

- Williams, S. A., Chastek, B., Sundquist, K., Barrera-Sierra, S., Leader, D., Weiss, R. J., Wang, Y. & Curtis, J. R. (2020). Economic burden of osteoporotic fractures in US managed care enrollees. *The American Journal of Managed Care*, 26(5), e142–e149.
- Wilmot, E. & Idris, I. (2014). Early onset type 2 diabetes: risk factors, clinical impact, and management. *Therapeutic Advances in Chronic Disease*, 5(6), pp.234-44.
- Worku, A., Abebe, S.M. & Wassie, M.M. (2015). Dietary practice and associated factors among type 2 diabetic patients: a cross sectional hospital-based study, Addis Ababa, Ethiopia. *Springer Plus*. 4(15), pp.1-8.
- World Health Organisation. (2020). *Diagnosis and Management of Type Two Diabetes*. International Diabetes Association. Geneva.
- World Health Organisation. (2021). **Non-communicable diseases**. Available from: [https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases#:~:text=The%20main%20types%20of%20NCD,disease%20and%20asthma\)%20and%20diabetes.](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases#:~:text=The%20main%20types%20of%20NCD,disease%20and%20asthma)%20and%20diabetes.) [Accessed 5 November 2021].
- World Health Organization. (2016). **Global report on diabetes**. Available from: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/204871/9789241565257_eng.pdf?sequence=1 [Accessed on 15 June 2021].
- Xu, H. & Verre, M.C. (2018). Type 2 Diabetes Mellitus in Children. *American Family Physician*, 98(9), pp.590-594.
- Young-Hyman, D., De Groot, M., Hill-Briggs, F., Gonzalez, J. S., Hood, K. & Peyrot, M. (2016). Psychosocial Care for People with Diabetes: A Position Statement of the American Diabetes Association. *Diabetes Care*, 39(12), pp.2126–2140.

Zheng, Y., Ley, S. H. & Hu, F. B. (2018). Global aetiology and epidemiology of type 2 diabetes mellitus and its complications. *Nature reviews. Endocrinology*, 14(2), pp.88–98.

Zullig, L. L., Blalock, D. V., Dougherty, S., Henderson, R., Ha, C. C., Oakes, M. M. & Bosworth, H. B. (2018). The new landscape of medication adherence improvement: where population health science meets precision medicine. *Patient Preference and Adherence*, 12, pp.1225–1230.

APPENDIX A: PERMISSION LETTER



UNIVERSITY OF THE WESTERN CAPE
Private Bag X 17, Bellville 7535, South Africa
Tel : +27 21-959-2821

07 July 2020

To whom it may concern

Subject: Permission Request Letter

Dear Sir/Madam,

I, Elnéri Koegelenberg, enrolled as a Master student in Social Work at the University of the Western Cape is writing this letter to you to kindly grant me permission to access members from your Diabetes Wellness/Support Group to conduct my research.

I am currently doing research around diabetes mellitus, mainly on diabetes mellitus type II. My topic is: *Exploring the experiences of individuals diagnosed with diabetes mellitus type II, and their significant others' caring for them.*

This research will employ a qualitative research approach, with the goal to collect in-depth, rich, and nuanced data.

The researcher will provide the participants with information letters that explains the study and what would be expected of them. Participants would be allowed to withdraw from the research at any time if they wish To.

The objectives of the research will be:

- To explore the lived experiences of adults living with diabetes mellitus type II.
- To describe the understanding what are the reasons why adult living with diabetes type II do not adhere to treatment and medication



UNIVERSITY OF THE WESTERN CAPE
Private Bag X 17, Bellville 7535, South Africa
Tel : +27 21-959-2821

- explore and describe the lived experiences and effects of parents/partners living with individuals with diabetes mellitus type II,
- to describe their understanding of the contributing factors of the diagnose as well as the treatment and medication for the person taking the medication

I am hoping to receive a positive reply from your side.

Yours Sincerely,

Elnéri Koegelenberg

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'EK' or similar initials, written in a cursive style.

APPENDIX B: INFORMATION SHEET



UNIVERSITY OF THE WESTERN CAPE

Private Bag X 17, Bellville 7535, South Africa

Tel : +27 21-959-2821

INFORMATION SHEET

Project Title: Exploring the experiences of individuals diagnosed with diabetes mellitus type II, and their significant others' living with them.

What is this study about?

This is a research project being conducted by Elnéri Koegelenberg at the University of the Western Cape. We are inviting you to participate in this research project because you have experienced and have knowledge on type II diabetes mellitus. The purpose of this research is to obtain the experiences of individuals diagnosed with diabetes mellitus type II and their significant others living with them.

What will I be asked to do if I agree to participate?

You will be asked to share your experience/s of diabetes mellitus type II and how this has an impact on your life as an individual diagnosed with diabetes mellitus type II or as an individual living with an individual diagnosed with diabetes mellitus type II. The session will take approximately 60-120 minutes.

Would my participation in this study be kept confidential?

The researcher undertakes to protect your identity and the nature of your contribution at all times. To ensure your anonymity during the research process, you will get a number and will be at all times referred to as the number provided to you. Your name or surname will not be used during the research. All data collected during the research process will be locked in a cabinet where only the researcher has access to. The data stored on a computer will only be used by the researcher self, and only the researcher will have the password to access the data. Your identity will be protected at all times. In accordance with legal requirements and/or professional standards, information will be disclosed to the appropriate individuals and/or authorities if information comes to our attention that are of concern and might be harmful to you or others. In an event like this, you will be informed that we have to break confidentiality in order to fulfil our legal responsibility to report to the designated authorities.

What are the risks of this research?

There may be some risks from participating in this research study. You will give information which might contribute to you being emotional or which might influence the way you perceive these things. We will nevertheless minimise such risks and act promptly to assist you if you experience any discomfort, psychological or otherwise during the process of your participation in this study. Where necessary, an appropriate referral will be made to a suitable professional for further assistance or intervention. Service delivery to you, your family or the person with diabetes mellitus type II will not be influenced by the participation in the research.

What are the benefits of this research?

This research is not designed to help you personally, but the results may help the investigator learn more about persons diagnosed with diabetes mellitus type II, caring for them and living in a family with a member with a mental illness. We hope that, in the future, other people might benefit from this study through improved understanding of the experiences of diabetes mellitus type II.

