

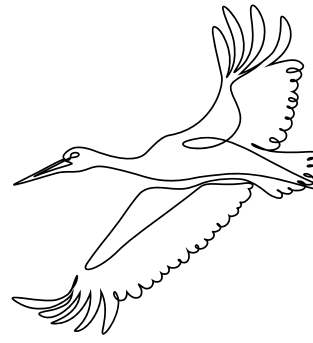
Astrid Vleeming

Mijn baarmoeder
faalt niet

Innerlijke rust bij het niet-zwanger worden



Uitgeverij Oorsprong



*door de tranen heen
meestromen met het leven
zonder een houvast*

*steeds verder drijvend
bij die roze wolk vandaan
in onwetendheid*

*deze grootste wens
misschien moeten loslaten
kan mijn hart dit aan*

Copyright
© 2022 Astrid Vleeming | Uitgeverij Oorsprong

Eerste druk November 2022

ISBN 9789461013828
NUR 600

Correctie:
Elske Feitsma

Eindredactie
Natalie Noom

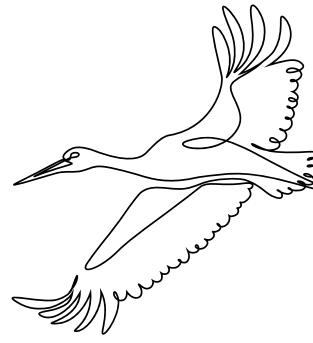
Trefwoorden
Niet-zwanger worden, infertiliteit, vruchtbaarheid,
ongewenst kinderloos zijn, innerlijke rust

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd
en/of openbaar gemaakt op welke wijze dan ook,
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van
Uitgeverij Oorsprong, Postbus 583, 7400 AN Deventer

www.uitgeverijoorprong.nl

Inhoudsopgave

1	Diagnose	11
2	Maakbaar of niet	17
3	Hormonen op hol	25
4	Onbegrip	35
5	Andere wegen	49
6	Zicht op wonder	61
7	Buitengesloten	69
8	Tekens van hoop	75
9	Kinderstemmen	81
10	Stel dat	91
11	Innerlijk kind	97
12	Twijfels	107
13	Loslaten	117
14	Waarvoor op aarde	125
15	Lot aanvaarden	133
16	Schuld loslaten	143
17	Compleet zonder	155
18	Onverwachts antwoord	163



DIAGNOSE

Stilletjes kauw ik op de blauwe muisjes en probeer ze tegelijk met de brok in mijn keel weg te slikken. Het hoort er nu eenmaal bij, maar deze keer smaakt het beschuitje me verre van lekker. Innerlijk ben ik me aan het verbijten van jaloezie, waarom zij wel en ik niet? De uitgelaten blijde stemming, waar ik niet om heen kan sinds ik mijn voet over de drempel heb gezet, benauwt me. Ik wend mijn blik af wanneer de kersverse moeder trots vertelt hoe soepel de bevalling is gegaan. Haar ogen stralen ondanks de donkere wallen die eronder hangen. Mijn aandacht is bij de thee die mijn handen warmt. De baby gaat van arm op arm de woonkamer door langs burens en andere vrienden. Deze kans om hem vast te houden laat ik aan me voorbijgaan wanneer mij dat wordt aangeboden. Het kost me al moeite genoeg om dit tafereel te aanschouwen. Dit kindje kan er niks aan doen, echter zijn komst roept de pijn weer op. Mijn man is sterk genoeg en ik tuur zijwaarts naar het kleine hoopje in doeken gewikkeld nieuw leven dat hij in zijn armen houdt. Wat is het baby'tje mooi. Ik slik een traan weg en voel mijn ogen prikken. Dit ga ik niet drooghouden, snel sta ik op

om naar de wc te gaan. Dikke druppels lopen over mijn wangen terwijl ik me concentreer op de verjaardagskalender om mijn gedachten af te leiden. Ik wil zonder een rood behuuld gezicht terug de woonkamer in lopen, dus doe ik mijn best om mijn verdriet weg te slikken. Het valt me vies tegen hoe moeilijk ik het vind om hier vandaag te zijn. Deze vrienden van mijn man weten niet dat ik twee maanden geleden waarschijnlijk een vroege miskraam heb gehad. We hebben geen tastbaar bewijs en daarom houden we het stil.

