

STIEN

Alvorens ik het verhaal over de zwangerschap en bevalling van Stien vertel, wil ik toch even nog iets kwijt over mijn eerste zwangerschap en bevalling van Seppe.

De zwangerschap van ons eerste kind, Seppe;

- 9 maanden zonder kwaaltjes
- 9 bezoeken bij de gynaecologe met een vragenlijstje en korte bondige antwoorden
- ontwetend toeleven naar de zwangerschap met het motto 'velen hebben het mij al voorgedaan dus...'

De bevalling van Seppe;

- Lang, 24 u vol onverwachte wendingen, weinig assertiviteit naar de vele vroedvrouwen, maar gelukkig een goeie gynaecologe.

De kraamtijd in het ziekenhuis;

- zwaar bekomen van de bevalling
- een onpersoonlijke start van de borstvoeding (te midden van de neonatale afdeling te kijk voor iedereen, zonder enige uitleg?! Doe maar..). Gelukkig ging dit goed.

Naar huis? Dat zag ik niet zitten. Ik was door het ganse gebeuren zeer onzeker geworden. De gynaecologe raadde me aan om me door een vroedvrouw te laten begeleiden. Een vroedvrouw is dat niet voor tijdens een bevalling?, bedacht ik me. Maar toch nam ik het kaartje van Vita Nova aan. De dag na onze thuiskomst belde ik Delphine op. De volgende dag stond ze voor de deur. Ik was net bv aan het geven, nog voor we konden kennismaken gaf ze me tips, installeerde me correct, legde Seppe correct aan en zei me dat ik "goed bezig was". Woow wat een kennismaking! Nadien vuurde ik al mijn vragen af, Delphine beantwoorde ze allemaal en gaf me een supergoed gevoel. Met het gevolg dat ik plots veel zekerder voelde in het prille moederschap en het besluit nam als ik nog eens zwanger ben moet zij erbij zijn.

Op 12 weken tijdens mijn tweede zwangerschap gingen op het eerste consult bij Delphine. We bespraken vooraf welke begeleiding we wilden; We spraken af om beurtelings bij haar, Hilde en de gyne op controle te gaan. Op 13 weken zwangerschap kreeg ik een ongerust telefoontje van de gyne. De triple-test wees uit dat er een verhoogde kans was op het syndroom van down. Ze raadde me aan een vruchtwaterpunctie te doen. Overdonderd door veel moeilijke termen belde ik vita nova. Nadien belde ik vita nova. Een vriendelijke vroedvrouw legt me rustig alles uit, wijst op de voor en nadelen. Nadien zitten we goed voorbereid bij de gyne. We beslissen voor een punctie die pas op 17 weken wordt uitgevoerd. Gedurende die lange wachttijd worden we ook door vita nova bijgestaan. Gelukkig is het resultaat positief!

Ondertussen hebben we ook kennisgemaakt met Hilde in de praktijk in Sint-Niklaas. Een aangename kennismaking en weer veel uitleg over dat kleine wonder in mijn buik. Super om nog zoveel bij te leren in een 2 de zwangerschap.

Tijdens een controle bij Delphine heb ik weer een lijstje vragen! Delphine suggereert om samen met Jan de 4 delige cursus "Bewust zwanger, bewust bevallen" samen met andere koppels te volgen in hun praktijk in Sint Niklaas. Jan zucht als we buitenstaan.

Hij zag het helemaal niet zitten om met andere koppels te geitenwollensokkengedoe te Delphine probeert ons dit gewoon te verkopen. Ik moet hem echt overtuigen om ons toch in te schrijven. Maar met de volgende argumenten lukt het me. Ik wil nu goed voorbereid zijn zodat ik weet hoe ik in de mogelijke scenario's kan reageren. En last but not least nu wou ik liever zondere epidurale bevallen en dan zijn alle tips welkom. Na de les is Jan echter al vol lof over de cursus (en nog steeds, het begint erover tegen elke aanstaande papa). Ik slaag zoveel mogelijke info op. En Jan en ik zijn blij dat we in de hectische weken voor de bevalling elke donderdag toch even bewust stil kunnen staan bij de groeiende buik en de nakende geboorte.

Vorige zwangerschap ging ik 10 dagen overtijd. Zowel de gyne als Delphine bereiden me nu ook voor op een mogelijks zelfde scenario. Met die gedachte stop ik mijn agenda nog vol en vertel mijn omgeving dat het eerder eind januari dan begin januari zal zijn (mijn uitgerkende datum was 10 januari) . Maar innerlijk ben ik heel ongeduldig. Delphine voelt dit aan en legt de controles vast tot aan de mogelijke geboorte om me een houvast te bieden.

