelingspecifieke groeicurven. De hoop is dat gynaecologen in de toekomst deze tweelingspecifieke groeicurven zullen hanteren voor het bepalen van de groei. Het goed monitoren van de prenatale groei is een eerste begin om ervoor te zorgen dat een tweeling een goede start maakt bij de geboorte en zich daarna zo optimaal mogelijk ontwikkelt.

Marij Gielen



Issa en Lino

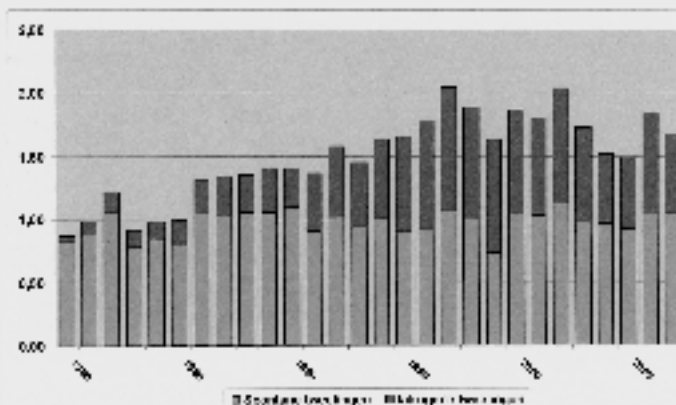


Wisten jullie dat...?

In Oost-Vlaanderen vertegenwoordigen de tweelingen heden ten dage iets minder dan 1.75% van alle geboortes of 3.5% van alle pasgeborenen (zie grafiek). Bij elke tweelinggeboorte worden immers twee kinderen geboren!

Het aantal tweelingen is sinds 1980 sterk toegenomen. Dit is hoofdzakelijk te wijten aan het verhoogd aantal onvruchtbare behandelingen waaronder ovulatie-inductie, in-vitro-fertilisatie en aanverwante technieken. Tweelingen die het gevolg zijn van zo'n behandeling noemt men iatrogene³ meerlingen. Het aantal spontane tweelinggeboortes is met de jaren vrijwel constant gebleven: 1% van alle geboortes of 2% van alle pasgeborenen. Bij de spontane tweelingen is 55% twee-eiig en 45% een-eiig, bij de iatrogene tweelingen is 95% twee-eiig.

Catherine Derom



³ iatrogene: door de arts of door geneeskundige behandeling teweeggebracht

OPROEP VOOR DEELNAME AAN ONDERZOEK!



In het kader van een nieuw onderzoek naar overgewicht en zwaarlijvigheid, zijn wij nog steeds op zoek naar kandidaat-deelnemers.

In onze Westerse samenleving komen overgewicht en zwaarlijvigheid steeds vaker voor. Dit leidt tot een verhoogd risico op het ontstaan van diabetes (suikerziekte), sommige hart- en vaatziekten en verschillende vormen van kanker. Bij overgewicht spelen eetgedrag en lichamelijke activiteit tijdens het dagelijks leven een belangrijke rol. Recent is gebleken dat er ook een verband is tussen overgewicht en de samenstelling van de bacteriën in de darm.

In de darm leven grote hoeveelheden bacteriën die een belangrijke rol spelen bij het omzetten van voedselproducten, produceren van vitamines en de bescherming tegen schadelijke bacteriën. Deze samenstelling van de bacteriën is met name afhankelijk van factoren van de gastheer (zogenaamde genetische factoren), maar wordt ook mede bepaald door factoren tijdens de geboorte en de eerste levensjaren. Uit onderzoek is gebleken dat de samenstelling van de darmbacteriën van een persoon nauwelijks verandert in de tijd en daarnaast weten we ook dat ieder volwassen mens zijn eigen unieke samenstelling heeft. Deze bacteriën spelen dus een belangrijke rol voor onze gezondheid.

Deze nieuwe studie, in samenwerking met de universiteit van Wageningen (Nederland), beoogt daarom de bacteriële samenstelling in de ontlasting in kaart te brengen bij een aantal éénjarige tweelingen waarvan de beide personen reeds enkele jaren niet meer samenwonen én sterk verschillen in gewicht. Voorwaarden: 18 jaar en ouder zijn; geen medicijnen gebruiken die de bacteriesamenstelling in de darm beïnvloeden; niet zwanger zijn of borstvoeding geven.