Do I have to be in this research and may I stop participating at any time?

Your participation in this research is completely voluntary. You may choose not to take part at all. If you decide to participate in this research, you may stop participating at any time with no questions asked. Terminating your participation at any time, you will not be penalized or lose any benefits to which you otherwise qualify.

What if I have questions?

This research is being conducted by *Elnéri Koegelenberg* from the *Social Work Department* at the University of the Western Cape. If you have any questions about the research study itself, please contact Elnéri Koegelenberg, at cellphone 079 281 7223 or at elnerikoegelenberg1@gmail.com. Should there be any questions regarding this study and your rights as a research participant or wishes to report any problems you experienced related to this study, please contact.

Head of Department: Dr. M. Londt

Social Work Department

Tel: (021) 959 2277

mlondt@uwc.ac.za

Dean of the Faculty of Community and Health Sciences: Prof. A. Rhoda

University of the Western Cape
Private Bag X17
Bellville 7535
Tel: (021) 959 3261
arhoda@uwc.ac.za

Biomedical Research Ethics Committee
University of the Western Cape
Private Bag X17
Bellville 7535
Tel: (021) 959 4111
research-ethics@uwc.ac.za

This research has been approved by the University of the Western Cape's Senate Research Committee and Ethics Committee.



UNIVERSITY *of the*
WESTERN CAPE

APPENDIX C: CONSENT FORM



UNIVERSITY OF THE WESTERN CAPE

Private Bag X 17, Bellville 7535, South Africa

Tel: +27 21-959 2821

CONSENT FORM

Project Title: Exploring the experiences of individuals diagnosed with diabetes mellitus type II, and their significant others' living with them.

The study has been described to me in a language that I understand and I volunteer to participate in this study. I fully understand the information sheet and my questions about the study has been answered. I understand that my identity will not be disclosed to anyone. I understand that I might withdraw from the study at any time without providing a reason and without fear or negative consequences or loss of benefits. I am furthermore consenting to being recorded for data collection and analysis purposes.

Participant's pseudonymous:

Participants signature:

Date:

INTERVIEW TRANSCRIPT: TRANSCRIPT

Interview transcript – Participant C & D

- **Researcher = Bold**
- Participant C = Normal text
- Participant D = Underlined

1 **Okay, you have been diagnosed with diabetes type II. How, or what has your**
2 **experience been since been diagnosed?**

3 Op die oomblik is dit met my, dit is baie stress. U weet uhh in 2001 het ek mos n
4 stroke gekry. Ek was nooit diabetes gewees nie, ek was high blood pressure gewees.
5 Toe kry ek mos die n in 2001 die stroke mos nou. In 2009 toe ontdek hulle ja ek is n
6 diabeet. Toe vra ek maar hoe bedoel hulle toe se hulle mar nee dit is van my pancreas.
7 Because why die stroke het mos nou my pancreas aangetas mos nou. Toe begin ek
8 met diabetes. Maar ek was nie geworried gewees in die begin nie because why ek
9 weet nie waarom dit gaan nie. Maar met tyd toe se hulle vir my dis jou suiker, daar
10 is te veel suiker in jou bloed in se hulle vir my. Se hulle vir my ja ek moet aanpas.
11 maar net so se drie maande maar my suiker bly hoog ek moet nou op die diabeet II
12 en toe sit hulle vir my op insuline. Op die naald en toe.. maar vir my was dit n bietjie
13 stress gewees want ek moet elke oggend, elke aand ingespuut word. Dit was eers op
14 8 gewees toe gaan dit op na 12 toe, toe 18 en nou is ek op 22 insulin n dag in die aand
15 in. Maar die ding wat my nou pla nou. Ek het mos nie nog finance nie. Ek is net op
16 my pensioen mos nou. Elke maand, en U weet mos nou hoe min die geld is en U weet
17 mos nou ek moet met daai geld my brood koop wat ek nie kan bekostig nie. Die

18	brood is klaar R18 en R16 vir ee brood. En my rys, ek kan nie rys koop nie want dit
19	is te duur. N kilo rys, bruin rys amper R40 in die winkel. Ek wil dit koop maar ek
20	kan dit nie bekostig nie want dit is te veel. Toe moet ek maar net gewone rys eet en
21	dit het my suiker opgestoot elke dag. En vandag, party aande, een aande toe skrik ek
22	wakker toe is my suiker 1. Dit was 1 gewees toe moet ek onmiddelik eet want to
23	begin ek al bewe al van nie die regte kosse eet nie. Toe moes ek my vrou se en haar
24	wakker maak sodat sy vir my kan iets maak om tee eet. Dit was 2 uur die aand toe
25	moet sy opstaan. Wanneer ek iets makeer dan se ek vir haar ek makeer daai en daai
26	en dan doen sy dit vir my maar op die oombik cope ek myself maar okay help my
27	ook met brood en so. Maar vandag, ek het nou diabeet 2. Ek moet my elke aand
28	inspuit, elke aand inspuit 22. Vir my is dit bietjie stresvol maar ek is nou al so
29	gewoont aan dit, en dit is mooi nou mooi op die oomblik dit is nou onder 10. Dit is
30	nog bietjie te hoog maar ek gaan aan met my lewe want ons kan mos nie anders nie.
31	Hulle se mos one time a diabetes and all time a diabetes. Jy kan maak wat jy wil hy
32	is vir lewenslank met jou. Maar dit is hoe ek praat met haar. U moet vir my vrou vra
33	sys al verder praat daar van insulin. Vir insulin is dit vir my n groot probleem, n baie
34	groot probleem. Why, geld het ek gese. Sy kry nie pension nie sy het maar nou
35	aansoek gedoen vir pension. Ek kry nog pension. En ons twee op die geld is baie te
36	min vir ons. Ons kom te kort elke maand.
37	U het nou genoem van, wat het bygedra tot u se diagnose. Iets oor die pancreas.
38	Kan U vir my meer uitbrei oor dit, presies wat het gebeur en wat het gelei tot
39	dit. Wat was U se reaksie en wat het U gedink die dag toe hulle se u is nou
40	gediagnoseer.
41	