Controle bij Delphine op 6 januari; 1 cm ontsluiting, maar ze vertelt me dat ik nu niet meteen moet gaan hopen. Ik heb een dipje en zeg haar dat ik het even beu ben. Ze raadt me aan toch nog even te genieten van de laatste tijd met ons 3tjes en misschien nog een goed boek te lezen. 7 januari, ik word s morgens vroeg wakker en moet wel 10x gaan plassen. Ik vind het raar maar niks doet me hopen. Delphine had net gezegd dat ik nog wat geduld moest hebben. Dus vertrek ik nog even om te gaan shoppen in de solden. Iedereen die me ziet vraagt; Voor wanneer is het? En ik antwoordt steevast; gho nog een 2tal weken. Wel voel ik die ochtend een regelmatig weerkerende steek. Ik laat men hoofd niet zot maken door dat gevoel. Ik concentreer me op de schotjes in mijn buik en schattige kleertjes. In de namiddag is Jan thuis, hij dwingt me in de zetel met boek en kuist het huis terwijl Seppe een dutje doet. Ik installeer me met een beetje zicht op de klok want die steken gaan niet weg en zijn regelmatig. Tegen 15 u puf ik een steek weg, maar ik lees rustig verder. Jan vraagt me of het serieus is, nee, lach ik weg; dat kan niet, dat zullen oefenweeën zijn. Met die gedachte vertrekt Jan nog naar de academie en bak ik kotelletjes al puffend aan het aanrecht. We werken de routine van de dag af met regelmatige terugkerende weeën. Jan vraagt me om 20u een bad te nemen want, Delphine had toch in de cursus vertelt dat je dan kan te weten komen of het serieus is, amai hij had goed opgelet in de les. Na het bad wordt het erger. Ik panikeer niet, binnenin ben ik dolgelukkig maar ook erg geconcentreerd op mezelf. Ik instaleer me in de zetel en laat de weeën toe.

Af en toe denk ik om dit kan nog 2 dagen duren misschien. Toch bel ik Hilde even. Ik vertel haar ook aan de telefoon dat het evengoed vals alarm kan zijn. Maar het wordt heviger en ik ben volledig in mezelf gekeerd. 23u Hilde arriveert. 4 cm ontsluiting. Ze denkt dat het voor de vroege ochtend zal zijn. Ze vertelt me dat ik goed bezig ben. Ondertussen ben ik op de zitbal belandt en Jan masseert men rug met een kersenpitkussen. Hilde gaat in ons bed liggen en vraagt om haar rond 4u te wekken. Blijven jullie maar gezellig in de woonkamer. Ondertussen slaapt mijn zus ook op Seppe zijn kamer om hem eventueel op te vangen moesten we naar het ziekenhuis vertrekken. 24u Er is amper 1 minuut tussen de weeën. Na lang twijfelen maken we Hilde terug wakker. Die wil dat we naar het ziekenhuis vertrekken 01.22u We rijden naar het ziekenhuis. Ik puffend op handen en knieën op de achterbank. Jan en ik lachen wat af. 02.00u Op het verloskwartier heb ik 8 cm ontsluiting. Ik produceer oerkreten en zit op handen en knieën op de grond op een matje om de weeën de baas te kunnen. Enkel Hilde haar stem hoor ik. Dat is een houvast door de rollercoaster van weeën die elkaar nu supersnel opvolgen. Hilde vertelt me dat mijn vertrouwde gyne er niet zal bij zijn. Ik voel me nu krachtig genoeg, dat ik het wel met hilde alleen aankan. Jammer genoeg komt er vervangende gynaecologenassistente die de bevalling klinisch zal begeleiden. Ondertussen ben ik op een bed beland omdat de harttoontjes daalden. De assistente wilde me nog op een bevallingsbed. Dat wou ik absoluut niet meer, gelukkig zette Hilde deze wens kracht bij en mag ik bevallen op het gewone bed.

Na de hevige persdrang, mag ik beginnen persen. De geboorte van Stien ging heel vlot. Ik voelde me innerlijk zo rustig en sterk dat ik dit zelf zonder epidurale had gekund. Ik was "bewust bevallen". Ik kreeg een schitterende beloning. Kleine Stien werd op mijn buik gelegd, ik was zielsgelukkig. Al mijn mislukte gevoelens van de vorige bevalling waren verdwenen. De liefde voor Stien was er onmiddellijk, dit voelde zoveel juister dan mijn vorige bevalling. Stien mocht bij mij blijven liggen terwijl Hilde een kleine check-up deed. Zo lagen we een uur. Hilde liet ons 3 alleen. Zalig! Stien werd door Jan en Hilde bewondert, aangekleed en gewogen. Nadien mocht Stien voor de eerste keer aan de borst. Van in het begin twijfelde ik om polyklinisch te bevallen, maar nu besloot ik toch om in het ziekenhuis te blijven. Waarom? Alles was zo al geslaagd, ik ging genieten van het verwennen in de kliniek, het gaf Jan ook meer rust. Delphine belde me op in het ziekenhuis. Ze vertelde dat ze een groot vermoeden had tijdens de controle op 6 januari dat ik spoedig ging bevallen. Maar met opzet liet ze niets werken om mezelf eventueel niet tegen te werken. In dat opzet was ze alvast geslaagd. Jan en ik keken wel enorm uit om jullie terug te zien bij ons thuis. Het was zo een intense ervaring geweest, die we graag wilden nakaarten met jullie. Thuis waren jullie ook nog steeds daar om alles op te volgen.



Toen Stien 5 weken oud was, hebben we samen de massagelessen bij Delphine gevolgd. Dit was een welkom uitje om eens te cocoonen met ons twee, nog wat tips te krijgen, de babbelen met andere jonge mama's en wat motivatie te halen om de borstvoeding door te zetten. De 6 maanden borstvoeding hield ik vol met al goede redenen die jullie aanhaalden in mijn achterhoofd.

Maar het belangrijkste aan dit verhaal vind ik de dosis zelfvertrouwen die ik er aan overhoudt om het moederschap verder te zetten.

Dankjewel voor jullie goede zorgen,tips en fijne babbels en hopelijk inspireert dit ander aanstaande ouders om samen met jullie op pad te gaan.

