

Ouders^{van nu}

Kraam werk



Bijzondere verhalen
uit de kraamzorg

Kraam werk

Bijzondere verhalen
uit de kraamzorg

KOSM • S

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen

Een eerbetoon aan een mooi en noodzakelijk beroep

MARIËTTE MIDDELBEEK (41)

4 **M**et mijn zoontje van nog geen 24 uur dicht tegen me aan hoorde ik beneden de bel gaan. In mijn roes van geluk en totale wanhoop – hóé ga ik zonder enige ervaring deze baby in leven houden? – hoorde ik een stem die me, gek genoeg, vaag bekend voorkwam. Even later stapte een opgewekte dame van mijn eigen leeftijd de slaapkamer binnen. ‘Ik ken jou,’ zei ze. En ik kende haar ook, want ze was een vriendin van een vriendin die ik weleens op feestjes was tegengekomen. En nu stond ze hier in haar witte kraamzorgpak en was ik haar, als de hechtingen me er niet van hadden weerhouden, om de nek gevlogen. Want ik liep weliswaar over van liefde voor mijn kind, maar had – mijn grondige voorbereiding uit de boeken ten spijt – ook niet echt een idee van hoe ik te werk moest gaan met borstvoeding, badjes en slaapschema’s. Daar ging zij me mee helpen, beloofde

ze. En dat deed ze. In de dagen erna deed ze voor, moedigde aan, greep in waar nodig, droogde mijn tranen, gaf me vertrouwen en leerde me wat ik moest weten.

Ze is nog steeds een lieve vriendin, en ook al is mijn zoon inmiddels tien, zo nu en dan hebben we het er nog over: weet je nog... Nooit vergeet ik hoe ze elke ochtend binnenkwam, orde schiep in de chaos, me vertelde dat ik het écht goed deed en dat het écht normaal was allemaal en dat ik écht binnenkort niet meer zou weten hoe wanhopig, stuntelig en mislukt ik me soms voelde. Ze kreeg gelijk. Tegen de tijd dat ze wegging, voelde ik me dankzij haar hulp de *master of* borstvoeding, kon ik inbakeren, kende ik de slaaptrucjes, deed ik aan eerste hulp bij krampjes en wist ik bovenal: ik kan dit. Dat vertrouwen, dat ik dankte aan haar, was goud waard.

Het is geweldig dat we in Nederland een uniek systeem van kraamzorg hebben. Al die professionele (veelal) vrouwen en een enkele man die na de geboorte bij je thuis komen om, volgens de taakomschrijving, zorg te dragen voor de gezondheid van moeder en baby, maar die in de praktijk zo veel meer doen. Het is een eer dat ik voor *Ouders van Nu* al jaren hun mooie, ontroerende, grappige en soms verdrietige ervaringen mag optekenen in de rubriek 'Kraamwerk' en dat die verhalen nu gebundeld zijn in dit boek. Als eerbetoon aan dit mooie en zo noodzakelijke beroep.

Deze bevalling mág ik niet missen

ISA (42)

Met een bonzend hart rijd ik door de binnenstad. Bijna ben ik bij de straat waar de bevalling inmiddels in volle gang is en ik maak me er zorgen over of ik een parkeerplek kan vinden. De hele dag ben ik in mijn hoofd al bezig met deze bevalling, waar ik per se bij wil zijn. Maar ik moet echt opschieten.

Het gezin leerde ik een kleine twee jaar geleden kennen bij de geboorte van hun oudste, en nu staat hun tweede kind op het punt om geboren te worden. Ik heb zin in de kraamweek en voel me vereerd dat ze mij opnieuw hebben gevraagd. Even heb ik me er nog zorgen over gemaakt of het zou lukken, want ik ben net terug van vakantie en als de baby eerder was gekomen, was ik er dus niet bij geweest. ‘Komt goed,’ had de vrouw van het gezin al gezegd. ‘We spreken af dat ik gewoon nog niet beval.’ En aan die afspraak heeft ze zich gehouden. Inmiddels