Vijf maanden later loop ik met een knoop in mijn maag door de gangen van het inmiddels bekende ziekenhuis. De zenuwen gieren door mijn keel voor de uitslag van de reeks fertiliteitonderzoeken die heeft plaatsgevonden. In de spreekkamer van de gynaecoloog zoeken we onder tafel houvast in elkaars klamme hand. De oudere man in steriel witte doktersjas steekt van wal over wat er aan het licht is gekomen. Ik vang de woorden op, maar begrijp er eigenlijk weinig van. Vervolgens spreekt hij: 'Dit betekent dat u niet op de natuurlijke manier zwanger kunt worden.' Het begint te suizen in mijn oren, ik heb geen rekening gehouden met deze mogelijkheid. Ik hoopte slechts dat er een reden werd gevonden voor de vroege miskraam die ik begin van het jaar heb gehad. De oorzaken die de arts heeft aangedragen, dringen nog niet werkelijk tot me door. Stamelend ondervraag ik hem over het medische vakjargon dat hij gebruikt. In Jip en Janneke taal komt het erop neer dat ik iedere maand meer eitjes heb groeien op mijn eierstokken dan gemiddeld. Ze blijven te klein en rijpen onvoldoende. Dit wordt het Poly Cysteus Ovarium Syndroom (PCOS) genoemd. Bij mijn man zijn nauwelijks zaadcellen gevonden, wat volgens de arts het gevolg is van zijn niet ingedaalde teelballetje als baby. De conclusie is dat mijn eicellen niet tot de juiste grootte

van kwaliteit zouden groeien voor een bevruchting mocht er wel een goede zwemmer langskomen.

Er is weinig aandacht voor hoe verbouwereerd we erbij zitten, dus probeer ik me groot te houden en de tranen voor straks te bewaren. Snel praat de gynaecoloog verder over dat er nog wel hoop is. We knijpen zachtjes in elkaars hand terwijl we luisteren naar de oplossing voor het probleem. Hij zegt dat de mogelijkheid voor ons om een kindje te krijgen een ICSI met TESE is. Een hele riedel aan uitleg volgt waar ik me met moeite op kan concentreren. Zijn verhaal eindigt met het voorstel om de behandeling gelijk met mijn eerstvolgende menstruatie te starten. Ik schrik van de directheid waarmee de agenda op tafel komt, dat er geen ruimte wordt geboden om dit nieuws eerst te verwerken. Beide happen we niet toe op de worst die ons voorgehouden wordt. Deze man begrijpt daar niks van, we willen toch immers een kind?

Wanneer we de deur achter ons dichttrekken, begint mijn hele lijf te trillen. Tranen rollen over mijn wangen, dit kan toch niet waar zijn? De chemische ziekenhuisgeur die mijn neusgaten binnendringt, maakt dat ik mij onwel voel worden. Mijn man trekt mij naar zich toe en zijn grote lijf biedt me houvast voor dit moment. Als we de weg naar buiten zoeken is het piepen van onze schoenen het enige dat weergalmt in de gangen. De hele wereld lijkt wel samen met ons stilgevallen bij dit verschrikkelijke nieuws. Wanneer we de draaideur uitkomen, zinderen de warmtegolfjes in de lucht. Al ben ik opgelucht dat ik weer buiten sta, de zomerse temperatuur biedt geen troost. De warmte ontdooit slechts het toplaagje van mijn huid, diep van binnen is de kou me om het hart geslagen. Ik kan gewoonweg niet geloven dat deze diagnose waar is. Ergens in mij klinkt een

stem die me het vertrouwen geeft dat het nog spontaan goed gaat komen. Daar op de parkeerplaats spreek ik dit naar mijn man uit. Hij, die normaal zo nuchter kan zijn, deelt dit gevoel tot mijn verbazing. Eenmaal thuis stommel ik de trap op om mijn zomerjurkje te verruilen voor een lange broek en vaal shirt, in de hoop dat het lukt de kilte uit mij te verdrijven. Weer beneden nestel ik me in het hoekje van de loungebank met een glas verse muntthee. De gordijnen houd ik bewust dicht, die bieden vandaag niet uitsluitend bescherming tegen de zon, ik wil ongezien kunnen janken. De zinderende hitte buiten voelt ongepast bij het nieuws dat wij zojuist te horen hebben gekregen. Het is oneerlijk dat er momenteel buiten mensen zwemmen en lol maken, terwijl wij zojuist te horen hebben gekregen dat onze allergrootste wens misschien wel een droom blijft.