42	Jy weet mos nou. Obvious is dit mos nou nie van gesond eet nie. Dit is nommer een.
43	En ons kleurlinge het mos nie daai geld om dit te bekostig nie soos gesonde kos, ek
44	weet die ander dokter het gese ons moet nou eet die kos wat hy vir ons gese het ons
45	moet eet maar ons kan dit nie bekostog nie, ons kan nie. As ek... as ek en my vrou
46	moet gaan kos koop en ons kom by die groente dan het ons nie eers groente geld nie.
47	Ons kan nie, ons moet klaar vir ons vleis koop en hoende koop en dit dan is die geld
48	op. Nou moet ons gesond eet. Hoe kan ons? En dit is wat gedra het, nou moet ons die
49	fast food maak en hoe se hulle in Suid – Afrika, se hulle mos gemorskos. Ons moet
50	maar iet en dit is wat onse hoe bloedruk en dit veroorsaak dat ons vandag so is. Dat
51	ek diabetes is en ongesonde kos eet man, ons kan nie anders nie. (inaubable)
52	En wat is se fisiese, wat is U se fisiese komplikasies wat U tot dusver ontdek van
53	diabetes? Mens kry mos gesondheids komplikasies wat gepaard gaan met
54	diabetes tipe II. Het U tot dusver enige van dit ervaar?
55	Op die oomblik nog nie. Nog nie gekry, nog nie eitnlik fisiese uhh gekry nie maar ek
56	is baie besorgd oor my voete. Because why, ek het al 3 van broers verloor al. Hulle
57	het die een se been afgesit al, die een het blind geraak maar okay dit tas eintik my oe
58	aan. Dit gee mos die cataracts op jou oe, dit tas my oe aan maar nie so baie nie maar
59	ek is baie besorgd oor my oe, ek is bang Ek het al gesien al hoe mense vrot van die
60	diabetes voor my oe en ek is baie besorgd daaroor that's why deesdae gaan ek na my
61	klub toe vir ondervindings vi diabetes wat om te eet en hoe om te wees. Dis belangrik
62	vir my.
63	En hoe sal U se bestuur U die diagnose? As ek vra bestuur praat ek van manage
64	itv medikasie, leefstyle, gesond eet, fisiese oefeninge?
65	

66 Okay, U weet waar ek woon. Is, is oek mos nou loop in die oggende is dit baie
67 gevalik. Ons kan nie hier nie cause as die mens vir jou sien hie, hulle le sommer en
68 wag vir jou om die draai. So al tyd wat ek kan loop is miskien een oggend as ek nou
69 clinic toe gaan, veral as ek nou uit gaan. Ek loop baie. Ek loop, as ek taxi toe gaan
70 loop ekke, as ek gaan loop ekke, as eke na my club toe gaan dan loop ekke. Maar dis
71 gevalik vir ons maar ek manage dit cause ek ken baie van die ouens in die rondte en
72 hulle sali met my worry nie. Maar anner mense al seergemaak word en uh maar ek
73 manage ek manage somtyds maak ons die huis oep en maak oefeninge ek en my vrou
74 en ons kleinkinders. Dan maak ons oefening. Maar ons probeer ook maar om gesond
75 te eet en gesond , gesond te lewe. Maar al wat ons try is probeer maar oefeninge ons
76 makeer dit, ons probeer baie hard. Ons probeer die afgelope tyd oefen maar ons
77 probeer maar.

78 **En se vir my watter tipe ondersteuning kry U van se familie, U se vrou. Ek praat**
79 **nou van emosionele ondersteuning van die familie, vrou, gemeenskap en dalk**
80 **die klub.**

81 Jy sien nou die gemeenskap, hoe kan ek dit nou stel nou. Hoe kan ek dit nou se.. die
82 gemeenskap. Waar my vrou concern is help sy my baie. Sy is nou my regte hand. Sy
83 kyk nou dat ek gesond iet. Nie kyk nie ons probeer om gesond te iet nou. As ons gaan
84 na die winkels toe sorg ons dat met ons geld om een broed te koop want dit hou vir
85 ons amper een week vir ons twee want ons probeer maar nou vir mekaar met leefstyl
86 soos met een ding suiker uit te cut totaal. Ek gebruik nie suiker nie. Alles, niks suiker
87 nie. Die probleem is net onse brood. Ons kan mos nie (inaudable) eet nie. Baie mense
88 kan mos nie biscuits, die provita biscuits eet, dit is bo my vuur maak plek. Ek kan dit
89 nie bekostig nie. En, maar met die mense hier in die rondte by my as ek iets makeer

100	dan help hulle my, dan gee hulle my n lift of soe. Maar verder kan ek niks verder se
101	nie omdat al ons mense hier in die omgewing hierso is diabetes. Almal, (inadaibale).
102	Maar n.. maybe is hulle te bang of te skaam om saam te gaan. Maar ek, ek is al man
103	gaan. Ek is tussen klomp vroumense wat daar is. Ek is al man tussen die klomp
104	vroumense. Ek mind nie ek enjoy my want daar leer ek hoe om my..hoe ek my social
105	life, hoe ek my lewe reg te hou deur reg te eet, oefeninge en hoe ek my medikasie
106	moet gebruik en my inspuitings.
107	Se vir my is dit dieselfde ondersteuning wat U kry by die kliniek of hopsitaal op
108	n maandelikse basis of hoe?
109	By die clinic is uhm, al wat hulle vir jou se daarso.. jy mag nie eers vra vrae vir die
110	dokter nie want daar is te veel mense. En hulle se vir jou nou moet jy gaan 2 – 5
111	minutes. Jy kan nie vrae vra nie. Hulle kom vir jou se daar is jy daar is jou pille ,
112	gebruik dit. Verder kry jy niks informasie nie. Die informasie wat ek gekry het is
114	meeste by my club by my groep. Maar die clinic help nie vir jou nie. Die clinic sit en
115	gesels nie ook nie oor dis en dis en dis nie. Hulle gie nie vir jou n papier en se kykie
116	hier is jou dieet so moet jy maak en soe moet jy maak en hier is jou insulien en verder
117	niks meer nie.
118	En hoe laat dit vir U voel?
119	Ek... ek kan nie iets daaraan doen nie ek moet daarmee saam lewe. Dis al wat ek kan
120	doen ek moet daarmee saam lewe. Because why, but as jy wil langer ophou is jy dan
121	langer binne. Soos nou die dag toe was ek by die kliniek gewies toe maak een vrou
123	te lank daar binne toe skel die mense weer. Hoekom maak jy solank daar binne? Ons
124	het onse eie probleme oek maar die dokters, hulle help nie vir jou nie. Hulle pratie
125	met jou nie, hulle skryf net jou goed uit en there you go.

