Marlies Koers

Ik denk dat het begonnen is

Dagboek van een
(zwangere) verloskundige

Spectrum

Omslagontwerp: Alexandra de Vries
Omslagfoto en visagie: Studio Evoque
Opmaak: Elgraphic

ISBN 978 90 00 40403 2
ISBN 978 90 00 40795 8 (e-book)
NUR 320

© 2026 Marlies Koers
© 2026 Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv, Amsterdam
Eerste druk, 2026

Deze uitgave kwam tot stand door bemiddeling van Sebes Bisseling Kleuver Literary Agency te Amsterdam.

Spectrum maakt deel uit van Uitgeverij Unieboek | Het Spectrum bv,
Postbus 23202
1100 DS Amsterdam

www.spectrumboeken.nl
Spectrum Life
spectrumboeken

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Tekst- en datamining van (delen van) deze uitgave is uitdrukkelijk niet toegestaan.
All rights are reserved, including those for text and data mining, AI training and similar technologies.

Omsluiten

hier ontsluiten
zoveel duizend jaren
oude oerkracht
het nieuwe leven
op de grens van
binnen naar buiten
van ontsluiten naar omsluiten
omarmen
met duizend lieve woorden
mijn liefste
kind.

Hans Keizer, juni 2024

Inhoud

	Proloog	9
1.	Een dag om te onthouden	11
2.	Verwacht onverwacht	16
3.	Zwolle, geen haar op mijn hoofd	25
4.	Lichtpuntjes	34
5.	Heb ChatGPT even gevraagd en die zegt dat het erbij hoort	37
6.	Kinderwensconsult	45
7.	Centering Zwangerschap	49
8.	*Holy shit*	54
9.	Vandaag is rood	62
10.	Niet pluis	75
11.	Voor dezelfde spiegel	81
12.	Tussen kijken en luisteren	83
13.	Kan dat van kaas komen?	90
14.	Maar nu is het nog goed	92
15.	'Oef, dat is gevaarlijk toch?'	97
16.	Tussen het puin	104
17.	Dag met een gouden randje	108
18.	Alle hens aan dek	113
19.	Scholingsdag	124
20.	Tussen de regels	129
21.	*'Well, that escalated quickly'*	133
22.	Gezamenlijke intake	139
23.	Ik voel juist niks	143
24.	Ze kan wel wat TLC gebruiken	153

25.	Sorry voor de onderbreking van je slaap...	161
26.	De sterrenkijker	166
27.	Een wiebelende sinaasappel	173
28.	Nog eentje dan	179
29.	Start van mijn verlof	189
30.	Gaan we de 37 wekengrens halen?	193
31.	Symptoomjagen	197
32.	Het mooiste wat ons is overkomen	199
33.	Stilte na de storm	204
34.	Terug met een ander hart	209
35.	Mama komt straks weer terug	217
36.	Geboortenis	226
37.	Spitsuur	230
38.	Tussen hoop en twijfel	235
39.	We weten en voelen allemaal: hier moet niet nog een kindje komen...	241
40.	Slaapscore 33	246
41.	Matrescentie	250
42.	Mag ik bij jou in de auto?	255
43.	MCDA gemelli	264
44.	*I just wanted to inform you*	269
45.	Overgave	274
Epiloog		281
Nawoord		283
Dankwoord		287

Proloog

Het is midden op de dag, maar ik heb de shutters half dichtgezet. Kleine streepjes licht vallen naar binnen. Alles beter dan de volledige zon in mijn gezicht. Het licht voelt te fel. De warmte dringt zich aan me op.

Ik lig op de bank. Op mijn zij. Mijn hoofd op een kussen en mijn knie opgetrokken. Ik adem langzaam en bedachtzaam door mijn neus. Niet voor een ontspanningsoefening, maar om te voorkomen dat mijn maag zich tegen me keert. Dat is mijn enige strategie nu: zo min mogelijk bewegen.

Ik ben verbaasd. Over hoe klein mijn wereld is. Alles draait om een paar vierkante meters in ons huis. De afstand van het bed naar de bank. Tussen onzekerheid, spanning, misselijkheid en hoop. Niemand vertelde me dat dit voelt als controleverlies. Of misschien zeiden ze het wel, maar dacht ik altijd dat het wel mee zou vallen. Ik wist toch hoe dit ging? Ik had er zelfs een romantische benadering voor. Het begin van zoiets groots, wat nu nog heel klein is, gedragen door kennis en ervaring. Maar nu? Nu is er alleen deze constante golf die me overneemt en het reflexmatige kokhalzen.