Jij hebt je eigen plannen gemaakt voor jouw beste leven. Dat er een mogelijkheid bestaat dat je niet krijgt wat jij wenst, maakt je ongerust. Je wilt het liefste de controle in eigen hand houden, over jouw geluk. Het is de vraag of jij de regie hebt.

De woorden ‘U kunt niet op de natuurlijke manier zwanger worden’, blijven steeds rondsuisen in mijn hoofd. Het is zo onwerkelijk dat dit over ons gaat. Mijn man pakt mijn ijskoude hand vast en spreekt met een lichte trilling in zijn stem: ‘We gaan hoe dan ook een feestje van het leven maken, we laten ons geluk niet afhangen van het krijgen van kinderen.’ Zijn optimistische levenshouding is er als vanouds weer. Hij geeft mij kracht dat wij dit samen kunnen dragen, welke beslissing we ook nemen over een eventuele behandeling. Allebei hebben we behoefte om even afstand te nemen van de medische mal-

lemolen. Om deze uitslag eerst maar eens te laten bezinken en weer tot ons gevoel te komen, wat het is dat wij zelf willen, ongeacht wat de arts ons aanraadt. Daarom besluiten we om het komende half jaar nog geen behandeling in te plannen. De keuze om wel of niet een ICSI te doen gaan we bewust nemen, want om eerlijk te zijn vind ik het nogal een polonaise aan mijn lijf.

Het is fijn om niet zo vaak de penetrante ziekenhuisgeur te hoeven inademen. Om even geen onbekenden de intieme delen van mijn lijf binnen te laten komen. Toch is het verdriet van het niet zwanger kunnen worden iedere dag aanwezig. Het kost me moeite om te genieten van het tuinfeestje dat reeds gepland stond omdat we één jaar getrouwd zijn. Want de reden dat ik spontaan op mijn knieën ben gegaan langs de IJssel is vanwege onze kindervens. Ik heb gewild dat mijn vriend mijn man zou zijn, als de eerste geboren wordt. Die zonnige dag een paar weken geleden heeft alles veranderd en sindsdien hangt er een grauwsluiër over mijn leven. Mijn droom, het verlangen naar een compleet gezin, is aan het wankelen geraakt door die enkele woorden van de arts. Alleen de gedachte al dat ik mijn lief misschien wel niet kan geven wat hij het allerliefste wil, maakt dat ik telkens weer naar adem hap. Altijd heb ik gedacht dat het in het vermogen van ieder vrouwenlichaam zit om een kind te baren. Hoe kan het dan dat uitgerekend mijn lijf niet doet wat het behoort te doen? Ik blijf het gek vinden dat ik deze diagnose heb gekregen. Want ik heb gegoogeld naar PCOS en de uitleg die wordt gegeven, daar herken ik me nauwelijks in. Zo zouden veel vrouwen met overgewicht deze aandoening hebben, maar ik draag maatje 38. Een onregelmatige cyclus is ook iets waaraan het te herkennen is omdat er niet iedere maand een eisprong plaatsvindt. Soms zou de menstru-

atie zelfs maanden tot een jaar uitblijven. Mijn cyclus kan ik zowat met de klok gelijkzetten. Toch heb ik zélf de meer dan tien eitjes op iedere eierstok gezien op het schermpje, toen ik met mijn benen in de beugels lag. Dat zij ervoor zorgen dat ik moeilijk op de natuurlijke manier zwanger kan worden, is iets wat niet te bevatten is. Ik probeer zo min mogelijk te denken aan een toekomst die zonder kinderen blijft. Maar toch spoken er telkens nare gedachten door mijn hoofd. Want stel..... Met alle macht dring ik de dikke tranen terug. Want dit wat ik van binnen voel, wens ik vooral daar te houden. Het knijpt mijn keel iedere keer dicht, de gedachte aan een leeg nest.

Jij begint te denken dat er iets mis is met jou, maar dit is allesbehalve de waarheid. Wanneer jij de stem gelooft die het heeft over beperkingen, zul jij jezelf tekortdoen. Weet dat gedachten veel krachtiger werken dan jij je beseft, dus kies ze bewust. Vertrouwen krijgen begint bij jezelf, het huist immers al in jouw hart.