is de uiterekende datum net gepasseerd, en vannacht kreeg ik een appje: de vliezen waren gebroken, de verloskundige was langs geweest, maar alles was rustig. Omdat ik zo ongeveer óp mijn telefoon slaap – zeker als een van ‘mijn’ kraamvrouwen op het punt van bevallen staat – las ik het bericht meteen. Daarna heb ik nog een paar uurtjes onrustig geslapen en nu voel ik me ook al de hele dag rusteloos. In de ochtend hadden we nog appcontact, maar er zat nog geen schot in de zaak. Rond de middag vroeg ik per app hoe het ervoor stond. Mijn gevoel zei dat het niet lang meer ging duren, maar de vader reageerde kalm: de verloskundige was weer geweest, en nu kwamen er wat onregelmatige weeën. Het zou nog wel even duren. Het zat me niet lekker, want met een tweede kind kan het snel gaan, en jawel, binnen een halfuur werd ik gebeld of ik die kant op kon komen. Eenmaal in de auto kreeg ik het op mijn heupen. Ik moest opschieten, zei mijn gevoel. Doorrijden.

En nu zoek ik dus koortsachtig naar een parkeerplaats, die ik gelukkig aan het einde van de straat vind. Snel zet ik mijn auto weg en in één beweging grijp ik mijn tas. Ik wil deze bevalling niet missen. Aan de ene kant omdat ik aan de moeder heb beloofd dat ik erbij zou zijn, aan de andere kant omdat het een badbevalling is, en die vind ik altijd leuk om mee te maken. Als het goed gaat tenminste. Ik denk maar even niet terug aan die keer dat het bad lek ging en de verloskundige, vader en ik, naast het begeleiden van de kraamvrouw met persweeën, onze handen vol hadden aan dweilen, oppompen en bijvullen van het bad. Ik ren het laatste stuk en met een rood hoofd van de in-

spanning bel ik aan. En nog eens. En nog eens. Er gebeurt niets. Is de bel kapot? Terwijl ik zenuwachtig op het raam klop, hoor ik een geluid. Verbeeld ik het me nu of hoor ik babygehuil? Het zal toch niet?

De deur gaat open. Het gehuil klinkt nu harder. 'Hij is er,' zegt de vader met een opgetogen gezicht. 'Net een minuut geleden geboren.' Balend omdat ik het heb gemist, loop ik achter hem aan. Op de eettafel ligt een matras, midden in de woonkamer staat het bad, daarin zit de moeder met een jongetje in haar armen. De verloskundige ziet er verhit uit, want die is pas drie minuten binnen. Ikzelf sta daar maar, met mijn jas aan, sjaal om en rode hoofd. Even komt de hele situatie me zo bizar voor. Dan kijken we elkaar allemaal aan en schieten onbedaarlijk in de lach. Jammer dan, die gemiste bevalling. Er is een gezond jongetje geboren en dat is het belangrijkste.

**‘Jij hoeft ze niet
weg te sturen,
zeg ik.
‘Dat doe ik wel.’**

CYNTHIA (54)

10

Als ik binnenkom in de slaapkamer waar de bevaling in volle gang is, is het daar een drukte van belang. Uiteraard is de moeder – de aanstaande moeder nu nog – present: zij zit op haar knieën naast het bed en puft zo goed en zo kwaad als het gaat heftige weën weg. Ze trilt en zweet en zoekt steun bij haar echtgenoot, die, zoals wel meer aanstaande vaders, aandoenlijk hulpeloos zijn best doet om zijn vrouw bij te staan met een blik waaruit blijkt dat hij totaal overvallen wordt door wat er allemaal gebeurt.

Naast dit tweetal is de verloskundige er en tel ik nog vier vrouwen. Ik besluit me maar even te gaan voorstellen. De eerste vrouw die ik tref, is de moeder van de kraamvrouw, de tweede haar schoonmoeder. De derde is haar oma – moeder van haar moeder – en de vierde is haar stiefmoeder, de nieuwe vrouw van haar vader. Hoe-

wel, nieuw: ik begrijp dat zij inmiddels vijftien jaar in de familie is en dat iedereen zo extreem goed met elkaar kan opschieten dat ze één hechte klik vormen.