Ergens knaagt het ook. Ik vind dat dit gevoel er niet mag zijn. Het gevoel dat dit zwaar is, en bij vlagen ook uitzichtloos. Dat ik soms niet weet waar ik goed aan doe, rust pakken of juist bezig gaan en mezelf een schop onder mijn kont geven. Want ik hoor dankbaar te zijn. Meer dan dat zelfs. Na alles wat hieraan vooraf ging – de wachttijden, de onderzoeken, het krampen, het snijden, het slikken van de pillen die de hormonen door mijn lijf joegen – zou dit nu ondergeschikt moeten zijn. Dat zeggen mensen ook: wat een zegen dat het gelukt is!

Maar hier, in de lichte schemering van onze woonkamer, kan ik het even niet voelen. Die vanzelfsprekende vreugde en dankbaarheid. Ik voel alleen mijn lijf, de intense vermoeidheid in hoofd en botten en misselijk alsof ik de ergste kater ooit heb. Wat een grap. Dat ik ondanks mijn kennis nu toch opnieuw moet leren wat het betekent om zwanger te zijn. Welke symptomen erbij horen. Misschien gaat het daarover. Dat ik moet doorvoelen, moet doorleven hoe het is. Om het straks beter te begrijpen.

En toch hoor ik het stemmetje in mijn hoofd. Ik heb nu vakantie. Maar als dit nog weken duurt, hoe houd ik het dan vol met mijn werk? Er zal vast een dieptepunt zijn, een plek en tijd vanwaar het weer beter wordt. Ik wil geloven dat het komt. Ik wéét dat het komt. Voor nu is er alleen dit. Mijn adem. Mijn lijf. Het begin van iets moois.

1.

Een dag om te onthouden

2 oktober 2022

Vrolijk word ik wakker, het is mijn verjaardag vandaag. Het is een heldere, zonnige dag en er is geen wolkje aan de lucht.

'31 lentes jong, gefeliciteerd!' Martan geeft me een kus en we liggen nog lekker te kletsen. Dit is een van mijn favoriete momenten van de dag: om samen rustig op te starten voordat we gaan ontbijten en we aan de slag gaan met onze lange to-dolijst.

'Wat zal ik aandoen zo,' vraag ik.

'Iets makkelijks denk ik, niet je mooie verjaardagskleren als je nog wat wilt poetsen in huis en die cupcakes moet halen.' Ik denk aan het setje nieuwe kleding dat klaar hangt, een gewoonte die ik van huis uit heb meegekregen en die me altijd blij maakt omdat het me extra jarig laat voelen. Ik heb zin om het aan te doen maar ik kan hem geen ongelijk geven. Dat moet zo lang mogelijk fris blijven.

'Dan kan ik wel lekker even mijn huispak aandoen,' zeg ik.

'Nee, níét je huispak,' zegt hij stellig.

Ik kijk hem aan en denk: oké, dat is duidelijke taal. Als ik even later voor de kast sta, kies ik voor een comfortabele, maar nette outfit met een zwarte skinnyjeans en een luchtige witte blouse. Daarna doe ik mijn haar en make-up en gaan we ontbijten. Het is een kneuterig tafereel waar we beiden erg van genieten: samen de krant lezen aan de keukentafel en ondertussen koffiedrinken.

'Hoe laat moet je die cupcakes halen bij dat meisje?' Ik kijk op mijn horloge en zie dat het nog maar 08:15 uur is.

'Om 09:30 uur.'

'Misschien kunnen we het combineren. We moeten namelijk een stukje met de auto voor je cadeau...'

Ik kijk Martan onderzoekend aan en denk na. Rijden voor het cadeau? Zouden we iets moeten ophalen ergens? Of zouden we naar een feestlocatie gaan? Ik heb mijn familie uitgenodigd om mijn verjaardag te komen vieren, maar naar mijn weten is dat gewoon hier thuis. Ik vind dit alles een beetje verdacht, ook omdat hij zich bemoeide met mijn kleren wat hij normaal nooit doet, maar ik zeg niks. Als we 25 minuten later klaarstaan voor vertrek, zegt Martan ineens bij de voordeur dat ik wandelschoenen mee moet nemen omdat we naar het bos gaan.

