

# Shyna's PTSS wereld deel 1: Hoe de PTSS begon

## Reeds verschenen boeken van deze schrijfster:

*Kleurboek met geometrie figuren*

*Ik ben Leo, een hulphond in een kattenjasje en ik help mijn  
baasje met PTSS*

Schrijver: K. Eyck  
Coverontwerp: K. Eyck  
Foto op de omslag: K. Eyck  
ISBN: 978-94-03641-553  
Eerste druk: November 2021  
Herziene druk: Juni 2022

© 2022 K. Eyck

Titel: Shyna's PTSS wereld deel 1: Hoe de PTSS begon  
Ondertitel: Een verhaal over een gezin, met een dochter met  
Post Traumatisch Stress Stoornis

Trefwoorden: PTSS, Post Traumatisch Stress Stoornis, Gezin,  
Overprikkeling.

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 enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever. Ondanks alle aan de samenstelling van dit boek bestede zorg kan noch de uitgever noch de auteur aansprakelijk worden gesteld voor eventuele schade die het gevolg is van enige fout in deze uitgave.

# Shyna's PTSS wereld deel 1: Hoe de PTSS begon

Een verhaal over een gezin, met een  
dochter met  
Post Traumatisch Stress Stoornis

K. Eyck



# Voorwoord van de schrijfster

Welkom bij mijn nieuwe boek :)

Dit boek is deel 1 van een serie.

Uit hoeveel boeken deze serie gaat bestaan? Ik heb geen idee.

Daar kom ik al schrijvend vanzelf achter.

Het is misschien leuk om te weten, hoe het idee is ontstaan voor deze boeken serie.

Ik heb het boekje "Ik ben Leo, een hulphond in een kattenjasje en ik help mijn baasje met PTSS" geschreven voor mijn vriendin Sophia Wilhelmina. Haar katertje Leo, helpt haar met haar PTSS. In het laatste hoofdstuk geven Leo en Sophia mij het woord.

Toen ik dat hoofdstukje aan het schrijven was, kwam de inspiratie voor dit boek.

Hoe meer ik aan dit boek schreef, hoe meer inspiratie er kwam.

Daarom is dit het eerste deel van de serie: 'Shyna's PTSS wereld'.

Uit hoeveel delen deze serie zal bestaan? Dat weet ik zelf niet.

Het is voor mij ook een verrassing hoe het verhaal verder gaat.

Ik hoop dat je net zoveel van dit boek kan genieten, als ik heb gedaan met het schrijven.

Groetjes Kyra

## Hoofdstuk 1.

Welkom bij ons ongelooflijke verhaal. Wij zijn familie van der Roos. Ik ben Lucas en ik ben leraar op een basisschool. Mijn vrouw heet Maria, zij werkt als muzieklerares op de muziekschool. Thuis geeft ze muzieklessen in het tuinhuisje. Wij hebben een dochter Shyna. Zij is net klaar met de middelbare school en is aan het kijken wat voor opleiding ze wil gaan doen.

Wij wonen in een groene omgeving in Hoensbroek (Limburg). We hebben een leuk rijtjeshuis met grote tuin en twee eigen parkeerplekken voor de deur. Het is een leuk huisje, niet al te groot, maar groot genoeg voor ons drietjes en de huisdieren. We hebben twee katten. Soms is het wat druk, maar over het algemeen is het gezellig. In de tuin is een zithoek waar je in de schaduw kan zitten om een boek te lezen of gezellig met vrienden kan bijkletsen. We hebben ook een kleine moestuin gemaakt, met aardbeienplantjes, een druivenplant, appelboompje, perenboompje en natuurlijk is er sla en radijs. Er is een grasveldje waar we een tuintafel met stoelen kunnen neerzetten, zodat we onder de parasol kunnen genieten van de tuin. Er is ook een klein tuinhuisje dat we hebben omgebouwd voor de muzieklessen van Maria. Het huis zelf is vrij klein, maar we waren verkocht toen we de tuin zagen.

Het huis heeft twee slaapkamers en een kleine badkamer met douche en wastafel. Daar past nog net de wasmachine in, maar handig is het niet. De zolder is vrij klein en door de schuine daken kan je moeilijk rechtop staan zonder je hoofd te stoten. Zoals je wel begrijpt, daar komen we zelden. Beneden is het een kleine open keuken, een hal en natuurlijk de woonkamer. Daar is genoeg ruimte voor een bankstel en een schommelstoel en aan de kant van de straat is de eethoek. Daar staat nog een kast en meer ruimte is er niet. De voortuin is heel klein. Dat kan je meer een bloemperkje

noemen, omdat er maar een paar plantjes in kunnen en dan is die al vol. Maar we hebben een eigen oprit, waar we altijd de beide auto's kunnen parkeren. Mijn vrouw en ik hebben een auto en Shyna heeft een eigen autootje. Het is een mooie plek om te wonen, maar het huis zelf heeft wel iets groter mogen zijn. We zijn aan het rondkijken voor een iets groter huis, maar dat is met de huidige huizenprijzen niet op te brengen. Ach misschien kan dat over een paar jaar.