126 **Ek wil net weer terug kom by die finansiële situasie. U het vroer genoem van**
127 **voor ons begin record het wat dit kos om elke tweede week te gaan tot net by die**
128 **klub, wat so baie ondersteuning bied. Brei vir my net bietjie meer uit oor wat kos**
129 **dit en of U dit kan bekostig?**

130 Weet uhhh, eerste het my vrou saam met my gegaan en dit was gewies R10. Om
131 na die club toe te kom en R10 terug van die club tot by die huis. Nou as ek met dink
132 nou ek alleenig is seker al klaar R20 n dag en dit is 2 keer maand en dit is R40. En
133 as my vrou moet saam dan is dit R80 n maand en dis hoekom sy eerder by die huis
134 bly en dat sy nie meer kan saam gaan nie. Want sy is die een wat eintlik saam kom
135 om die informasie te kry saam my maar dis te duur vir ons gewies. Te duur.

136 **En die dag toe U gediagnoseer was tot en met nou, watter emosies het U ervaar?**

137 Ek was n bietjie teleurgesteld gewies. Maar soos hulle se dis jou eie fout oek. Aan
138 die begin was dit maar bietjie hard vir my gewies want ek moes my hele leefstyl
139 gechange it. My whole life was changed. Ek magi meer daai ieti. Okay ek kon geet
140 het maar nie meer soos ek eens gedoen het nie. Ek moet alles uitgestel het, alles. Jou
141 vrugte, jou drinks jou, jou cooldrinks alles daai. Ek gebruik nou net zero als. Alles
142 vir my, daar is niks van suiker of goed nie. Maar dit gaan nog altyd... dis nie nog
143 hundred percent nie maar n mens probeer ma.

144 **Dink U dat U se social life is geaffekteer deur hierdie diagnose? Kan U nog gaan**
145 **en kom soos U wil?**

146 Ek sal nie se ek kan nie meer gaan soos ek wil nie want dit is nie meer dieselfde nie.
147 As ek moet gaan waar ek wil dan moet ek my medikasie saam vat. Eers het jy gegaan
148 waar jy wil maar nou dat ek siek is kan ek nie sonder my medikasie gan nie. Jou
149 suiker kan so gou daal en in die hoogte skiet en dit is gevaarlik vir os. Jy het al gesien

150 al, jy is nou reg dan is jy in n ander wereld in. Jy kan niks doen sonder jou medikasie
151 nie. Jou insulin en tablette baie belangrik vir jou soe dit het my hele lewe gechange.
152 Eers het ek baie, baie gesocial met vrinne en soe maar dit het totaal gestop. Totaal.
153 Ek gati meer na my vrinne toe nie cause as ek daar kom nou sit hulle en hulle en hulle
154 enjoy hulle self en ek kani meer daai doeni. Ek kani meer nie want ek moet onthou
155 oor my diabeet. Want daai laat jou suiker baie gou val en wat hy gevalit, jy is sommer
156 weg in n coma nou. Jy kan nie. Dis waar dit my social lewe, my lewe ge-affect. My
157 vrinne het totally, my vrou vra, ek het n klomp vrinne gehet. Ek het eers vis gevang
158 en n klomp vrine gehet, alles weg. Alles. Ek is maar alenig by die huis sit maar hier,
159 ek worry nie met my social life en vrinne nie. Ek bly by my huis. Okay but hulle prati
160 met my nie. En hulle vra nie meer vir my nie. Hulle worry nie meer nie.

161 En hoe laat dit U voel dat hulle nie meer belangstel of vrae vra oor U se
162 gesondheid nie en dat U se social life nou heeltemal verander het? Hoe laat dit
163 U voel?

164 Ek is, ek is baie... hulle het my kom haal by die huis. Nou worry hulle nie meer oor
165 my nie. Hulle worry nie. Hulle sit daar by die huis. Niemand kom na my toe nie. Vra
166 vir haar, niemand kom meer hier by my huis nie. In die oggende vroeg was hulle hier
167 gewies dan kom haal hulle vir my en se kom ons gaan daantoe. En as ons waantoe
168 gaan dan gaan sit ons in die joint want ons was mos jong manne. Maar nou is alles
169 klaar. Dit het my hele social life affect, hele social life.

170 Is daar enige iets anders wat U nog wil bespreek van U se ervarign van diabetes,
171 vanaf U gediagnoseer is tot en met nou? Enige iets wat U nog wil byvoeg?

172 Soos wat nou? Jy weet, baie van ons mense, van ons mense is diabetes en mevrou
173 moet n klomp mense kry en ek praat van klomp dan se hulle vir my hulle suiker is

174 soe en soe nou vra hulle my wat hulle moet maak. Nou wat moet ek maak as hulle
175 dit nie wil self doen nie. So ek wil net he.. ek sal likes dat die mense net moet nader
176 kom om meer informasie te kry want meeste van die mense wat vandag dood gaan
177 is diabetes. **Maar hulle.. my broers ook self, os is 7 broers en almal is diabetes van**
178 **nie gesond eet nie.** Miskien het hulle die geld, ek wiet self nie maar ek het nie die
179 geld nie.

180 **Wat sal U se dra by tot U se styging in bloed en suiker vlakke?**

181 Wat bydrae tot my is my etery. Ons iet, ek was se 7 dae in GSH gewies vir n operasie
182 en die kos wat hulle daar gee is meer gesonder as wat ons by die huis eet. Nie
183 gesonder nie, dis n belanced diet wat ons nie kan bekostig nie. So hulle iet net n
184 bietjie kos maar hulle iet, hulle het spesiale tye nou vertel hulle vir my ek moet sterk
185 wies. Wat moet ek maak? Ek kan nie biscuits koop nie. Biscuit met daai wit kaas..
186 Ek mag nie eers koek eet nie. Ek sal n stukkie eet ja maar alles is gesny, netso.