'Het bos?' vraag ik lichtelijk geïrriteerd. 'Nu?! Ik heb daar geen tijd voor, Mart! We moeten alles nog ophalen, ik wil stofzuigen en dweilen, de slingers ophangen, hapjes maken. Je weet wel.'

Hij aait even over mijn wang en stopt een pluk haar achter mijn oor.

'Het is zo'n mooie dag. Ik denk dat het goed is om even een frisse neus te halen, omdat we de rest van de dag binnen zitten.'

Ik knik gelaten. Ik merk dat er geen onderhandelingsruimte is en blijkbaar is dit nodig. 'Oké.'

Als we even later in het bos lopen, refereert Martan aan de laatste keer dat we hier waren. Het weekend dat we hoorden dat het hartje van ons kindje niet meer klopte, zijn we hier ook naartoe gereden. Die miskraam was onderwerp van gesprek toen in dit bos. We hadden op dat moment nooit kunnen bevroeden dat er nog zo'n nasleep zou zijn en ik nu nog – maanden later – bezig ben met onderzoeken in het ziekenhuis. De Kranenkamp, het bos waar we lopen, is niet enorm groot. De wandelroutes die beschikbaar zijn, zijn maximaal 5-6 kilometer. Het is er altijd rustig en sereen en ook nu merk ik dat het me goed doet om buiten te zijn. Martan en ik praten samen, maar nu zijn het korte zinnetjes. Ik voel iets aan hem.

'Leuk hè, dat we hier nu een keer 's ochtends vroeg in het bos zijn en niet 's middags of in de avond.'

Ik grinnik.

'Wat?'

'Niks, je doet gek,' glimlach ik en geef een kneepje in zijn hand. We slaan rechtsaf, een smal bospaadje in. Het pad kronkelt tussen hoge bomen, de blaadjes ritselen zachtjes.

Martan staat even stil, zijn telefoon in de hand. Hij legt de zon vast die door de takken glinstert. Daarna richt hij de camera op mij. We lopen door, over de slingerende paden, tot we aan de rand van het bos komen. Alles breekt open. Voor ons strekken de weilanden zich uit, kilometers ver, badend in het ochtendlicht. Er staat een houten bankje, ons uitnodigend om te gaan zitten en te genieten van de rust en stilte op dit plekje.

'Altijd mooi hier, hè,' zegt Martan zacht. Dan gaat het snel. Ik kijk opzij en zie de liefde van mijn leven rustig op één knie zakken. Hij pakt een doosje en stelt dé vraag. 'Wil je met me trouwen?' Ik kijk in zijn vertrouwde, bijzondere, lichtgroene ogen met het donkere randje om de pupil en schiet vol.

'Ja, natuurlijk!' snik ik en ik kus hem lang en zacht op zijn lippen. Minutenlang knuffelen we. Ik bekijk de prachtige ring: een dun bandje van goud en daarbovenop een vierkant diamantje dat enorm schittert in het heldere ochtendlicht. Martan fluistert lieve dingen in mijn oor. Dat ik de vrouw ben waar hij oud mee wil worden. Dat de afgelopen maanden, waarin we veel verdriet en moeilijke dingen hebben meegemaakt, hem juist hebben laten beseffen dat hij het officieel wil maken.

'We zien wel wat er nog op ons pad komt, maar laten we focussen op het plannen van een bruiloft,' zegt hij.

Ik voel een gelukzalige opwinding door mijn lijf. Ik weet zeker dat het me positieve afleiding gaat geven. Trouwen is een van mijn grootste wensen, als klein meisje droomde ik er al van. Mijn Pinterestbord is al jarenlang een bron van inspiratie en plezier. Ik kan niet wachten om een trouwjurk uit te zoeken, na te denken over de feestlocatie en er een aantal te bezoeken! Zwevend maken we het rondje af, het lijkt alsof mijn zintuigen op scherp staan. Ik neem de kleuren in me op, zie dat het bos langzaam in oranjerode herfsttinten kleurt en ik ruik het mos en de aarde. We stappen in de auto en zijn net op tijd bij Do, de thuisbakker waar ik roze met gouden cupcakes heb besteld. Eenmaal thuis is het een vrolijke chaos want ik heb niet veel tijd meer. Ik maak schoon met de Franse slag, kleed me om en voor ik het weet staat de visite voor de deur. Zodra iedereen hoort dat ik ten huwelijk ben gevraagd, barst

het feest los. Er worden heel wat traantjes weggepinkt en knuffels uitgedeeld. Een moment dat ik niet snel meer zal vergeten.