Shyna heeft net de middelbare school afgerond en geniet van een tussenjaar voor ze volgend jaar aan een vervolgstudie gaat beginnen. Welke kant ze op wil weet ze nog niet. Die vraag probeert ze dit jaar te beantwoorden. Ondanks dat we een leuk huisje hebben en een heerlijke tuin, hebben we weinig spaargeld, wat nog wel eens voor stress zorgt. Af en toe koop ik een lot, om de goede doelen te steunen, maar ook in de hoop dat ik misschien een prijsje win om de spaarrekening wat te kunnen opkrikken. Dat gaat wel fijn zijn.

## Hoofdstuk 2

Shyna geniet van haar tussenjaar. Die tijd wil ze gebruiken om te kijken wat voor vervolgstudie ze wil gaan doen. Ze geniet van haar vrijheid en werkt parttime als serveerster in een restaurant in de stad. Ze heeft het er erg naar haar zin. Zeker het contact met de klanten spreekt haar erg aan. Op een dag komt er een jongeman, Bryan, het restaurant binnen stappen. Shyna neemt zijn bestelling op en ze raken aan de praat. Hij komt steeds vaker en ze babbelen steeds meer en meer, tot ze op het gegeven moment telefoonnummers uitwisselen. Dat is het begin van een vriendschap die al snel meer wordt dan goede vrienden. Ze spreken steeds vaker af en ondernemen van alles en nog wat samen.

Ze gaan regelmatig naar het strand, het park, de dierentuin, een pretpark. Je kan het zo gek niet verzinnen of ze zijn er te vinden. De liefde bloeit volop tussen de twee. Na een paar maanden ontmoeten ze elkaars ouders. Zijn ouders zijn erg blij met Shyna en wij zijn erg blij met Bryan. Ze zien een mooie toekomst samen en gaan ook plannen maken. Wat ze beide gaan studeren en waar? Of een langeafstandsrelatie eventueel gaat werken? Dat laatste zien ze geen van beide zitten. Hij wil graag architectuur studeren en Shyna wil meer de kant uit van de muziek, net als haar moeder. Over een krap half jaar beginnen de opleidingen. Shyna blijft dan tijdens haar opleiding bij ons wonen. Zodat ze zich op haar studie kan richten, maar ook omdat er weinig studentenwoningen te huur zijn.

Als er al studentenwoningen zijn, dan zijn ze praktisch onbetaalbaar. In overleg hebben ze besloten dat Shyna haar hele studie thuis blijft wonen. Zodat haar studieschuld laag blijft en ze niet hoeft bij te lenen om haar huur te kunnen betalen. Haar vriend Bryan gaat een stuk verder weg studeren, maar de afstand lijkt niet zo'n probleem. Het is een rit van anderhalf uur met de auto, dus



dat lijkt te overzien. Ze genieten nog van de laatste maand samen, voor ze beide aan hun nieuwe opleiding beginnen. Bryan gaat voor architect studeren en Shyna voor muziklerares.

Twee weken voor de vakantie voorbij is, brengt Shyna veel tijd door met Bryan. Op een dag is Shyna opeens niet zo lekker en heeft veel last van misselijkheid in de ochtend. Ze heeft ook opeens trek in gekke combinaties tijdens het eten. Ze vindt het apart en kijkt in haar agenda wanneer haar laatste menstruatie was. Tot haar verbazing had ze haar menstruatie vorige week al moeten hebben. Vreemd, normaal is ze heel regelmatig. Die middag heeft ze afgesproken met Bryan en ze vertelt over haar menstruatie die uitblijft. Ze besluiten om een zwangerschapstest te doen. Dat kan misschien duidelijkheid geven. Hun vermoeden bleek juist te zijn, Shyna is in verwachting. Dat is even slikken voor hun beide. Dat is allesbehalve gepland. Ze willen het kindje graag houden en samen opvoeden. Ze vertellen het aan hun beide ouders. Zowel de ouders van Bryan als van Shyna zijn verbaasd, maar tegelijkertijd heel blij voor hen.

Shyna overlegt met haar opleiding en ze kan zolang het gaat gewoon de lessen blijven volgen. Ze kan de laatste maand voor de geboorte van het kindje vrij krijgen en dan nog twee maanden erna. Dan kan ze daarna haar opleiding weer oppakken. Dat is een goed plan, zowel Shyna's ouders als de ouders van Bryan zijn verbaasd dat ze al zo vroeg kinderen willen krijgen. Maar ze steunen Shyna en Bryan bij hun besluit om het kindje te houden en samen op te voeden.

De weken die volgen, is het moeilijk voor Shyna. De ochtendmisselijkheid in combinatie met de voorbereidingen treffen voor haar vervolgopleiding. Haar ouders helpen haar zoveel ze kunnen. Dat is heel fijn. De opleiding is net een maand bezig, is ze zo ontzettend moe dat ze haar bed niet uit kan komen en ze melde

zich ziek. Na een paar dagen rust gaat het aanzienlijk beter en volgt ze de lessen weer. Shyna is bijna drie maanden in verwachting en alles gaat tot nu toe goed met het kindje. De eerste controles zijn geweest en alles gaat prima, het kleintje groeit goed.