187 **My laaste punt wat ek net wil aanraak van my kant is, U het vroer genoem die**
188 **mense in hierdie straat wat ook diabete is. Hulle is te skaam om te gaan tot by**
189 **die klub? Is dit iets wat U self ook ervaar en hoekom dink U is hulle te skaam?**

190 Ek was 2001 gediagnose met uh, nie 2000 nie 20... **1998 was ek gediagnose met**
191 **high blood pressure. Drie jaar daarna toe kry ek n stroke toe was daar vir my gese ek**
192 **moet aan n club behoort daar by UWC in die Lentegur in.** Ek het daarvan afgegaan,
193 ek het nie geworry oor ander mense nie. Dit was my liewe gewies. Dit was my life.
194 Ek het daar gegaan vir ondervinding, ek het dit gekry. Vandag het ek lewe en die
195 dokter het vir my gese mmeer jy gaan weer n stroke kry en toe se ek vir myself no
196 ways. My hele lewe het gechange, my hele lewe. Ek praat van my hele lewe. Alles
197 het op my gekom.. Forty years old maar nie die jare toe kry ek n stroke nou. Maar

198	dis ook oor die life wat ek gehet het mos maar ek dink die mense vandag, ons is baie
199	skaam om te gaan. As ek vir hulle se kom ons gaan club toe vir informasie. Nie nou
200	nie man ons gaan more. Maybe is dit skaamgeit want dis mans. As jy kyk by enige
201	social club, enige groep wat daar is. Ou mense of by n diabetes of by n hoebloed
202	club, jy kan sien daar is meestal vroumense. Maar ons mans, maybe ons praat met
203	onself. Okay, dan pick hulle op my nou maar ek se ek worry nie ek worry nie. Want
204	dit is my lewe wat daarvan af hang. About 10 jaar, se 10 jaar in die diabetes club wat
205	ek bywoon. En hoebloed is oor die 20 jaar nou. Maar ek leer, ek hou...my bloed is
206	onder beheer. Ek moet nou net my suiker onder beheer kry maar suiker is baie swaar
207	om onder beheer te kry. My vrou weet als, drink maar pilletjie hier en pilletjie daar
208	en die inspuittings. En die broed. Ek het nou broed gekoep, ons het nou broed gekoep
209	vandag mar os nie het so ons die cheap een koep, cheap. Daai een kan os bekostig.
210	Os kan nie die anner een bekostig van R16 nie. Dan moet os gaan na die sentrum toe
211	en taxi vat dan is dit taxi fare en dit is R10 op en R10 af en die broed is R16/ R18.
212	Hoeveel is daai? Amoer R40. So verstaan jy nou, dis te veel vi os.
213	Okay is dit al wat U wil deel? Baie dankie. Okay, U as die versorger vir u se man
214	wat gediagnoseer is met tipe II diabetes. Wat is U se ervaring vanaf hy
215	gediagnoseer is tot en met nou? Wat is U se ervaring om na hom om te sien vanaf
216	hy gediagnoseer is met tipe II diabetes?
217	<u>Ek sal dat eintlik is dit nou net die probleem, die kos. Wat moet ek nou vir hom gie,</u>
218	<u>wat gaan ons nou vanaand het, wat gaan ons nou in die oggend eet. Daai is nou eintlik</u>
219	<u>die porbleem met die kos. Ek moet weet self want hy moet reg eet, hy moet reg eet.</u>
220	<u>Hy moet regte goeters mos nou kry dan beheer ek mos nou in die winkels wat kan ek</u>
221	<u>dan nou vir hom koop. Al wat ons meestal eet in die huis in is nou se maar hoender,</u>

222 nou en dan n stukkie vis. Hy is die een wat die meeste... hy sal mos nou hoender eet

223 want dit is mos nou gesond. Oek vi die maand mos nou.

224 **En hoe het U gevoel die dag toe U uitvind dat U se man gediagnoseer is met tipe**

225 **II diabetes? Wat het deur U gegaan, die emosies, wat het U gevoel en wat het U**

226 **gedink?**

227 Ek het sleg gevoel want ek wat dit mos nou soe nou dat hy het n stroke gekry, en nou

228 kry hy nou diabetes. Maar ek het altyd maar net gegloe alles sal regkom. Verstaan jy

229 nou? Ek het altyd maar net gegloe die vrou sal maar gloe ja. Ai jitte wat gaan die

230 doen en wat gaan die doen. En, maar ek het my bydrae mar gebring en gehelp en so

231 aan maar ek het maar gedink uh, daar sal n tyd kom wat alles sal regkom. Jy moet

232 mos gloe, jy moet mos gloe. Hy kan nie geloop het nie, hy kon nie gepraat het nie.

234 Vandag kan hy loep. Hy kan vir my tee maak en hy kan vir homself tee maak. So, so

235 is os in die huis in nou. Os help mekaar. Hy sit, sal tv sit en kyk en ek sal tee maak

236 of so maar so dink jy Here wat gaan jy nou vanaand eet. Da is nou n brood os vanand

237 kan eet want somtyds.. maar hy is die ene, as os nou niks in die huis het nie dan sal

238 hy nou die een wies wat nou sal loep en kyk sal ons nou iets kry en wat gat os nou

239 iet of soe. Hy is altyd die een wat daai sal doen. Ek is, ek is amper so ek is nie gewoont

240 aan dit nie because... by mense nou die gaan vra by die vrind en daai vrind. Maar hy

241 is die man in die huis. Hy sal mar nou moet loep, maar sukkel om te geloop het. Ek

242 het altyd gegloe dat dit sal regkom man. Dit sal regkom. Want ek het nou die dag, en

243 os kry mos net die tjek pension geld, 2 dae en 3dae as os nou os goeters betaal het,

244 die huis betaal het dan is daar maar nie meer geld oor nie. En dan glo os maar net en

245 dan dink ons, dan dink os alweer wat is die next payment. Os dink mos maar nou so