In de periode na mijn verjaardag vliegen de dagen voorbij. Het is een gekke mix van hele drukke werkdagen én nachten. Maar terwijl ik droom van een bruiloft, spelen in mijn hoofd ook de medische onderzoeken van Martan én mezelf door. Er komt darmkanker op jonge leeftijd voor in zijn familie en omdat hij wat opmerkelijke klachten heeft, wil de MDL-arts het zekere voor het onzekere nemen. Met het onderzoek kan hij het slijmvlies van de darm bekijken en afwijkingen zoals poliepen, ontstekingen of gezwellen opsporen. Het ene moment zijn we de verlovingsring aan het ruilen omdat hij iets te groot is voor mijn smalle vingers, het volgende moment houden we ons bezig met dieetwensen. Martan mag in de dagen voor het medisch onderzoek enkel vloeibaar eten en ten slotte alleen nog maar een chemisch goedje drinken dat zijn spijsverteringskanaal schoonspoelt. Hij verzwakt snel en wordt daardoor wat stiller, keert meer in zichzelf.

Ik merk dat de stress in mijn lijf langzaam stijgt, door alles wat er speelt. Ik begin te piekeren. Wat als de uitslag van Martan niet goed is en hij ziek blijkt? Wanneer is een geschikte trouwdatum? Normaal gesproken vind ik september prachtig en is het weer in Nederland ook nog goed, maar het medische stuk gooit roet in het eten. Ik word binnenkort zelf geopereerd, om te kijken hoe het met mijn baarmoeder is. Als er verklevingen worden gezien, worden deze weggehaald. Maar de gynaecoloog heeft duidelijk aangegeven dat er ook hersteltijd aan vast zit. Wat gaan ze vinden? Worden we überhaupt ooit ouders? Of zullen we moeten leren leven met het feit dat we met zijn tweetjes blijven?

Het voelt niet fijn dat dit allemaal tegelijk op ons afkomt. Toch ben ik ongelofelijk dankbaar dat Martan in zo'n woelige periode in ons leven zijn armen nog dichter om me heen slaat. Hij laat me voelen dat we dit samen doen, wat de uitkomst ook wordt. Vroeger zei ik altijd dat ik nóóit zwanger in een trouwjurk zou staan, want dit past niet in het plaatje in mijn hoofd. Maar inmiddels weet ik wel beter. Als dat zou gebeuren, dan weet ik zeker dat wonderen bestaan. Ik probeer er nog maar niet te veel op te hopen. Voor nu is het enige wat we kunnen doen meedeinen op de golven die het leven ons geeft, en hopen dat er ooit ook rustiger vaarwater komt. Natuurlijk had ik gehoopt in vrolijkere omstandigheden bezig te zijn met een bruiloft regelen, maar ondanks dat het nu iets minder leuk is ben ik vastbesloten om een dag te plannen die we nooit meer vergeten. Dat ik zelf misschien nooit mama zal worden, terwijl ik elke dag met zwangeren en pasgeboren baby's in aanraking kom, stop ik voor nu even achter een denkbeeldig luikje in mijn hoofd.

2.

Verwacht onverwacht

'Goedemorgen!' hoor ik opgewekt naast me als ik één oog open heb en rustig wakker word. Ik heb net de wekker uitgedrukt en wrijf in mijn ogen, nog een beetje slaperig na vijf uren slaap. Martan is de vroege vogel van ons twee en altijd al wakker voor de wekker gaat. Hij bekijkt de NOS-app op zijn telefoon voor actueel nieuws.

'Niet meer gebeld vannacht nadat ik thuisgekomen ben,' zeg ik blij verrast. Een nieuwe maand is net begonnen en er staan 37 mensen op de a-termenlijst. Dit is een overzicht van al onze zwangere cliënten die hoogzwanger zijn en hopen te gaan bevallen. Ze staan gesorteerd op hun uitgerekende datum en het aantal zwangerschappen en bevallingen die ze hebben meegemaakt. Zo kun je als verloskundige in één oogopslag zien wie je kunt verwachten als je bereikbare dienst hebt. Natuurlijk houden baby's zich vrijwel nooit aan deze geplande data; maar vijf procent van de kindjes wordt daadwerkelijk op de uitgerekende datum geboren bij precies 40 weken zwangerschap. De rest komt ervoor of erna.