Tot Shyna op een avond ontzettende buikpijn krijgt en bloedverlies krijgt. Ze wekt haar ouders omdat ze niet weet wat er aan de hand is. Ze bellen de huisartsenpost en die wil meteen dat Shyna voor onderzoek komt. Shyna heeft in de tussentijd al een paar berichtje gewisseld met Bryan. Hij wenste haar veel sterkte en hoopt dat alles snel weer in orde is met haar en het kindje. Dat is een hele pijnlijke autorit naar het ziekenhuis. Eenmaal in de behandelkamer is al snel duidelijk dat er iets goed mis is met de zwangerschap. Het bloedverlies is eerst een beetje, maar dat is nu in een rap tempo meer geworden. Er wordt voor de zekerheid een echo gemaakt. Dat bevestigde het vermoeden van de dokter. Shyna heeft een miskraam. Hoe dat opeens kan gebeuren, kan de dokter helaas niet uitleggen. Soms gebeurt het zonder aanwijsbare reden. Shyna krijgt medicijnen die ze moet innemen en de volgende dag moet ze bij de huisarts voor controle komen. Het is inmiddels al een uur of drie in de ochtend en iedereen is gesloopt.

Shyna is niet meer in staat om Bryan het slechte nieuws te brengen, daarom belt haar moeder. Bryan is erg aangedaan van het nieuws en heeft moeite om alles goed te begrijpen. Geen van allen hebben een miskraam verwacht. Iedereen probeert er zo goed mogelijk mee om te gaan.

Eenmaal thuis is Shyna met een warme kruik tegen haar buik op de bank gekropen. Links zit haar vader en rechts haar moeder, dat voelt fijn. Ze gaan wat tv kijken. Shyna is al snel in slaap gevallen. Haar ouders blijven, maar rustig zitten babbelen en tv kijken. Ze wilden Shyna niet wekken door op te staan. Ze hebben een grote deken naast de bank liggen. Die hebben ze vast neergelegd. Zodat

ze het niet koud krijgen. Zo zitten ze allemaal tot in de vroege uurtjes op de bank.

Shyna word op den duur wakker omdat de katten erbij zijn komen liggen en zachtjes spinnend een kopje over haar wang geven. Haar vader word vrij snel na Shyna wakker en gaat de katten voeren. Shyna gaat even douchen en schone kleding aantrekken. Haar moeder word pas wakker van de geur van vers gemaakte broodjes die Lucas aan het maken is. Ze ontbijten aan de eettafel met versgebakken croissantjes. Daarna is het alweer tijd om naar de huisarts te gaan voor controle.

Bij de huisarts duurt het even voordat ze aan de beurt zijn. Shyna en haar moeder gaan de spreekkamer in. Lucas blijft liever in de wachtkamer wachten. Er wordt besproken wat er is gebeurd en Shyna word onderzocht om te kijken of moeder natuur alles goed heeft afgerond. Dat is het geval en de dokter wijst op eventuele symptomen. En dat Shyna een paar weken rustig aan moet doen. De dokter wenst hun veel sterkte met het verlies van het kindje. Lucas vraagt buiten hoe het is gegaan. Shyna vertelt dat alles in orde is en dat ze een paar weken rustig aan moet doen. Eenmaal thuis word school op de hoogte gebracht van de situatie en Shyna blijft in overleg, de komende weken thuis om te herstellen.

Het zonnetje schijnt en het is een aangename temperatuur. Shyna is met haar boek en telefoon in de tuin gaan zitten. Ze heeft zich opgekruld in de zithoek en zit helemaal in haar boek als Bryan langskomt. Hij geeft haar een knuffel en komt toen naast haar zitten. Ze vertelt wat er is gebeurd en dat ze de komende weken vrij heeft van school om alles te verwerken wat er is gebeurd. Bryan luistert en Shyna is lekker tegen hem aangekropen. Het is fijn dat hij is gekomen en een steun voor haar is.

De weken die volgen gaan langzaam voorbij en het verlies van het

kindje krijgt meer en meer een plekje. Het bleef een gevoelige plek, maar het is nu beter te doen. Shyna volgt inmiddels ook weer de lessen op school en haar vermoeidheid word ook minder. Het nieuwe jaar is alweer begonnen en de afstand tussen Shyna en Bryan begint lastig te worden. Daardoor kunnen ze elkaar alleen in de weekenden zien. Dan weer bij hem en dan weer bij haar. Ze beginnen te merken dat de afstand toch groter is dan ze hebben gedacht. Een relatie op afstand is lastiger om vol te houden, dan ze hebben gehoopt en ingeschat. Zo groeien ze langzaam maar zeker uit elkaar. Aan het eind van het eerst studiejaar zijn ze het erover eens, dat ze beter verder kunnen gaan als goede vrienden. Ze spreken elkaar nog regelmatig en gaan eens in de zoveel tijd nog wat leuks doen, zoals een dagje naar het strand. Ze vinden het beide fijn om goede vrienden te blijven.

☐

## Hoofdstuk 3

De jaren verstrijken en Shyna begint aan haar laatste studiejaar voor muziklerares. Ze heeft inmiddels alweer een jaar een vriend, genaamd Dex. Ze hebben het gezellig en genieten van hun tijd samen. Ze zien samen een toekomst. Ze gaan binnenkort samenwonen. Die voorbereidingen zijn in volle gang. Ze hebben een leuk huisje gevonden. Ze zijn de meubels aan het uitzoeken en het huis aan het schilderen en tapijt aan het leggen. Nog een maandje en dan is de verhuizing. Het is spannend en eng en zeker een hoop werk, maar het is de moeite waard. Dex heeft er al eens over gehad dat hij geen kinderen wil. Shyna vind het wel prima, want de komende jaren wil ze nog geen kinderen. Dus dat is voorlopig geen probleem.