Jullie medewerking is van zeer groot belang!!! Uiteraard wordt de anonimiteit volledig bewaard en krijgen jullie, indien gewenst, na afloop van het onderzoek informatie over de resultaten alsmede een FNAC bon ter waarde van 10 euro.

Bedankt !!!

Van deze gelegenheid wensen wij gebruik te maken om allen die reeds deelnamen aan de studie hartelijk te danken. De gegevens van elk van jullie zijn bijzonder waardevol voor het slagen van deze studie.

Het komende jaar zullen jullie gegevens reeds tussentijds verwerkt worden. We houden jullie op de hoogte van de resultaten in de komende infobladen.

Lut De Zeure
Twins-UZ Gent - De Pintelaan 185 PB 91

De IQ-studie krijgt een vervolg!

Dankzij de medewerking van velen onder jullie konden we enkele jaren terug een grootschalig onderzoek afronden gericht op het meten van het IQ (intelligentiequotiënt)⁴ bij tweelingen en drielingen. Meer dan 700 Oost-Vlaamse tweelingen en drielingen (1450 kinderen) tussen de 8 en de 15 jaar namen hieraan deel. Dit was een groot succes!

Het onderzoek leverde veel positieve resultaten op. Er is o.a. gebleken dat erfelijkheid een grote rol speelt bij cognitie (zie ook Twinfo nr 16). Daarom willen wij nu een stap verder gaan en uitzoeken welke genen⁵ precies betrokken zijn bij cognitieve vaardigheden. Deze nieuwe studie gebeurt in samenwerking met het Nederlands Tweelingenregister en de Vrije Universiteit Amsterdam.

Dankzij jullie deelname aan dit grootschalig IQ-onderzoek, beschikt het Oost-Vlaams Meerlingenregister over informatie aangaande het cognitief functioneren van velen onder jullie op jongere leeftijd. Jullie ouders hebben destijds toestemming gegeven om biologisch materiaal van jullie, als meerling, en van hen, als ouders van meerlingen, te verzamelen en te bewaren. Op deze basis kan jullie genetische code achterhaald worden. Het betreft biologische informatie verzameld bij de geboorte (placenta) of later verzameld in het kader van

deze studie (wanguitstrijkjes).

Voor dit nieuw onderzoek vragen wij enkel jullie toestemming om deze twee verschillende informatiebronnen, de informatie in verband met cognitieve vaardigheden enerzijds en de genetische informatie anderzijds, aan elkaar te koppelen. Op basis van deze koppeling kunnen de onderzoekers achterhalen welke genen van invloed zijn op het cognitief functioneren. In de loop van de volgende maanden ontvangen jullie hierover een brief. Aarzel dus niet om hierop te reageren...

Deze gegevens worden strikt vertrouwelijk behandeld. In de wetenschappelijke verwerking en verslaggeving wordt nooit herkenbaar over individuele personen gerapporteerd.

Wij durven dus hopen op jullie bereidwilligheid om aan deze nieuwe belangrijke vervolgstudie deel te nemen! Bij voorbaat hartelijk dank en hopelijk tot binnenkort!

Catherine Derom, Lut De Zeure, Evert Thiery
Twins-UZ Gent

De Pintelaan 185 PB 91B-9000 Gent
twinlokaal@hotmail.com
tel: 09/332.29.14

Bezoek onze nieuwe website : www.twinsvzw.com

⁴ Hoewel het begrip 'intelligentiequotiënt' (IQ) algemeen is ingeburgerd, zijn niet alle psychologen gelukkig met die term. Zij spreken dan ook liever van cognitieve eigenschappen, die duiden op het vermogen om kennis te vergaren en toe te passen. Vandaar dat we in deze vervolgstudie over IQ de term 'cognitie' hanteren.

⁵ Genen spelen de hoofdrol in de erfelijkheid, zij bevatten de informatie voor alle erfelijke eigenschappen zoals de kleur van ons haar en onze ogen.

Vrijwilligershoekje

Twins Gent

De vrijwilligerswerking is gevestigd in het UZ te Gent, Polikliniek II, kelderverdieping (PB91)

!!! Nieuw telefoonnummer : 09/332 39 07 !!!