‘Bijzonder dat jullie er allemaal bij zijn,’ zeg ik en de moeder van de kraamvrouw straalt.

‘In onze familie steunen we elkaar,’ zegt ze. ‘En we waren zo vereerd toen mijn dochter liet weten dat we de bevalling natuurlijk samen zouden doen. Ik ben me meteen gaan verdiepen in manieren om het voor haar makkelijker te maken.’

Er is veel liefde in deze familie, dat voel ik aan alles. Dat is fijn en warm, maar het kan ook verstikkend werken. Op het nachtkastje brandt een kaars die door oma is neergezet, de schoonmoeder houdt een kersenpitkussen in haar hand. Ze willen zo graag hun bijdrage leveren aan het makkelijker maken van de bevalling en dat is lief. Maar een bevalling is niet alleen een kwestie van kaarsen en kersenspitten, maar ook van loslaten en verdwijnen in je bubbel. En dat lukt niet zo, met vier supportende vrouwen in de kamer.

Als ik even naar de badkamer loop, komt de verloskundige achter me aan. ‘De ontsluiting blijft steken op acht, bijna negen centimeter,’ zegt ze en ik zie dat ze een beetje bezorgd is. ‘Als het niet vordert, zullen we alsnog naar het ziekenhuis moeten.’

‘Ik zou me ook niet op de bevalling kunnen richten met zo veel mensen in de kamer,’ zeg ik.

De verloskundige trekt een gezicht. ‘Ze willen het zo. Dan kan ik ze toch niet zomaar wegsturen?’

Ik begrijp haar wel. Ze is 27 en kundig, maar sociaal

gezien durft ze niet zoveel. Ikzelf ben wat meer door de wol geverfd en heb mijn deel van dealen met opdringerige familieleden wel gehad. 'Jij hoeft ze ook niet weg te sturen,' zeg ik. 'Dat doe ik wel.'

Ik loop terug naar de slaapkamer en begin te rommelen met matjes, dekens en spullen. Daarna trek ik mijn deskundigste gezicht en zeg: 'Dan wordt het nu tijd om hier alles klaar te zetten voor de daadwerkelijke geboorte van de baby. Ik maak beneden even koffie en thee voor iedereen voor tijdens het wachten.' Ik zet een blik op alsof dat 'klaarzetten' een grote hoeveelheid werk vereist en de vier vrouwen volgen me naar de huiskamer. Daar geef ik ze de beloofde koffie en zeg dat ik ze kom halen zodra het kan. In de slaapkamer kijkt zowel de kraamvrouw als de verloskundige me dankbaar aan.

12

Minder dan een halfuur later haal ik het viertal weer op, zodat ze nog net meemaken hoe een kernegezond meisje ter wereld komt.

Liefde is toch het belangrijkst?

EMMY JOSÉ (55)

Ik loop in de supermarkt als een meisje van een jaar of twee met een winkelwagentje voor me opduikt. Ik ken haar niet, maar ze begint een verhaal tegen me en ik klets vrolijk met haar mee. Even later duikt haar vader op en ineens valt het kwartje. Het meisje ontmoette ik voor het eerst als baby'tje van een paar uur oud. 'De ouders zijn minderbegaafd,' kreeg ik van het kraambureau door toen ik die kant op ging. Prima, dacht ik, dan leg ik alles op jip-en-jannekeniveau uit. Dat bleek ook nodig, en niet één keer, maar soms wel tien keer. Geen probleem, ik heb veel geduld en het was voor mij mooi om te zien dat ze uiteindelijk toch begrepen hoe ze voor het meisje moesten zorgen. Ik had er bewondering voor dat de moeder borstvoeding wilde geven. Ook als de borstvoeding even gedoe was, zette ze door.