Shyna woont al een tijdje samen met haar vriend Dex. Ze moet nog een paar maand studeren en dan is ze klaar met haar studie muziklerares. Dan ontdekt ze dat ze in verwachting is. Dex heeft altijd gezegd dat hij geen kinderen wil en dat respecteert ze. Daarom gebruiken ze altijd een voorbehoedsmiddel. Maar ondanks dat ze voorzichtig waren geweest, raakt ze in verwachting. Ze weet niet goed hoe ze het moet vertellen aan hem. Maar als ze eenmaal de moed bij elkaar heeft geraapt, vertelt ze het. Dat is een paar dagen nadat ze ontdekte dat ze zwanger is. Als Dex het nieuws van haar zwangerschap hoort, wil hij dat ze meteen een afspraak gaat maken voor een abortus. Dat vind Shyna te ver gaan. Ze heeft altijd al een kinderwens gehad. Maar ze had verwacht dat het nog een paar jaar zou duren voor ze zouden proberen om kinderen te krijgen. Maar nu het zover was, wil ze het kindje niet opgeven en laten weghalen. Nee het is haar kindje en zij gaat ervoor zorgen. Met of zonder hem. Hij eist dat ze een abortus gaat laten uitvoeren, maar dat weigert ze. Dex verbreekt meteen de relatie. Shyna heeft haar belangrijkste spullen bij elkaar gepakt en is vertrokken. Met pijn is haar hart omdat hij zo stellig is. En ook,

omdat hij niet de man was, die ze dacht dat hij was. En waar ze zielsveel van houdt. Ze moet nu niet alleen aan zichzelf denken. Ze moest ook denken aan haar kindje.

Ze legt haar spullen die ze snel bij elkaar heeft geraapt in de achterbak en vertrekt. Om nooit meer bij hem terug te keren. Waar ze heen gaat weet ze niet. Waar ze de nacht gaat doorbrengen is ook nog onduidelijk. Ze zoekt eerst maar een restaurantje op om even wat bij te kunnen komen en wat te eten. Het is inmiddels etenstijd en haar maag begint te knorren. Nadat ze wat heeft gegeten belt ze haar moeder. Ze vertelt heel kort dat haar vriend het uit heeft gemaakt en dat ze haar belangrijkste spullen in de auto heeft gelegd en is er gegaan. Haar moeder stelt meteen voor dat ze bij hun komt wonen. Dat vindt Shyna heel fijn, dat ze altijd op haar ouders kan terugvallen en altijd thuis welkom is. Haar moeder stelt voor om even een stofdoek en zuiger door haar slaapkamer te halen, zodat ze meteen haar tas kan legen en wat schoons kan aantrekken. Dat vindt ze fijn. Ze gaat op weg naar haar ouderlijk huis in Hoensbroek. De rit gaat vrij snel en er schijnt een waterig zonnetje.

Eenmaal thuis parkeert ze haar autootje op de oprit naast die van haar ouders. Ze loopt de tuin in en zoals ze heeft verwacht zijn haar ouders in de tuin. Haar vader is het gras aan het maaien en haar moeder zit in de schaduw een boek te lezen. Ze kijken beide meteen op als ze het tuinhek horen. Ze komen meteen aangelopen om hun dochter te omhelzen. Het voelt als een warm welkom waar ze echt aan toe was. Zeker na de kille reactie van haar vriend, of beter gezegd ex-vriend. Maria gaat wat te drinken pakken. Shyna en haar vader zijn in de zithoek gaan zitten en genieten van de geur van vers gemaaid gras. Maria komt terug met een dienblad met versgeperste sinaasappelsap en een bordje met verse koekjes die ze die ochtend heeft gebakken. Daarna gaat naast haar dochter zitten. Shyna vertelt dat ze in verwachting is. En hoe de reactie van

Dex was. Maria en Lucas kunnen hun oren niet geloven. Dat die vriend eiste dat ze abortus gaat laten doen, echt ongelooflijk. Ze vertelt dat ze blij zijn dat Shyna belde en dat ze zo lang kan blijven als ze wil. Nadat ze van de schok zijn bekomen, zijn ze heel blij voor Shyna dat ze in verwachting is. Ze weten hoe graag ze in de toekomst kinderen wil.

Haar moeder vertelt dat ze haar kamer weer helemaal schoon en fris is. Het bed is voorzien van schoon beddengoed. Haar kamer is klaar voor Shyna. Alles staat nog precies zoals ze het een paar maanden geleden heeft achtergelaten. Alleen is er zo nu en dan even een stofdoek doorheen gehaald en de stofzuiger. Shyna gaat naar boven om haar tas uit te pakken. Het voelt raar en tegelijkertijd heel vertrouwd om weer thuis te zijn.