246

247	wat is die next payment want ai. Dan dink os ai, dis hoekom ek maar net dink os
248	moet maar net glo. Alles sal regkom. Dai was nou net my...
249	U het nou net genoem dat U het U se bydrae gebring toe hy gediagnoseer is. Brei
250	vir my bietjie uit oor die bydrae spesifiek? Wat bedoel U met die bydrae? Fisies
251	bydrae?
252	Ja, hy het gesit en hy kon niks vir homself gedoen het nie. Ek moes vir hom gebad
253	het in die badkamer. Ek moet altyd daai gedoenit. En uh dan sit hy maar daarso dan
254	gee ek vir hom kos of soe. Hy kon niks gedoen het nie maar vandag kan ek vir die
256	Here dankie se dat hy kan nou iets doen met sy hande. Hy kan nou nie eintlik lekker
257	sy hande, sy een hand gebruik nie maar hy kan dan nou as os nou se doen gou daai
258	dan staan hy op en doen daai. Nou daai is alles deel van ... nou hulle het vir my gese
259	by die dinges.. by die clinic dat die dinges, by die hospitaal dat ek hom maar net moet
260	help dat hy kan loop en so en uh, hy kon nie eers geloop het nie. Os moes hom uit
271	die kamer gehelp het en daar gesit het en so. Maar ek se nogaltyd vir die Here dankie
272	dat hy nou vandag so kan, soos n man kan geweest in die huis is. Som om hom te
273	need, sommige dae dan het man en vrou mos maar arguments waar hulle skel, jy
274	moet die kooi op maak en jy moet die doen en daai doen. So daai is mos dinge wat
275	mens moet doen. Maar uh dit is goed. Os kom, os kom nou uh n lank tyd saam. Dit
278	was n bietjie swaar gewees vir my omte.. toe hy nou die stroke kry. toe hy ingaan die
279	nag. Hy het toe heeltyd in die hospitaal gele en die dokter het toe gese ja hy gaan nou
280	weer n stroke kry maar toe glo ek in my in nee man hy het tog nie gese my man gaan
281	weer n stroke kry nie. Tot en met vandag toe het hy nog nooit weer n stroke gekry
282	nie. Want ek het geglo die medisyne en pilletjies en goed wat hy gedrink het gaan vir
283	hom nou gesond maak en so het os maar aangegaan en jare en jare en jare dat ons

284 nou vandag, toe ek nou 60 geraak het toe het ek ook maar nou aansoek gedoen ook
285 nou vir pension en ek het geglo dat ons moet saam bewerk.

286 **U het gese dat dit was swaar gewees vir U ook. Verduidelik vir my hoe is dit**
287 **swaar fisies en emotioneel?**

288 Dit was, dit was eintlik swaar gewees. Maar die kinders het eintlik vir ons baie
289 bygestaan. Dit was swaar gewees. Om vir hom te gehelp het uit die kamer uit en alles
290 daai goeters, en die bene. Dit was, dit almal was dinges gewies. Want ek vat dit so
291 as jy nou n stroke moes kry wat maak jy want ek maak mos nou die kos? Maar ek
292 wil, ek wil vandag, het ek nou geleer nou jy moenie sout in die kos ingooi nie. Nou
293 ek almal daai dinge, ek gebruik nie sout nie, hy gebruik nie suiker nie. Alles is daai
294 wat hy doen en drink. Maar somkeer as ek nou sien ja dat die wat ons eet kan hy nou
295 nie eet nie dan maak ek vir hom iets anders as daar is mos nou. Maar verder, maar
296 verder gat ons maar aan.

297 **Wat is U se main concern nou met die feit dat hy n diabeet leier is en wat was U**
298 **se main concern toe hy gediagnoseer was?**

299 Dit was n bietjie dinges gewies. Maar later het dit n gewoonte geraak en toe se os
300 mar os moet nou aangan met die wat hy gekry het, dat hy nou diabetes geraak het.
301 Maar sy hoogste punte is maar nou net die kos is die probleem, die geld is die
302 probleem. Maar my dogter bly oek hier maar sy is nou getroud maar sy help oek so
305 vir ons om te dinges, verstaan? Dit was n stres gewees. Dit was n hele stres gewees,
306 om te sukkel. Wat gaan os maak. Os het nie geld vir brood nie os het nie geld vir
307 krag nie. Dit is n stres. Maar by my was altyd gewees ek het geglo dit sal regkom.
308 Dit was ...
309

310 **Watter ondersteuning het U ontvang? Dit kan fisiese of emotionele**
311 **ondersteuning wees van die gemeenskap en familie. Watter ondersteuning**
312 **ontvang U?**

313 Jho, ek sal nou se die dag wat hy die stroke nou kry en wat hy n diabeet word toe was
314 die huis nou eintlik nog vol mense. Almal het nog hiernatoe gekom, almal het gekom
315 maar vandag sien jy nou net niemand nie. Verstaan? Wat jy nou meskien nodig het,
316 wag jy kan gou die sisters phone en die broers phone, gee vir ons die en daai maar
317 dit is nie so nie, dit is nie so nie. Al die dinge gaan deur jou mind. Sy broers kom
318 hiernatoe, sy sisters kom hiernatoe. Niemand stel belang nie. Os, os, toe die lock
319 down begin het toe sit ons maar net hier in die huis in, nogaltyd in die huis is. Dan is
320 die krag af. Maar ek sal se, ek weet nie ek sal sommer net se ons het gesukkel. Om
321 die waarheid te se ons het gesukkel. Ons het aangekom.

322 **En hoe laat dit U voel dat U nie die ondersteuning kry nie? Ons praat nou van**
323 **emotionele en fisiese ondersteuning. Hoe laat dit vir U voel omdat U nie daardie**
324 **ondersteuning ontvang nie?**

325 Dit was swaar gewies man, dit is... want jy dink in jou gedagte want die familie het
326 nou geld want hulle het karre maar daar is niks bydraes nie. Jy moet maar nou alleen
327 sukkel. Tot vandag toe. As os maar nou uit wil gaan dan moet ons die taxi vat, ons
328 kan nerens gani want ons het. Os het mar so gesukkel. Daar het baie dinge gebeur in
329 onse dinges in, in onse, vani tyd wat hy nou die stroke en diabetes het. Os het maar
330 geloep. Kom ons maar nou daar dan praat hulle iets aan wat jy dan maar nou self kon
331 gevra it. Het jy miskien net vir ons iets om te gee soos geld maar dan praat hulle iets
332 anders dan dink jy nou maar jy gaan nou nie vra nie want jy hoor nou ander goete

333

334 dan bly jy maar net stil en kom maar net weer huis toe. Maar verder gat ons maar nou
 335 so aan.