Uiteraard zag ik ook heus wel de uitdagingen waar de ouders mee te maken hadden. Als de vader zich om negen uur 's ochtends voornam om boodschappen te gaan doen, zat hij om drie uur 's middags nog thuis. En meer dingen tegelijk onthouden lukte geen van beiden. Maar ik merkte wel dat ze alles voor hun baby wilden doen. En vooral: dat ze ontzettend veel van haar hielden. Natuurlijk, op haar tiende zouden haar ouders haar niet meer met haar schoolwerk kunnen helpen, maar aan de andere kant: zijn liefde en aandacht niet het belangrijkste? Na tien dagen sloot ik de zorg met een goed gevoel af. Mijn verbazing was dan ook groot toen ik vanuit Jeugdgezondheidszorg (JGZ) de vraag kreeg of ik wilde langskomen voor een gesprek over hoe de kraamweek was verlopen. 'Het ging prima,' vertelde ik een paar dagen later aan de jeugdarts en wat medewerkers van JGZ. 'Ze deden het gewoon heel goed.'

14

Daar bleken ze bij JGZ anders over te denken. 'Ik ben er geweest,' vertelde een medewerkster, 'en ik vind het helemaal niet zo goed gaan.' Dat verbaasde me. Zou het na mijn vertrek dan bergafwaarts zijn gegaan? Ik had juist het idee dat de ouders gemotiveerd waren om de goede flow vast te houden. 'Vanochtend lag de moeder te voeden,' legde de medewerkster uit en het verheugde me te horen dat de borstvoeding blijkbaar nog steeds goed ging. 'Maar ze had haar niet eerst verschoond en de baby had gepoept.' Ik wist niet goed wat ik moest zeggen. 'Liep de poep langs de beentjes?' vroeg ik. 'Nee, maar je hoort een baby wel eerst te verschonen.' Dat is misschien gebruikelijk, ja, maar eerlijk gezegd heb ik een van de hon-

ger krijsende baby ook heus weleens eerst aan de moeder gegeven voor een voeding. ‘Nou ja,’ zei ik voorzichtig, ‘dat lijkt me geen regel waar je niet af en toe van af kunt wijken. Het is belangrijker dat de baby eten krijgt, nietwaar?’ We werden het niet eens. Blijkbaar wordt het grootste deel van de kinderen met ouders met een beperking uit huis geplaatst en die zware maatregel lag ook in dit geval op tafel. Verdrietig ging ik naar huis. De ouders hadden hun beperkingen, ja, maar hadden ze niet op z’n minst recht op een eerlijke kans?

Des te vrolijker ben ik nu, nu ik twee jaar later in de supermarkt een gelukkig meisje met haar gelukkige vader tegenkom. ‘Het gaat heel goed,’ vertelt hij. ‘We krijgen begeleiding en wonen met z’n drieën zelfstandig. Het is geweldig om vader te zijn.’ Met een grote glimlach op mijn gezicht ga ik verder met boodschappen doen. En die lach verdwijnt de rest van de dag niet meer.

Een uniek en *openhartig kijkje* in de wereld van *de kraamzorg*

De eerste dagen met een pasgeboren baby zijn intens én intiem. Ze verlopen bij iedereen anders, maar altijd is er hulp van een kraamverzorgende. De kraamzorg is een bijzonder beroep waarin vaak meer wordt gedaan dan de taakomschrijving voorstaat.

In dit boek vind je 55 mooie, grappige, intieme en soms verdrietige verhalen die je een eerlijk beeld geven van dit dynamische vak.

Van babyslaapjes tot borstvoedingsperikelen en van kraamtranen tot krampjes: de kraamverzorgenden vertellen over hun dagelijkse praktijk, maar vooral ook over de bijzondere momenten die ze meemaken in de verscheidene gezinnen waar ze 'kramen'. Dankzij hun scherpe observatievermogen en mensenkennis weten ze feilloos in te spelen op de unieke behoeften van ieder gezin.



9 789043 935944

WWW.KOSMOSUITGEVERS.NL

**KOS
M•S**

NUR 850
Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen