

**10 HOT
STORIES**



6

KIM: 'NIEMAND GELOOFDE DAT IK AAN HET BEVALLEN WAS'

Zelf wist ze zeker dat de bevalling was begonnen, maar de doktoren gaven Kim (33) geen gelijk. Dat leidde bij haar tot zoveel stress, dat ze zwaar overspannen raakte en zelfs op de crisisopvang belandde.



KIM: "HET BEGON

allemaal met een onbestemd gevoel. Ik was 35 weken zwanger van onze dochter en lag voor de zoveelste keer in het ziekenhuis. Met 29 weken hadden de artsen

opgemerkt dat er te weinig voeding naar mijn baarmoeder ging, wat gevaarlijk kon zijn voor de baby. Onze dochter was te klein voor haar leeftijd en bleek een groeiachterstand van vier weken te hebben. Qua grootte was ze toen eigenlijk nog maar 25 weken. Wat volgde was een ziekenhuistraject, en toen in de 34^e week mijn vliezen spontaan braken, werd de baby extra streng in de gaten gehouden. Alle focus ging naar haar, en niet naar mij, want toen ik uitsprak dat ik bang was dat de bevalling was begonnen, omdat ik zo'n last van druk in mijn vagina en onderrug had, zei de verpleegkundige: 'Welnee, dat

kan helemaal niet. Deze baby komt echt nog lang niet.' Bezorgd keek ik naar mijn man. Hij geloofde me toch wel? 'Weet u zeker dat het niet begonnen kan zijn?' vroeg hij. Licht geïrriteerd schudde ze haar hoofd. 'Nee hoor, er is niks aan de hand. Je kunt met een gerust hart naar huis. En dus ging mijn man naar huis...'

GEK GEWORDEN

"Zelf dacht ik inmiddels ook dat ik gek was geworden. Totdat ik om kwart voor drie 's nachts heel onrustig wakker werd. Ik had pijn in mijn rug, voelde de baby niet goed en had het gevoel dat ik naar de wc moest. Ik drukte op het belletje en ging alvast naar het toilet. 'Wat ben je allemaal aan het doen?' vroeg de dienstdoende gynaecoloog toen ze de kamer binnenkwam. 'Waarom lig je niet in je bed?' Ik keek naar het bloedverlies in mijn onderbroek en vertelde wat er aan de hand was. Ik eiste direct een nieuwe CTG. Ook zij was niet overtuigd van mijn zorgen. Morrend haalde ze het apparaat en toen ze niet meteen een hartslag kon vinden, raakte ik compleet in paniek en moest ik zelfs overgeven. 'Nee!' riep ik. 'Dit gaat me niet gebeuren. De baby en ik hebben dit afgesproken, wij gaan het redden!' Op datzelfde moment voelde ik iets heel zwaars in mijn vagina drukken. Een oerkracht nam het van me over en zonder dat ik het doorhad, riep ik dat ik moest gaan



persen. Godzijdank besloot de gynaecoloog toen toch maar eens te gaan kijken hoe de zaken ervoor stonden en direct schreeuwde ze dat ik al tien centimeter ontsluiting had. Vliegsvlug haalde ze mijn bed van de rem en duwde me rennend naar de verloskamers. Daar beviel ik, zonder de aanwezigheid van mijn man, binnen een paar minuten van onze dochter Evi. Ze woog 1860 gram en mocht maar even bij me liggen, omdat ze meteen door moest naar de neonatologie.”

EXTREEM OVERBEZORGD

“Evi bleek gelukkig een heel sterk meisje: ze groeide snel en bereikte binnen een week de magische grens van 2000 gram. Ze mocht mee naar huis en het genieten kon eindelijk beginnen. Of nou ja, genieten... Zo voelde het helaas niet. Ik was zo geschrokken van alles wat er gebeurd was, dat ik continu bang was dat we weer iets over het hoofd zouden zien. Het ziekenhuis geloofde me immers niet toen ik zei dat ik aan het bevallen was, dus wie konden we nog vertrouwen? Het feit dat zowel de verpleegkundige, als de gynaecoloog en het ziekenhuis zelf niet eens excuses wilden aanbieden, werkte ook niet echt mee. Het enige wat ze zeiden was dat ik blij moest zijn dat de bevalling zo snel was gegaan en dat Evi zo sterk was. Het had veel erger kunnen aflopen... Dat laatste zinnetje is me altijd bijgebleven. Het had inderdaad veel erger kunnen aflopen, dus wat zou ik nou? Ik was Evi's moeder en ik was de enige die haar kon beschermen, dus dat

ging ik vanaf dat moment ook doen. Het zorgde ervoor dat ik in het jaar daarna veranderde in een extreem overbezorgde moeder. Het liefst liet ik haar door niemand vasthouden en ik checkte wel tien keer per dag of haar temperatuur nog goed was. Dat ik na mijn zwangerschapsverlof weer aan het werk moest, was een hel. Ik vond het zo moeilijk om Evi bij mijn moeder of schoonmoeder achter te laten. Ik snap best dat ze gek van me werden, ik belde om het half uur naar ze om te vragen of het allemaal wel goed ging.”

IN EEN HEL

“Het leidde er uiteindelijk toe dat ik zwaar overspannen raakte toen Evi net één was geworden. Ik weet het nog precies, het gebeurde van de ene op de andere dag. Ik was met Evi en haar oudere broertje aan het winkelen in de stad en plotseling kreeg



ik een enorme paniekaanval. Alles om me heen draaide, en het voelde alsof ik vastzat in een tunnel. Ik kon niet meer helder nadenken en wist ook niet meer waar ik was. Gelukkig was ik samen met mijn moeder en zij nam me direct mee naar huis. Daar begon ik meteen over te geven. Ik had geen idee waar het vandaan kwam. Weer zwanger kon ik niet zijn, dat wist ik zeker. Natuurlijk maakte ik direct een afspraak bij de huisarts, maar hij zei dat ik gewoon moe was. Dat was alles. Ik moest rust nemen en het zou vanzelf weer overgaan. Maar dat gebeurde niet en binnen korte tijd zat ik in een hel. Ik liep de hele dag te huilen en lag depressief in bed. Zodra mijn man naar zijn werk ging, had ik geen idee wat ik met de kinderen aan moest en na de zoveelste paniekaanval belde ik hem huilend op of hij zo snel mogelijk naar huis kon komen. Dat deed hij, en nadat hij opvang voor de kinderen had geregeld, nam hij me opnieuw mee naar de huisarts. Die stuurde me dit keer direct door naar de crisisopvang en daar bleek dat ik zwaar overspannen was door alles wat er was gebeurd.”

ANTIDEPRESSIVA

“Het was fijn dat iemand me eindelijk begreep en écht naar me wilde luisteren. Ik was dus niet gek en het zat ook niet tussen mijn oren. Ik had in korte tijd onder zoveel stress gestaan, dat kwam er nu allemaal uit. Er kwam direct een plan van aanpak, zowel voor mij als voor de opvang van de kinderen, en met hulp van de maatschappelijk werker en antidepressiva kwam ik er na een jaar eindelijk bovenop. Inmiddels voel ik me gelukkig weer een stuk beter. Ik kan weer oprecht van mijn kinderen genieten en ben niet meer zo overbezorgd. Toch ben ik ergens nog steeds wel op mijn hoede, waarschijnlijk een souvenir van mijn bevalling en het niet geloofd worden. Wat ik er vooral van heb geleerd, is dat je als moeder altijd op je intuïtie moet vertrouwen. Moedergevoelens zijn sterker dan wat dan ook, dus ik zal ze nooit meer negeren...” ■