336 **En sal U se dit het n verandering gebring in U se social life?**

337 Ek het, ons het baie gesocial life daar sal ek nou nie stry nie, baie gesocial life. Maar
 338 ons was nie, daar was perke gewees. Ons behoort aan n kerk in, ons was nie uit dinges
 339 gewies nie ons het altyd maar alles net in toom gehou. Ons was nie, verstaan jy
 340 uitspatlik uit nie en deurmekaar nie. Ons was maar saam hier in die huis gewees en
 341 dit was maar voor hy die stroke gehad gekry het maar daar het hy gestop toe is ons
 342 sommer kant en klaar met die ook.. die verkeede goete.. die besigheid toe is ons
 343 sommer kant en klaar daarom sal my kinnere nie nog vir ons wys, vir osse wys nie.
 344 Os was amper gewies n voorbeeld vir die kinders verstaan jy? Soos vir kerk loep en
 345 sulke goed. Hulle kan dalk vir jou wys ja my ma en pa het nou wyn gedrink en die
 346 gedoen en soe.. os was eintlik n voorbeeldige stel vir hulle. Sorry vir die dat ek nou
 347 kan se wat ek nou dink nou verstaan jy. Socialise en sulke vrinne, het baie mense
 348 gekom maar vandag wat n .. sien jy niemand nie, niemand kom meer nie. Want os
 349 het nie geld nie, os het nie ander n n mense gesien nie, wat os kan gee, wat ons kan
 350 op die tafel sit en hulle kan nou tee of biscuit of so as jy na family toe gaan dan kom
 351 jy by hulle huise dan sien jy maar nou wag hulle haal uit hulle sit op die tafel en os
 352 iet en gaan te keure maar as hulle by my plek kom dan kan ek nie vir hulle die goeters
 353 vir hulle voorsit nie.

354 **En hoe laat dit vir U voel?**

355 Oeh dis terrible. Jy voel baie teleur teleurgesteld dan se ek vir hom, by hulle huis
 356 kom. ek wil nie eers gaan na hulle huise toe nie want ek wiet hulle gaan die goeters
 357 op die tafel sit en as jy by my huis kom dan kan ek, het ek nie om op die tafel te sit

359 nie. Dan se hulle oeh hulle het nou net tee gedrink en goete en ek kan nou nie vir
360 hulle voer nie. Hulle se dit nie in my gesig nie maar jy kan mos daai aanvoel, daai
361 gevoelens mos ne, jy ky mos daai. Wil nie .. die dinges vir family nie.

362 **Is daar enige ander ervaring wat U as die versorger vir U se man wat tipe II**
363 **diabetes het wil deel? Enige ander ervaring.**

364 Thinking...

365 **Gevoelens? Frustrasies? Enige iets, enige ervaring.**

366 Ek het mar net uh gewys ek is nou nie n .. hoe kan mens se.. ek kan nou nie uh.. ek
367 hou maar gesels as hy terug gesels. Ek sal nie nog dinges wys vir mense dat ek voel
368 nou so nie. Ek sal maar eithier maar nou gesels, ek sal nie .. hulle sal nie sien by my
369 .. op my dat ek kry swaar nie. Ek sal maar net voorgee dat ek kry nie swaar nie. Ek
370 sal nie nog hoe, hoe sal ek voel uh. Jy voel anders, jy voel.. ek het nou al n gewoonte,
371 ek weet nou al waaroor gaan dit. Ek is nou, ek is nou al gewoonte daaraan. Toe hy
372 nou uh, as ek hom moet help ek weet nou wat moet gedoen word en wat ek moet
373 doen. Maar somtyd dan gaan hy allien town centre toe dan sit ek nou by die huis en
374 dan moet ek nou na die kinders kyk en nou moet ek nou worry hoe maak hy by die
375 centre. Hy moet gaan pay en sy geld kry en ietsie koop vir ons om te eet dan gaan hy
376 nou en koop vir os iets om te eet maar os sal nou miskien daai dag iets lekker eet
377 maar na daai dag dan is daar niks weer nie.

378 **Is U se bekommernis dalk ook as hy alleen travel town centre toe dat iets kan**
379 **gebeur omdat hy n diabeet is?**

380 Jaaa, nou som keur dan loep hy dan wil hy nie sy phone saam vat nie nou kry ek..
381 nou moet ek maar dink by my mind mos nou hy n , hy n, hy het nou sonder sy phone

382

383 geloep en daar is nou nie airtime op nie of data op om nou vir my te laat dinges nie.

384 Hy het nou al n klomp dinge oorgekom..

385 Om die waarheid te se wat ek nou lank loop dan wil ek... (inaudable – child crying)..

386 Om n diabeet te wees is nie maklik nie, jou hele leefstyl is anders. Hoe djy moet

387 lewe. As jy opstaan, eerste ding jou bloed suiker moet jy check. As daai nie reg is

388 nie dan is die vrou geworried, dan is sy geworried.

389 **Okay so daar is bekommernis wat deurkom?**

390 Ja.

391 Nou is sy geworried, nou se sy ek moet water drink, ek moet pille drink. Dit is te

392 hoog. Want sy weet mos as dit te hoog is dan kan jy in n coma val. Ek wietie wat gan

393 sy maak as dit moet gebeur nie.

394 Dit het nog nie eintlik gebeur nie. Dit het nog nie maar as dit die dag moet gebeur

395 dan wat nou dan wat gaan gebeur as dit nou gebeur nou. Nou aande dan vra ek nou

396 so het jy jou inspuiting gevat.. Nee ek gaan nou eers.. Dan se ek nee jy moet dit nie

397 so laat vat nie want kyk nou more oggend hoeveel jou suiker is. Daai is eerste op

398 mense mind. Hoeveel is jou suiker en as sy suiker nou oor die 10 is dan is ek nou

399 geworried. Jy moet aande nie eet nie want kyk hoe hoog is jou suiker dan stry onse

400 tweetjies. Maar meantime dan is ek nou geworried want ek is mos nou die een wat

401 agter hom kyk as hy nou hier in n coma gaan dan wat dan, wat gaan ek doen? Maar

402 die meeste tyd is , meeste tyd wat ons nou kos maak dan maak ek groente. Soos

405 worrels en sukke butternut en sukke meeste tyd as ek nou geld het dan maak ek

406 meeste tyd van daai nou maar nou is daar nou eintlik nou niks om groente en sulke