'Zei je nou gisteren dat je ook geen kraamvisites gepland hebt staan vandaag?' vraagt Martan. Ik knik. Dat is een unicum. In onze middelgrote stadspraktijk is er vrijwel elke dag wel een of meerdere kraamvisites te rijden bij een gezin dat in de afgelopen dagen bevallen is.

'Wel een telefonische visite overigens. De dame die gisteravond bevallen is om 22:30 uur.'

'Hoe laat was je eigenlijk thuis vannacht?'

'Rond twee uur, dus wel fijn dat ik de rest van de nacht ongestoord heb kunnen slapen.'

Mijn 24 uursdienst begon gisteravond direct met actie. Om 19:00 uur nam ik de dienst over van Martine, mijn collega. Zij was op dat moment al bezig met Christine. Een 35-jarige dame bij wie de klinisch verloskundige die middag een ballonkatheter had geplaatst. Ze was al 41 weken en zes dagen zwanger. Als ze spontaan *in partu* zou raken (de bevalling zou spontaan beginnen), mocht ze onder onze begeleiding bevallen. Indien er niets zou gebeuren, zou ze vandaag een infuus met weeënopwekkers krijgen. Haar lijf pakte het goed op en toen haar vliezen spontaan braken, schoot haar ontsluiting in een kwartier van drie naar tien centimeter. Vier minuten later werd er een jongetje geboren.

'Leuk om haar even te spreken,' zegt Martan, 'en verder rustig dagje dus.' Op dat moment gaat de diensttelefoon, het toestel trilt zachtjes op mijn nachtkastje en de ringtone vult onze slaapkamer. Ik pak hem op en frons mijn wenkbrauwen. 'Huh,' zeg ik, als ik *huisartsenpost* in beeld zie staan. 'Met Marlies Koers, verloskundige.' Ik hoor een onbekende, tikje gejaagde stem.

'Hoi Marlies, huisartsenpost Deventer. Kun je alsjeblieft met spoed naar de Oerdijk 288 in Schalkhaar gaan? Dit is een onverwachte bevalling bij een 14-jarig meisje. Ze is waarschijnlijk 40 weken zwanger, de ambulance is al onderweg!'

Ik bedenk me geen moment. Ik gooi het dekbed van me af, klem de telefoon tussen mijn oor en mijn schouder en trek ondertussen m'n jeans van vannacht weer aan.

'Natuurlijk,' zeg ik en ik herhaal kort voor mezelf wat ik net allemaal gehoord heb. 'Eerste kindje dus voor haar. Waarschijnlijk a-terme, maar dat is niet zeker. Adres Oerdijk 288. Veertien jaar, zei je? Jeetje, dat is wel jong. Zijn er verder bijzonderheden in haar voorgeschiedenis?'

'Nee, helemaal niks.'

'Haar voornaam?'

'Britt.'

Nadat ik heb gezegd dat ik direct ga rijden en ik opgehangen heb, kijk ik Martan aan. Hij heeft het gesprek meegekregen en kijkt net zo verbaasd als ik. Schalkhaar is een dorpje heel dichtbij, ik kan er binnen tien minuten zijn als het verkeer meezit. Zo snel als ik kan doe ik mijn contactlenzen in en ik haal een hand door mijn warrige haar. Als ik

mijn tanden poets krijg ik spontaan een kokhalsneiging, waarschijnlijk doordat ik zo gehaast bezig ben. Ik kuch, veeg mijn mond af en ren daarna de trap af. Geen tijd voor ontbijt vandaag. Ik gris de autosleutels van de tafel, pak mijn visitetas uit de gang en voor ik het weet zit ik in de auto. Zeven minuten na het gesprek met de centralist van de huisartsenpost, parkeer ik de auto aan de straat, precies achter de ambulance. Ik zie een vrouw in de deuropening staan.

Terwijl ik mijn verlostas pak en de oprit op loop, gaat mijn dienstte-lefoon opnieuw. *Meldkamer Ambulance* staat in het beeldscherm. Ik neem op.