Er gaan een aantal maanden voorbij en alles gaat goed. Shyna heeft inmiddels haar opleiding voor muzieklerares afgerond. Ze werkt op een muziekschool. De muzieklessen op de muziekschool gaan prima. De kleine groeit goed en is gezond, de ochtendmisselijkheid is ook alweer een tijd over. Over een weekje is de volgende controle. Dat is de 30 weken echo. Spannend en eng tegelijkertijd, maar ook heel leuk om dan weer een foto van de kleine te hebben voor in het dagboek.

## Hoofdstuk 4

De dag van de 30 weken echo is aangebroken. Haar vader en moeder gaan mee naar de afspraak bij de gynaecoloog in het ziekenhuis. Ze hebben alleen niet kunnen voorspellen dat de afspraak en de rest van de dag heel anders gaat verlopen dan ze hebben gedacht. De dokter ziet dat er iets mis is op de echo en vraagt er even een collega bij. De collega maakt ook een echo en dan blijkt dat het kindje is overleden. Hoe dat is gekomen kunnen de artsen niet verklaren.

Er wordt meteen een afspraak gemaakt zodat het kindje via een keizersnee geboren kan worden. Die afspraak is diezelfde middag en Shyna wordt meteen opgenomen in het ziekenhuis. De emoties gaan allen kanten uit. De herinneringen van jaren geleden, toen het opeens met de eerst zwangerschap misging en Shyna een miskraam kreeg, komen weer naar boven. Het voelt of alles nog een keer gebeurt, maar nu eindigt het in een operatie. Ze stuurt berichtjes naar haar vrienden en die proberen haar zo goed mogelijk te steunen. Een paar uur later is het tijd voor de operatie. Die uren lijken heel lang te duren en tegelijkertijd duurde het gevoelsmatig heel kort. Omdat ze nu nog in verwachting is en dadelijk na de operatie niet meer. Dat maakt het zo tegenstrijdig.

Shyna wordt opgehaald en naar de operatiekamer gebracht, waar de voorbereidingen in volle gang zijn. Ze is nog steeds volledig bij bewustzijn. Waarom dat is, begrijpt ze niet, dat wordt ook niet uitgelegd. Wat heeft het voor nut dat ze de operatiekamer ziet? Je gaat eerder verwachten dat je naar een kamer wordt gebracht en dat ze je daar in slaap brengen en dat het volgende dat je bewust mee maakt weer de kamer is, na de operatie. Dat lijkt haar een stuk logischer, maar schijnbaar werken ziekenhuizen zo niet. Shyna ziet van alles om haar heen gebeuren en wenste stilletjes dat ze dit niet allemaal hoefde te zien. Er komt op een gegeven moment een



vrouw in operatiekleding naar haar toe en zij vertelt dat het tijd is voor de operatie. Dat ze zo in slaap wordt gebracht en dat ze weer wakker wordt na de operatie. Ze krijgt een kapje op en dan moet ze terugtellen van 10 naar 0 en dan slaapt ze.

Het volgende wat Shyna zich kan herinneren is een zaal met een verpleegster die snel naar haar toe komt. Ze bekijkt de apparatuur en schrijft de waardes op, waaronder haar bloeddruk en zuurstofniveau. Shyna is nog wat duf, maar begrijpt dingen toch aardig. Ze kan nog niet alles volgen wat de verpleegster vertelt, maar de grote lijnen begrijpt ze. Ze ligt nog een tijd rond te kijken en ze is één van de weinige die daar ligt. Na een tijdje is ze helder en word ze naar haar kamer. Teruggebracht waar haar ouders op haar zitten te wachten. Ze vragen aan Shyna hoe het is gegaan en of ze veel pijn heeft. De pijn valt mee door de verdoving. Het voelt alleen zo raar dat haar kindje nu niet meer in haar buik is, maar ook niet in haar armen ligt te slapen. De verpleegster die Shyna naar de kamer heeft teruggebracht, wil nog even wat vragen. Of ze misschien haar dochtertje wil zien of vasthouden, om in haar eigen tempo afscheid van haar te kunnen nemen. Lucas en Maria laten de keuze aan Shyna over, maar zouden wel graag hun kleinkind even in de armen willen sluiten. Shyna wil dat ook, na die maanden wil ze haar kindje in haar armen sluiten. Ze wist nog niet dat het een meisje was, dat hoorde ze net voor het eerst. De verpleegster gaat de kleine meid even halen. Maria gaat bij Shyna aan het voeteneind zitten. Haar vader pakt de stoel en schuift die naar het bed. Zodat ze vlak bij elkaar zijn en Shyna zich niet alleen voelt, maar juist heel erg gesteund. Even later komt de verpleegster terug met een grote roze deken waar het hele kleine meisje in ligt. Ze ziet er zo vredig uit dat het lijkt of ze ligt te slapen. De verpleegster vraagt wie het kleine meisje wil vasthouden. Shyna stelt voor dat haar moeder haar overneemt. Dan kan zij nog even wennen en het meisje beter in zich opnemen.