E-mail : meerlingouders@hotmail.com Website : www.meerlingen.org



Komende activiteiten:

Thema-avonden "Adolescentie bij tweelingen"
woensdag 11 februari 2009
in Maaltemeers 84 Sint-Denijs-Westrem om 20 uur

Praatavond
woensdag 18 maart 2009
Praatavond voor ouders van meerlingen uit de leeftijdsgroep baby's en peuters
in Maaltemeers 84 Sint-Denijs-Westrem om 20 uur

Info-avonden voor toekomstige meerlingouders
Donderdag 11 december 2008
Donderdag 12 maart & 11 juni 2009
telkens in Technisch Instituut Don Bosco
Kortrijkse steenweg 1025 St-Denijs- Westrem om 20 uur

- **Tijdig** inschrijven ajb: tel 09/332 39 07
- Jullie ontvangen dan een bevestiging + wegbeschrijving
- Bij inschrijving zeker het aantal personen vermelden
- We vragen jullie op de avond zelf 3 euro p.p. als deelname in de onkosten
- Gelieve ook tijdig te verwittigen indien jullie niet aanwezig kunnen zijn



OP AANVRAAG

OP AANVRAAG

OP AANVRAAG

OP AANVRAAG

Dikwijls krijgen we binnen de vrijwilligerswerking de vraag "Wanneer doen jullie eens iets in verband met oudere meerlingen ?"

Inderdaad, we organiseren infoavonden voor ouders die een meerling verwachten, we houden praatavonden enerzijds voor ouders van baby's en peuters, anderzijds voor ouders van lagere schoolkinderen. Dit alles kent steeds een redelijke opkomst, we voelen dat er behoefte aan bestaat. Maar we ervaren ook, hoe ouder de kinderen worden, hoe minder ouders behoefte hebben aan informatie rond het "meerling zijn" van hun kinderen. Zijn ze de situatie al gewoon ? Zijn er andere problemen die meer aandacht vragen ?

En plots is die behoefte aan informatie, ervaringen uitwisselen er terug wanneer de kinderen de puberleeftijd bereiken.

Is de puberteit bij meerlingen anders, problematischer of... net niet ?

Hebben zij het tijdens de adolescentie gemakkelijker om hun individualiteit te zoeken, los te komen van hun ouders, los te komen van hun "tweelinghelft" ? Of is dit voor hen juist moeilijker ? Is deze periode voor ouders met kinderen van dezelfde leeftijd veel heftiger of juist niet omdat ze weerwerk vinden bij elkaar ??

Zo kunnen we doorgaan : het is immers een fase in de ontwikkeling van kinderen die ouders heel wat zorgen baart. Maar is dit wel nodig ?

Op deze en tal van andere bedenkingen gaat prof. Thiery, deskundige op dit terrein, in met zijn voordracht "Adolescentie bij meerlingen". Hij reikt in zijn uiteenzetting, geïllustreerd

met beeldmateriaal, heel wat informatie aan en laat daarbij de ruimte tot vraagstelling en uitwisselen van ervaring. Een absolute aanrader voor wie met dergelijke vragen zit !

ADOLESCENTIE BIJ TWEELINGEN

voordracht door prof. E. Thiery
woensdag 11 februari 2009 om 20 uur
Maaltemeers 84 Sint-Denijs-Westrem
deelname in de onkosten : 3 euro
Inschrijven noodzakelijk :
via antwoordapparaat 09/332 39 07
of via e-mail meerlingouders@hotmail.com
Vermeld duidelijk je contactgegevens + het aantal personen die wensen deel te nemen.



Laure (links) en Linde (rechts)

Lezersbrief

Van 2 naar 4....een hele verandering!



Het was zover

Op 36 weken en 4 dagen zwangerschap, 8 januari 2008, werd onze tweeling met een spoedkeizersnede geboren. 't Was onze dochter, Lara - 2420g en 48cm-, die zich eerst liet zien, om 23u02 en onmiddellijk daarna onze zoon, Lars - 2650g en 47.5cm -, die in stuit lag. Ik was onder volledige narcose en maakte hun geboorte dus niet 'echt' mee. Gelukkig maakte mijn lieve echtgenoot foto's en filmpjes. Rond 23u30 werd ik gewekt en kon ik hen voor het eerst eens vasthouden... Waaaauw!! Ik stelde verschillende vragen waar ik voor mijn bevalling mee bezig was geweest: Welke haarkleur hebben ze? Hebben ze een geboortevlek? Hoeveel wegen ze?..... Blijkbaar was het nogal grappig om die vragenstroom te aanhoren. Maar alles was perfect in orde: ze moesten niet in de couveuse! In tegenstelling tot hen, was ik er erger aan toe: naast mijn keizersnede had ik ook het HELLP-syndroom/ zwangerschaps-



vergiftiging....