'Hoi, je spreekt met de meldkamer ambulance IJsselland, waar ben jij?'

'Ik sta voor de voordeur, je belt over die onverwachte thuispartus neem ik aan?'

Nadat we dat geverifieerd hebben, hang ik op. De vrouw in de deur opening geeft me een hand. 'Dag, ik ben Margriet. De moeder van Britt. Loop maar door hoor, ze zijn boven.'

Ik bedank haar en loop gauw door het halletje, want de kreunende en grommende geluiden komen me tegemoet. Zodra ik op de eerste verdieping kom, kan ik direct de slaapkamer inlopen. Snel scan ik de omgeving. Een klein, tenger meisje ligt op een groot tweepersoonsbed. Haar donkerbruine krullende haar zit in een knoet op haar hoofd gebonden. Haar buik is ontbloot. Ze oogt vergevorderd in het bevallingsproces, haar ogen zijn dichtgeknepen, ze maakt geluiden die ik vind passen bij beginnende persdrang. Onder haar billen ligt een opengeslagen vuilniszak. Britt ligt in de armen van een vrouw. Ik stel mezelf voor.

'Hoi,' zegt de vrouw zachtjes, 'ik ben Annelies, ook moeder van Britt. En dit is Britt.'

Ik geef een knipoog aan Cyriel, de ambulanceverpleegkundige. Ook Vidar, de ambulancechauffeur is een bekende. Hij geeft aan dat ik hen opdrachten kan geven om iets klaar te zetten, of te pakken. Meer tijd om te kletsen is er ook niet, want ik merk dat het niet lang meer duurt voor de geboorte van Britts baby zal plaatsvinden.

Ineens schieten de woorden van de gynaecoloog door mijn hoofd,

die ik vorige maand hoorde over tienermoeders die moeten baren. Toevallig hadden we recent in de praktijk nog een jongere meid die onverwacht zwanger was: dertien jaar oud. Dertien! Zij meldde zich aan bij acht weken, waardoor we de hele zwangerschap de tijd hadden om alles in gang te zetten. De gynaecoloog zei toen dat het ingewikkeld is bij deze jonge meiden omdat het bekken en voortplantingsstelsel – ondanks het vruchtbaar zijn – nog volop in ontwikkeling zijn, nog niet volgroeid of optimaal functionerend. Van tevoren weet je dus niet of een vaginale bevalling de beste oplossing is, of het überhaupt kan omdat een tienerbekken nog smal kan zijn, maar een keizersnede doen op een lijf wat nog in ontwikkeling is, is ook niet wenselijk.

Tijd om te verplaatsen of te overleggen wat wijsheid is, heb ik niet. Uit mijn visitetas pak ik mijn doptone, met dit apparaatje kan ik de hartslag van de baby controleren. Ook leg ik een set instrumentarium en een paar handschoenen klaar. Ik ga met één bil op de rand van het bed zitten en probeer contact met Britt te maken. Ik noem mijn naam, zeg dat ik verloskundige ben en dat ik hier ben om haar te helpen. Ze reageert nauwelijks, want ze is druk bezig met het wegzuchten van de weeën. Op de piek van de wee knijpt ze hard in de hand van haar moeder. Er is natuurlijk niets in huis, niemand was voorbereid op deze baby.

Ik kijk naar Vidar en Cyriel. 'Mag ik een stapel handdoeken en wat celstofmatjes?' Ik weet dat ze die laatste altijd bij zich hebben, dit zijn vierkante wegwerp onderleggers voor bescherming tegen vocht. 'En graag tien eenheden *synto* opzuigen, mijn spoedtas ligt daar.'

'Heb ik zelf in mijn koffer, komt goed!'

Ik kijk weer naar Britt. 'Mag ik aan je buik voelen en het hartje van je kindje luisteren?'

Dat mag. Hoewel haar buik niet enorm groot is, vind ik de uitzetting passen bij een voldragen zwangerschap. De baby tussen mijn handen schat ik op maximaal zeven pond, ongeveer 3500 gram. De *fundus*, het bovenste gedeelte van de baarmoeder, zit vlak onder haar ribbenboog. Dat is fijn als dit juist is straks, ik houd namelijk rekening met een baby met een te laag geboortegewicht. Bij tienermoeders zien we vaker een (extreem) laag geboortegewicht van het kindje.