Maria neemt het kleine meisje over van de verpleegster. De verpleegster gaat daarna weer weg. Maria wandelt een beetje heen en weer door de kamer. Ze vraagt of Shyna al een naam heeft bedacht? Shyna wil haar Wilhelmina noemen. Dat heeft ze altijd al een mooie naam gevonden. Haar ouders vinden het een prachtige naam en verwelkomen Wilhelmina in hun gezin. Haar moeder blijft nog een tijdje rondwandelen tot Shyna vraagt of ze haar mag vasthouden. “Natuurlijk mag je dat, zit je goed? Hier komt je dochter Wilhelmina” zegt haar moeder. Ze legt haar kleinkind in haar dochters armen en blijft vlak bij haar staan. Zodat ze Wilhelmina elk moment kan overnemen als Shyna dat wil. Haar vader komt aan de andere kant van het bed staan en geeft Wilhelmina een aai over haar bolletje. Zo gaan er een paar uur voorbij. Er worden wat foto’s gemaakt.

Shyna heeft die ochtend net een leuk jurkje en maillootje voor de kleine gekocht. Ze vraagt aan haar moeder of ze haar tas even wil pakken. Haar moeder pakt het jurkje en maillootje en smelt. Het is zo’n leuk vrolijk meisjes jurkje. Shyna legt Wilhelmina voorzichtig voor haar op bed en haalt het dekentje weg. Ze pakt het jurkje en maillootje dat haar moeder op bed heeft gelegd. Ze trekt Wilhelmina het jurkje en maillootje aan. “Zo dat is beter dan een ziekenhuis pakje” zegt Shyna. Ze pakt Wilhelmina op en legt haar op haar borstkas, ze voelt een beetje koud aan en legt het dekentje over haar ruggetje heen. Ze probeert haar een beetje warm te wrijven. Na een tijdje begint Wilhelmina een beetje minder koud te worden. Shyna gaat door met haar een beetje knuffelen en lekker tegen zich aan laten liggen. Ze voelt eerst vrij koud, maar na een tijdje begint ze de warmte van Shyna over te nemen. Dat voelt fijn.

Tot Shyna opeens iets heel zachts tegen zich aan voelde, ze schrikt ervan. Haar vader en moeder kijken meteen op en vragen wat er is waardoor ze schrok. Shyna vertelt dat ze iets kleins en zachts tegen haar borstkas voelt bewegen. Haar moeder voelt bij Wilhelmina en

merkte dat ze warm begint te worden en niet meer zo koud was. Dat is vreemd, normaal worden ze alleen maar kouder en niet warmer. Weer voelt Shyna iets heel kleins tegen zich aan bewegen, ze kijkt naar het kleine meisje dat vredig op haar borstkas ligt. Dan valt opeens het kwartje, het is Wilhelmina die heel zachtjes beweegt. Haar handjes bewegen heel zachtjes en haar ademhaling begint op gang te komen. Door de lichaamswarmte van Shyna en het warm wrijven is er iets gebeurd waardoor Wilhelmina gaat ademen.

Het kleine meisje voelt de liefde van haar moeder Shyna en haar Opa Lucas en Oma Maria, dat geeft haar de kracht om te proberen adem te halen. Haar ademhaling is heel zwak en ze beweegt heel weinig. Shyna en haar ouders begonnen voor Wilhelmina te zingen, zoals ze vaker hebben gedaan tijdens de zwangerschap. Ook speelde Shyna harp, wat de kleine Wilhelmina in haar buik altijd erg leuk vindt om naar te luisteren. Dan begint Wilhelmina lekker te spartelen. Maria pakt Shyna's telefoon en zoekt een paar filmpjes op waarop Shyna aan het oefenen was. Ze legt de telefoon met de harpmuziek op bed, terwijl ze verder zingen voor de kleine meid. Hoe langer ze zingen hoe krachtiger Wilhelmina haar ademhaling werd, net of muziek haar de kracht geeft om te leven.

Na een tijdje komt de verpleegster even kijken hoe het gaat, als ze opeens muziek hoort. Ze ziet dat Wilhelmina een jurkje aan heeft en onder het dekentje op Shyna's borstkas ligt. De mouwen van het jurkje steken een klein stukje boven het dekentje uit.

De verpleegster loopt naar Shyna en vraagt hoe het gaat. Shyna vertelt dat het prima gaat en de kleine Wilhelmina nergens heen gaat. Dat ze niet is overleden in haar buik, maar zo zachtjes ademhaalde dat je het niet kan merken. Pas toen ze haar warmte wrijven nadat ze de kleding heeft verwisseld en het jurkje heeft aangetrokken en weer tegen haar borstkas heeft gelegd en

verder ging met warm wrijven, toen voelt ze heel zachtjes dat Wilhelmina bewoog. Het zingen helpt haar om beter te kunnen ademen en dat gaat met de minuut beter. Muziek is genezend voor haar. Daarom zingen we voor haar net als op de achtergrond de bekende harpmuziek, die ik veel oefende tijdens mijn zwangerschap. De verpleegster kan haar ogen niet geloven. Ze voelt even bij Wilhelmina in haar nek en ze voelt inderdaad een zachte hartslag, eentje die ze eerst niet voelde. Ze staat voor een raadsel, hoe kan dat nu? Hoe dat kan, weet Shyna niet, wat ze wel weet is dat ze haar dochttertje in haar armen heeft en dat ze ademhaalt en duidelijk lijkt te genieten van het warme plekje waar ze ligt. De verpleegster wil Wilhelmina onderzoeken, maar Shyna wil dat niet. En keert haar rug naar de verpleegster om zo haar dochttertje te beschermen. “Ze ligt hier en ze ligt hier veilig” zegt Shyna luid en duidelijk. De verpleegster gaat een dokter halen, want dit moet onderzocht worden. Maria en Lucas staan naast Shyna en genieten van het prachtige uitzicht van hun dochter met kleindochter en maken weer een paar foto’s.