Eindelijk naar huis

Na een verblijf van 10 dagen in het ziekenhuis, konden we met z'n viertjes naar huis. Eindelijk eens gezellig alleen van onze kroost genieten!! 't Was een moeilijke start, maar door de hulp van onze ouders, mijn zus en begripvolle familieleden en vrienden, begonnen we stilaan onze draai te vinden.

De nachten waren, zoals alle ouders wellicht zullen beamen, vermoeiend. We stonden dan samen op om hun flesje te geven. Wat het uiteraard wel gezelliger maakt... Nu ja, eigenlijk nogal een halfslaperige bedoening hoor! We hadden wel het geluk dat Lars & Lara op zeven weken de nacht doorsliepen. Goed nieuws dus: 's nachts meer rust!

Overdag stond ik er meestal alleen voor. Soms had ik hulp van Kraamzorg, dat ik middenin mijn zwangerschap al had aangevraagd. Ook mijn ouders, zus en schoonouders waren steeds bereid om een handje te komen toesteken. Maar als ouder, als mama, wil je die klus zo snel mogelijk alleen klaren, niet? Ik had dus heel wat tijd nodig om rustig mijn dag door te brengen en ervan te genieten: ik was zo gefixeerd op het tijdstip van hun voedingen, dat ik nauwelijks aan rust toekwam, hoewel ik dat wel nodig had na alles wat ik te verduren had gekregen. Ik hield altijd mijn horloge in de gaten en hoopte dat ze, alstublieft, toch niet allebei tegelijk gingen schreien voor hun melkje! Want dat is eigenlijk het moeilijkste geweest: er alleen voorstaan als ze beiden honger hadden. Maar er zat dan niets anders op: de ene laten schreien en de andere z'n honger stillen. Geduld is een schone deugd hé!

Op stap met een tweeling...geen sinecure!

De drang om naar buiten te komen met Lars & Lara was ook zo groot, maar we moesten wachten tot ze dé grens van 3kg hadden bereikt. Die eerste wandeling, toen ze een maand oud waren, deed zo'n deugd! Ook de uitstappen nadien waren een zalig gevoel, nu nóg trouwens! Het enige jammere eraan is dat je ze moeilijk alleen kan meenemen naar de winkel: de maxi-cosi's in de kar, maar wat met je boodschappen? Dus, nee, dat heb ik tot hier toe nooit alleen gedaan. Of toch, maar dan heb ik hen in de buggy gelegd en heb ik mijn (weinig) boodschappen onderaan of op de kap gelegd. Bekijks gegarandeerd!

Wat zeggen anderen?

Als we dan op stap zijn en onbekenden spreken ons aan als ze Lars & Lara zien, krijgen we veelal dezelfde opmerking: "Daar is wel wat kweken aan hé!" of "Veel werk zeker?" Ons antwoord is ook telkens hetzelfde: "Ja, dubbel hé!" of "Ja, maar dat went wel hoor." Tja, inderdaad, het is kwestie van organiseren. En eerlijk gezegd: ik ben daar nu wel een freak in geworden: alles willen plannen, hoewel dat niet altijd gaat. Ik wil het reilen en zeilen van de dag zelf in handen kunnen houden. Maar soms moet je er van af kunnen wijken, want anders kom je je huis helemaal niet uit. Wij hebben tot het eind van deze zomer gewacht om een volledige daguitstap te maken, ze waren dus bijna 8 maanden! Het is reuze meegevallen, maar voor hun middagdutje hebben we wel gezorgd dat ze rustig lagen. Ik heb het er nog steeds moeilijk mee, want ik wil zoveel mogelijk rekening houden met hun ritme. Dit is toch niet verkeerd? Het is zelfs al meerdere keren duidelijk geworden dat kinderen regelmaat nodig hebben.

Wij hebben ervoor gekozen om een strenge, maar rechtvaardige opvoeding te geven. Dus geen 'pakke-kindjes' of andere verwennerij, maar duidelijkheid en consequentie. Uiteraard zal dat niet altijd even gemakkelijk zijn, maar de vruchten draag je er later wel van. Een tweeling kan je niet altijd en op hetzelfde moment troosten, opnemen of een zoen of knuffel geven, dus als tweelingouder leer je dat wel, misschien wel sneller dan een



Lars (links) en Lara (rechts) eenlingouder.

Sommige mensen gaan er vanuit dat alle tweelingen identiek zijn, dus krijgen we opmerkingen als: "Ooh, maar ze lijken niet op elkaar hé!" of "Ge ziet we duidelijk het verschil hé!" Men vraagt dan ook meestal of het twee meisjes of twee jongens zijn, ook al heeft Lara iets typisch voor meisjes aan en Lars een typische jongen is. Maar eerlijk gezegd ben ik dan wel trots om te zeggen dat het een meisje én een jongen is! De namen vragen ze zo goed als nooit... hoewel ikzelf wel zo nieuwsgierig zou zijn!

De praktische spullen

Naast het hebben van 'alles-in-het-dubbel', komen er ook nog andere dingen bij kijken: het aantal pakken luiers hebben we niet bijgehouden, maar we hebben altijd wel een grote voorraad in huis. Om nog maar te zwijgen van de melkdozen! (50 op 8 maanden) Ja, het geld rolt hier goed! Gelukkig konden we enkele dingen lenen van familieleden en vrienden of kochten we tweedehands.

Maar ik vind het leuk om ook eens rond te neuzen in kledingwinkels, want ik 'mag' zowel kijken naar de jongenskleertjes als naar die van de meisjes. Het is ook zo snoezig om hen op een gelijksoortige manier te kleden (vb. zelfde motiefje), maar dat vind je niet zo gauw. Jammer...

Speciale gelegenheden

Op 5 maart waren ze bij ons in het gemeentehuis voor onze trouw, die we bewust intiem hebben gehouden. Het was een unieke belevenis, ook voor de burgemeester en de schepen. Zo'n kleintjes hadden ze nog niet op de schoot van de trouwers gezien.

30 maart: een namiddag volledig in het teken van Lars & Lara: hun feest, we noemden het Dubbel-Drink. Alle genodigden konden onze kroost komen bewonderen en hun buikje met wafels en pannenkoeken vullen. Wat zijn Lars & Lara voorbeeldig geweest! Ze hebben zich helemaal niet gestoord aan de drukte. Enkel een ballon die plots knalde, was een enorme verschrikking! Het was leuk om mensen te zien raden wie wie zou zijn. Ze waren immers voor deze gelegenheid identiek gekleed. Nochtans zie je wel duidelijk het verschil, dus eens je het weet, kan je ze makkelijk uit elkaar houden.

Terug aan het werk... of beter: méér werk!

Toen Lars & Lara 13 weken oud waren, ben ik terug aan het werk gegaan. Het deed me wel goed om terug te doen wat ik gewoon was: lesgeven en terug onder de mensen zijn. Ze waren al gewoon om af en toe eens naar de onthaalmoeder te gaan, dus voor mij was het ook niet zo lastig. Ik had er alle vertrouwen in!

En het gaat vooruit...

Voor we het goed en wel beseften waren we eind mei: tijd voor de groentepap. Een hele onderneming, net als de fruitpap, waar we een maand later mee startten. Als ik alleen ben,

eten ze elk om de beurt ofwel krijgen om de beurt een hapje, afhankelijk van het moment. Als de papa er is, is het allemaal veel eenvoudiger. We wisselen ook steeds af wie wie eten geeft, al steekt het niet zó nauw.

Ik heb enorm veel aan mijn man, hij helpt zoveel als hij kan en pept me op als het wat moeilijker gaat. Durven toegeven dat je 't soms moeilijk hebt met een tweeling is niet leuk, maar je moet bij elkaar terecht kunnen om erover te praten, dat werkt écht!



Niet alleen drukte...ook veel pret!

Ons hart loopt over van geluk als we hen samen zien plezier maken: naar elkaar kijken, elkaar aanraken, samen in bad spelen, communiceren op hetzelfde niveau. Ze kunnen echt genietend lachen, schaterlachen! Schitterend! We hebben wel de indruk dat ze van elkaar veel kunnen verdragen: speelgoed afnemen, hand op het gezicht leggen, in de wangen knijpen...het mag allemaal! Maar als de ene wat té bruut in z'n bewegingen is geweest is het andere koek! Het leukste is dat ze steeds elkaar hebben... in goede èn in minder goede tijden!