407 goed, ons moet maar nou weer wag tot hy nou weer pay dan koop ek nou weer so

408 tipe kos. Hoe se as mens kom by butternut as os nou dit koep dan eet ons nou heelyd,

409 dan iet os nou heelyd. As dit nou op is dan is dit op dan kan ons nou nie weer gaan
410 nie. Dan moet ons nou weer wag maar die Here dra ons deur.
411 Ou kan nie elke aand groente eet nie sien jy, so vanaand en dan weer so eenkeer per
412 week kan ons groente eet. Ander tye dan eet os gewone kos.
413 Maar ek het nou al opgelet as ek nou die groente vir hom so maak, die kos en os
414 maak nou groente en die next dag dan kyk os nou sy suiker dan is sy suiker nogals
415 mooi by die 6 of 5 of 7 dan weet ek nou daai was nou die regte kos die regte meal
416 wat ek vir hom gegee het nou daai was nou dood reg gewees, dan weet ek nou elke
417 tyd ek kan nou so maak dan is sy suiker mooier maar sodra hy ander goetes eet dan
418 is sy suiker.. sy suiker was al 22 ne? Sy suiker was al 18 gewies en hoe stres ek nie
419 want ek is die een wat vir hom.. nou hy is baie lui om water te drink. Nou by die
420 hospital gee hulle die bottels water om te drink nou hy kan nie, lui vir water drink.
421 Ek skel hom baie keer uit somtyds en se hy moet water drink. Nou somtyd... nou ek
422 is ook die n uh die hoebloed nou ek raak ek weer dronk weer, nou my kop raak weer
423 dronk en soe. Ek het n hoebloed masjientjie maar die battery is mos nou pap en dit
424 kos mos nou n klomp geld nou moet ek maar wag om geld te he om die batteries te
425 koop. Nou vat ek sommer my suiker dan is dit so laag dan kan ek niks.. wag tot
426 wanneer ek nou, dan is my kop dronk dan sit ek hieso dan weet hulle nie my kop is
427 dronk nie. Ek hou vas hulle wietie dan se ek nou haai jinne die man sit nou hier en
428 wieti ek is nou ook nie lekker nie dan kry ek ook... nou se hulle ja dit is die hot
429 flushes dan later met tyd dan staan ek op dan moet ek maar nou weer aangaan. Dan
430 is my bloed net so laag dan drink ek nou nie baie water nie want water maak jou
431 bloed mos...dit lyk dit dun dit uit. Maar ek het mos hoebloed pille. Minstens het ek
432 nou nie suiker nie. Maar ek probeer maar nou dat ek nou nie daai kry nie want hulle

433 se die manne gee sommer vir die vrou oek diabetes. Maar my family hulle het nie
434 eintlik suiker nie. Hulle is meer arthirits. Hulle is nou meer hoebloed en suiker en
435 goete.
436 (inaudable).. dis in die gene. Maar ek dink ek dink ek dink by myself as jy gesond iet
437 dan is dit nie nodig om siek te raak nie. Se maar nou die ryk mense...
438 Ek raak som keer kwaad vir die mense as hulle nou soe, soe vet en soe en daai. Hy
439 was baie vet gewies weet jy, hy het n 40 iets gedra so vet was hy gewies vandag dra
440 hy nou n 32 maar ek mien hy was baie vet gewies. Maar as ek nou dink aan sy broers
441 dan kom hulle hier dan is hulle vet nou daai tyd dan het hulle hier gekom dan is hulle
442 dik nou jou mind gaan so jy se nie vir hulle nie maar jou mind se goetes vir jou dan
443 dink jy jho hulle het nou die geld om reg te eet hulle sien dan hoe gaan dit hier by
444 die stukkende huis, hulle het hulle broer verloor met die een been en die broer wat
445 blind gewiesit. Ek meen maar nou. Jy probeer, hulle het dan nou die geld hulle het
446 uh die geld hulle het gaan werk en hulle het die geld. Lewe either uh om reg te lewe
447 met jou iet want meeste mense gaan dood oor diabetes en hoe probeer ek dat hy reg
448 lewe en dat hy nie.. wie gaan nou sonder man sit. Hy kan mos nog nooit nou gaan
449 nie os moet saam lewe, os moet saam, verstaan jy. Os kan mos nie nou uh jy het geld
450 nie maar jy gati nou reg eti jy gaan nou niks vir jou koop ek meen jy gaan. Ek se oek
451 vir hom os sal regkom, as os geld het sal is osse op daai level kom om reg te eet
452 verstan. Os kan nie.
453 **Maar om n diabetes te is, is nie is nie issie maklik nie. Jou hele leefstyl verander. Jou**
454 **hele social life en jou financial. Dit het vir my gerak.** (Inaudable)... **my een vrind se**
456 **tone het afgeval van diabetes. Eet lekkers eet lollipop. Ek het dit uitgecut, alles.** Ek
457 sal miskien n pakkie chips eet as ek nou pay miskien sal ek kope eenkeer n maand.

458	So het dit my lewe gechange. Ek het dit afgelos. You cant do nobody else will do it
459	for you.
460	Wel baie dankie vir julle storie of julle ervarign gedeel het met my. Ek weet nie
461	of julle enige laaste woorde het wat julle wil deel nie.
462	<u>Mens voel somtyds iemand moet met jou kom praat ne? Soos os nou, mens voel</u>
463	<u>sommer vry mens voel sommer mens wil met iemand praat maar dan is daar nie</u>
464	<u>iemand wat wil kom en gesels met jou nie. Verstaan? Maar ek se dankie ja vir die.</u>
465	<u>Soms hou mens die goeters in as jy weer kyk dan le jy op die grond.</u>
466	(Inaudable). In die ou dae het hulle gekom tot by die mense se huise maar nou kom
467	hulle nie meer nie.
468	<u>Ek het eenkeer aansoek gedoen en hulle se ja as jou man nou siek word dan kan jy</u>
469	<u>nou geld kry en hulle se wragtag vir my, vir os ne dan my man is nie bedleend nie ek</u>
470	<u>kan nie kom vir aansoek vir n grant ...</u>
471	Die care dependency grant
472	<u>Ja, mens kry nie. Dat ke nou eers aansoek gedoen het vir pension.</u>
473	Nou my pension, n R1800 is nie genoeg nie. Hy hou net vir 2 of 3 dae.
474	Okay baie dankie ek waardeer dit.