Maria stelt voor dat Shyna wil kijken of Wilhelmina misschien honger heeft en wat moedermelk wil drinken. Shyna weet niet goed hoe ze dat moet doen en haar moeder helpt haar. Shyna houdt haar tepel vlak bij het mondje van Wilhelmina. Wilhelmina vindt het eerst, maar niks, maar dan beweegt ze haar handje naar haar moeders tepel en begint ze daar mee te spelen. Shyna weet niet wat ze er mee aan moet en vraagt het aan haar moeder. Maria vertelt dat het prima is. Dat is haar manier om de wereld te ontdekken. Wilhelmina speelt een paar minuten met Shyna’s tepel en dan begint ze haar mondje open en dicht te doen. Haar moeder vertelt dat ze nu haar tepel naar Wilhelmina’s mondje kan brengen om te kijken of ze wil drinken. Shyna doet dat en Wilhelmina vindt dat zichtbaar een leuk idee en begint wat te sabbelen. Haar moeder vertelt dat het sabbelen aan de tepel het begin is van drinken. Shyna geniet er volop van en zorgt dat Wilhelmina het niet koud

krijgt. De verpleegster komt met een dokter terug. Shyna verzet zich hevig. Haar ouders blokkeren de dokter en verpleegster. Lucas verzoekt ze vriendelijk om weer weg te gaan. Na een heel gevecht gaan de dokter en verpleegster weg om versterking te halen. Zodat ze alsnog Wilhelmina kunnen onderzoeken.

Even later gaat alles nog steeds goed met Wilhelmina en Shyna. Wilhelmina's hartslag wordt steeds sterker en sterker en ze heeft haar eerste moedermelk al gedronken. Shyna heeft Wilhelmina niet meer losgelaten en wil zo snel mogelijk naar huis. Ze is erg moe. De pijn door de operatie begint op te spelen en ze wil graag in haar eigen omgeving zijn met haar dochttertje en niet in een steriel ziekenhuis. Haar ouders zijn het met haar eens, maar vrezen ook een beetje voor de gezondheid van Wilhelmina, omdat ze zo ontzettend vroeggeboren is. Maar tegelijkertijd lijkt er geen reden te zijn om nog langer in het ziekenhuis te blijven. Daarom besluiten ze met zijn allen naar huis te gaan. De artsen en verpleegkundigen raden het sterk af, juist omdat Wilhelmina zo klein en ligt is. Maar Shyna weet het zeker, thuis is het beter voor hun, dan hier nog langer blijven. Zo lopen Lucas, Maria met Shyna en Wilhelmina tegen haar borstkas aan, naar de uitgang van het ziekenhuis. Ze lopen met zijn allen naar de auto. Nog voor de dokter en verpleegster met collega's kunnen binnenvallen om Wilhelmina af te pakken.

Shyna geeft Wilhelmina even aan haar moeder zodat ze achterin kan instappen en daarna neemt ze Wilhelmina weer over en komt haar moeder aan de andere kant naast haar zitten. Als iedereen goed zit vertrekken ze naar huis. "Wie heeft dat vanmorgen kunnen denken? Dat er bij de echo geen leven te zien was en we 's avonds met zijn allen en Wilhelmina naar huis gaan. En dat terwijl mijn kamer nog niet klaar was, om deels als kinderkamer te kunnen gebruiken" zegt Shyna.

Eenmaal thuis zetten ze de kachel wat hoger en voeren de katten. Shyna is ontzettend moe, maar wil Wilhelmina niet op bed leggen. Haar vader stelt voor om Wilhelmina een tijdje over te nemen en legt een vest op de kachel zodat die een beetje warm wordt. Hij pakt boven een ander vest en trekt dat aan. Lucas heeft ook meteen een warme deken meegenomen en legt die op de bank. Maria heeft ondertussen een warme kruik gemaakt en die tussen de deken gelegd, zodat die ook lekker warm worden. Na een tijdje als het vest en de deken warm zijn gaat Lucas op de bank zitten en knoopt een stukje blouse los, zodat Wilhelmina een warme borstkas heeft om op te liggen. Maria helpt om Wilhelmina uit Shyna's armen los te maken en voorzichtig op de warme borstkas van haar man te leggen, met het warme vest over de kleine heen. Een warme deken onder handbereik, voor het geval het vest afkoelt. Wilhelmina ligt eerst wat te draaien en al snel wordt ze rustig en slaapt verder. Lucas stelt voor dat Shyna even lekker onder de douche gaat en een schone pyjama aan trekt. Shyna sputtert tegen, maar haar vader verzekert haar dat als er iets is, haar moeder haar meteen roept. Met die belofte loopt ze langzaam de trap op en pakt haar spullen om te gaan douchen.

Na een tijdje komt ze weer schoon en fris beneden en ziet haar ouders met Wilhelmina op de bank zitten, het is een prachtig gezicht. Ze pakt haar telefoon en maakt een paar foto's. Lucas vertelt dat het hem doet denken aan de eerste dagen nadat Shyna is geboren. Dat was heel anders, maar ook heel fijn. Shyna maakt een kopje chocolademelk en kruipt daarna naast haar vader op de bank. Aan de andere kant zit haar moeder. Zo blijven ze de rest van de avond tot vroeg in de ochtend bij elkaar. Wilhelmina heeft bijna de hele avond bij Lucas op zijn borstkas liggen slapen, met Shyna's hand op haar ruggetje.

## Hoofdstuk 5

Een paar uur later is het alweer ochtend en begint de hectiek pas echt. Shyna neemt Wilhelmina weer over. Lucas belt zijn werk en vraagt of hij een paar dagen vrij kan zijn om voor zijn dochter en kleinkind te kunnen zorgen. Dat is geen probleem. Maria overlegt ook met haar werk. Op de muziekschool kan ze een paar dagen vrij krijgen, maar minder dan Lucas. Dat vindt ze erg jammer, maar de lessen die ze thuis geeft kan ze wel verzetten. Dan gaat ze meteen regelen.

Dan komt de volgende uitdaging, hoe gaan we Wilhelmina mee naar buiten nemen, bijvoorbeeld met de auto, met het boodschappen doen ect. Ze zijn al bezig geweest met een stuk van Shyna's kamer om te bouwen tot kinderkamer, maar dat is nog lang niet klaar. Dingen als zoiets simpels als luiers, wiegje en box zijn er nog niet. Dat moet nog even geregeld worden. Tot nu toe hebben ze even theedoeken als luiers gebruikt.

Lucas blijft bij Shyna om te helpen om voor Wilhelmina te zorgen, terwijl Maria boodschappen gaat halen. Niet alleen de dagelijkse boodschappen, maar ook de producten die nodig zijn voor de verzorging van Wilhelmina. Zoals luiers, billendoekjes en babyshampoo zijn wel handig. Zo gaat Maria de hele supermarkt rond om te kijken wat ze nodig hebben en om ervoor te zorgen dat ze niks gaat vergeten. Nadat ze alle boodschappen in de auto heeft geladen gaat ze nog even langs de drogist en haalde daar nog wat praktische dingen zoals een borstkolf ect. Daarna gaat ze nog even langs een kledingwinkel en kocht er wat rompertjes, sokjes, mutsjes, jasjes, slaapzak, truitjes, broekjes ect. Dat zijn wel een paar tassen vol die nog net in de achterbak van de stationwagen paste. Ze gaat naar huis en als ze de woonkamer in komt, ziet ze Shyna op de bank slapen. Lucas heeft Wilhelmina in zijn armen en loopt wat heen en weer in de woonkamer.

Maria loopt een paar keer heen en weer om de boodschappen in de keuken te zetten en doet daarna de auto op slot. Ze gaat de

boodschappen uitpakken en in de kast zetten. Shyna is inmiddels wakker geworden en staat bij Lucas te kijken naar Wilhelmina. Daarna loopt ze naar haar moeder om te zien wat ze allemaal heeft gekocht. Nadat het allemaal is opgeruimd en de spullen voor Wilhelmina op de eettafel staan, gaan ze samen een lijstje maken met meubels die ze nodig hebben, zodat haar ouders die vanmiddag kunnen kopen. Dat wordt een lange lijst, zoals twee autostoeltjes met zitverkleiner, een draagdoek, kindervan met reiswieg, met buggy inzet, parasol en regenkap. Een wiegje met dekentjes, lakentjes en een commode voor in de slaapkamer. Daarnaast is het ook wel handig als er voor Wilhelmina een box met boxkleed en dekentjes beneden in de woonkamer staat, zodat ze een veilig plekje heeft om te slapen als iedereen beneden is.

Shyna zoekt op de laptop op wat voor kindervan en wat voor meubeltjes ze leuk vindt. Zodat haar ouders straks de meubels makkelijk kunnen aanschaffen. Dat geeft ook meteen een idee van de prijzen. Dat bedrag is wel even schrikken, maar het moet maar. Ze had verwacht dat ze nog twee maanden de tijd zou hebben om alle meubels en spullen te kopen voordat Wilhelmina geboren zou worden. Zodat alles klaar zou staan als het zover was. Dat liep heel anders, dus het is vandaag even snel de belangrijkste dingen aanschaffen. Wat we dan nog missen kunnen we altijd nog online bestellen en laten thuisbezorgen.

Lucas gaat een paar uur later op pad om de meubels aan te schaffen. Hij heeft vrij snel gevonden wat hij zocht. Dankzij het lijstje dat Shyna heeft gemaakt. De verkoper heeft nog nooit iemand zo snel door de winkel zien gaan, met alles aanwijzen wat hij wil hebben. Gelukkig is alles op voorraad, maar het past niet allemaal tegelijkertijd in de auto. Daarom rijdt Lucas even een paar keer op en neer om alles thuis te krijgen. Ondertussen is Shyna met Wilhelmina op haar borstkas op de bank tv aan het kijken. Terwijl Maria de was aan het opvouwen is. De kleine ligt alweer een tijdje lekker te slapen en Shyna geniet van haar dochttertje. Ook al is ze nog heel klein. Haar vader is met een uurtje weer terug en Lucas tilde het ledikantje de woonkamer in, daarna het matrasje en het