Oooh, we zijn zo gelukkig met Lars & Lara!

Het is niet altijd evident, maar het is ons gelukt èn we hebben twee gezonde schatten van kinderen, wat kan een ouder nog meer wensen?

Een fiere mama,

Sofie

Reacties zijn steeds welkom op latatwin@gmail.com

Twins Antwerpen

Op zaterdag 31 mei 2008 was het tweelingen geblazen te Oelegem:

't Lekker Koeike te Oelegem

Zo'n 10 minuten vóór 14 uur

De eerste tweelingen kwamen aan en kregen onmiddellijk de aandacht ...

Uiteindelijk waren we met een groep van 30 personen die de Oelegemse bossen onveilig maakten.

De prettige sfeer en de prachtige uitleg met anekdoten van onze gids maakten van de wandeling een aangename kennismaking met de natuur.

Er werd veel gestapt en aan het fort van Oelegem hebben we heel wat eenden en ganzen gezien. Ook een ijsvogel was waar te nemen.

De meerkoeten en waterhoentjes waren ook op het appel.

Nog tal van andere dieren liepen en vlogen er in de vrije natuur.

Op het einde van de 5 km kwamen we terug bij het 't Lekker Koeike; daar werd iedereen getrakteerd op een ijsje...

We planden alvast de volgende wandeling in het Gentse te organiseren.

Een uitnodiging volgt nog ...

Twins Antwerpen vzw

email: twinsantw@scarlet.be of telefoon Mieke Elpers-Dedecker 03/886.72.25

Groetjes vanwege de medewerkers van Twins Antwerpen





Wandeldag Twins Antwerpen te Oelegem



VERHUISKAART

Zijn jullie verhuisd of gaan jullie verhuizen, stuur ons dan deze verhuiskaart of laat het ons weten via e-mail! Zo kunnen wij in de toekomst verder contact met jullie houden. Wensen jullie niet meer gecontacteerd te worden, laat het ons dan ook weten.

Naam :

Voornaam eerstgeborene :

Voornaam tweedegeborene :

Voornaam derdegeborene (voor drielingen) :

Geboortedatum meerling :

Naam en voornaam van de moeder :

Naam en voornaam van de vader :

Oud adres :

Nieuw adres :

De verhuizing betreft : gezin

deel van de tweeling / drieling (wie ?)

anders, nl.



Opsturen aan :

Oost-Vlaams Meerlingenregister
Twins UZ-Gent
De Pintelaan 185 PB 91
9000 Gent

Colofon

Redactie:

Prof. Dr. Paul Defoort
Dr. Sc. Catherine Derom
Prof. Dr. Robert Derom
Prof. Dr. Jean-Pierre Fryns
Prof. Dr. Fernand Leroy
Prof. Dr. Evert Thiery
Prof. Dr. Robert Vlietinck

Secretariaat:

L. De Zeure & G. Vossaert

Twins UZ-Gent
De Pintelaan 185 PB 91
B-9000 Gent
Tel: (09)332 29 14
Fax: (09)332 35 70
e-mail: twinlokaal@hotmail.com

Twintelefoon:

Tel: (09)332 39 07
(vrijwilligerswerking)

Lay-out:

Reclame DeMeersman
www.demeersman.com

Met medewerking van:

Lut De Zeure, Marij Gielen, Marleen Poelman, Greet Vossaert en de vrijwilligerswerking.

Dit TWIN-infoblad wordt gratis verdeeld aan alle meerlingen geboren in Oost-Vlaanderen. Geïnteresseerden kunnen dit tijdschrift ontvangen door jaarlijks 5 euro of meer te storten op het rekeningnummer van de VZW-TWINS: Dexia 551-3971000-83.

Giften van 30 Euro of meer zijn fiscaal aftrekbaar.

Om dit tijdschrift en onze andere sociale activiteiten te kunnen blijven garanderen is financiële hulp steeds welkom.

Twins, het Infoblad van het Oost-Vlaams Meerlingenregister, is een publicatie van Twins v.z.w., de vereniging ter ondersteuning van het wetenschappelijk onderzoek bij en voor meerlingen.

Verantwoordelijke uitgever:

Catherine Derom, Kwadenplasstraat 20, B-9070 DESTELBERGEN.

Met steun van de provincie Oost-Vlaanderen, dienst Gezondheid

