

Ik had geluk: ik woon in bij mijn schoonzus die 2 keer thuis was bevallen en mij vanaf dag 1 aanraadde om een zelfstandige vroedvrouw onder de arm te nemen en die heel positief vertelde over haar 2 thuisbevallingen.

Na even zoeken op het internet kwam ik bij Rosanne en Leentje terecht. Ik was heel rustig tijdens mijn zwangerschap en had weinig angst voor de bevalling, dus bij onze eerste afspraken (die een uur duren i.p.v. een kwartiertje bij de gynaecoloog!) wist ik niet goed wat vertellen. Het ging er ook allemaal zo familiair aan toe en al gauw betrapte ik mezelf erop heel persoonlijke dingen te delen met hen. Dat deed me goed.

Naarmate de zwangerschap vorderde, kwamen er steeds andere vragen naar boven en telkens wisten ze allebei raad. Elk op hun eigen manier en vanuit hun eigen invalshoek. Héél interessant vond ik dat. Soms werden er ook geen antwoorden geboden, maar vragen teruggesteld, waardoor ik zelf tot een antwoord op mijn vragen kon komen en dat gaf me heel wat zelfvertrouwen.

Ik volgde ook de cursus HypnoBirthing bij Leentje en keek steeds meer uit naar de bevalling. De dag voordat Pia geboren werd, voelde ik haar minder bewegen in mijn buik. Dat was eng. Het fijne was dat ik steeds mocht bellen, om het even wanneer, naar de telefoon van wacht. Ik kreeg al gauw wat tips van Leentje en al snel voelde ik Pia weer trappelen in mijn buik. Ik ging de stad in en kocht voor het eerst een paar mooie kleertjes voor haar en toen sprong ik een bloemenwinkel binnen en vroeg ik om een 'geboorteboeket'. De eigenares keek me enthousiast aan en luisterde naar mijn verhaal over geboortewensen en geboortekleuren en stelde zo een boeket voor mij samen. Ik grapte nog dat als het kindje er nog niet zou zijn, ik volgende week wel om een nieuw boeket zou komen. Maar dat was dus niet nodig, want diezelfde avond kwamen de eerste weeën opzetten. Dan had ik dat onbewust toch aan voelen komen.

We gingen nog bij vrienden een spelletje koehandel spelen. Tussen de rondes door moest ik toch even gaan staan om een wee op te vangen. Ik kan je nu niet meer precies vertellen hoe dat voelde. Daar heeft de natuur goed voor gezorgd. Maar we speelden het spelletje uit en ik verloor heel hard.



Na een wandelingetje terug naar huis bereidden Jan en ik de geboortekamer verder voor. We hingen bemoedigende, rustgevende en bevestigende citaten aan de muur, zorgden voor muzieklijsten op youtube (premium is een maand gratis!), maakten een slideshow van foto's van onze trektochten door de bergen (waarop ik dingen bereikte die ik nooit voor mogelijk achtte), pompten het bevallingsbad op, timeden de weeën en staken de sfeerlampjes aan. Het was prachtig! Onze hond lag rustig op de zetel en vond het allemaal prima.

Om 3 uur 's nachts belden we de wachttelefoon en om 4 uur was Leentje er. Ik was blij om haar te zien. Ze kroop gezellig bij Max (de hond) op de zetel en tussen de weeën door herinner ik me dat we héél hard moesten lachen om de tekst op de bodem van het bevallingsbad: diving strictly forbidden. Haha, zie je een bevallende vrouw al gaan? 😊

De bevalling verliep traag maar goed. We probeerden vanalles: de bal, het bad, de kruk, de rebozo, mijn vriend...echt vanalles! Het ontspannendste vond ik om een wee op te vangen in het bevallingsbad. Ik stak mijn hoofd onder water en blies bellen door mijn neus langs mijn gezicht. Dat voelde heerlijk. Ondertussen controleerde Leentje het hartje van mijn kindje. Dat klopte steeds sterk. Dat stelde me ook gerust. Ze vertelde me niet wanneer ik moest beginnen persen, dat voel je vanzelf wel. Ondertussen was ook Rosanne erbij gekomen en werd er diepvriespizza ontdooid en verwarmd en dinokoeken verslonden. Ik hield het bij wat banaan en water. 😊 Toen we na ettelijke pogingen vaststelden dat Pia toch wel erg lang op zich liet wachten – het was inmiddels al 17u30 's avonds – besloten we samen om toch maar naar het UZA te rijden. Ik kreeg ze niet voorbij mijn schaambeentjes en mijn weeën duurden niet lang genoeg. Het was me nogal een rit! Ik kroop bij Leentje in de auto

die me goed begeleidde bij het ademen telkens er een wee kwam en Jan, mijn vriend, en Rosanne reden elk apart mee. Als een soort escorte. 😊

Eenmaal in het UZA ging Leentje naar huis en nam Rosanne het over. Die had nog wat meer energie. We raceten door de ellenlange gangen van de spoed naar de materniteit. Ik in een rolstoel en Rosanne en Jan naast en achter me. Ik geloof dat Rosanne ook nog een deken over mijn hoofd gooide tegen het felle ziekenhuislicht, om mij in mijn bubble te houden. Ik moest een paar keer gaan staan om een wee op te vangen en ik riep de boel bij mekaar. Ik was al lang bezig en moe. Ze stonden ons gelukkig op te wachten in de materniteit.

Op de echo bleek dat Pia's linkerhand op haar hoofd lag. Dat verklaarde ineens waarom ik ze niet voorbij mijn schaambeentje kreeg. Oef! Het had daaraan gelegen. Daardoor en omdat ik bekaf was plaatsten ze een zuignap op Pia's hoofd en kreeg ik een knip. Rosanne en Jan stonden naast me en loodsten ons door de laatste 2 weeën. En toen was ze er. Mijn kleine kindje op m'n buik. Ze hilde kort en daarna lag ze stil op mijn buik te bekomen van de lange dag terwijl ik genaaid werd.

Rosanne moedigde me aan om de muts – standaard procedure in het UZA – snel van haar hoofdje te nemen en te snuffelen. Dat was heerlijk. Alles daarna was heerlijk, doordat Jan en ik niets moesten doen of vragen: Rosanne nam alles over en regelde alles: Pia de eerste keer aan de borst leggen, een bed voor Jan op de kamer, paracetamol tegen de pijn van de knip, het nakijken van de moederkoek, mij helpen douchen, Pia wegen en meten en testen, de kersverse meter van 13 jaar, die eventjes op bezoek was nog een stukje navelstreng laten afknippen (Wat goed dat ze daaraan dacht! Liesje glunderde van trots en ik hilde een heel klein beetje van dat beeld.) Je kan het zo gek niet bedenken of Rosanne had eraan gedacht.

De volgende dag verlieten Jan, Pia en ik het ziekenhuis om snel weer gezellig thuis te zijn. Daar had de familie voor sushi gezorgd. Onze hond, Max, begroette ons heel lief en snuffelde aan Pia, het nieuwe lid in zijn roedel. 😊

De week die volgde, kwamen Rosanne en Leentje afwisselend langs om Pia en mij na te kijken. Aan deze bezoeken had ik heel veel, want zo pas mama zijn, voelde heel onwennig in het begin. Je weet zo weinig en er gebeurt zoveel. Met al mijn bekommernisjes, vragen, lachen en tranen kon ik bij hen terecht. Ze zorgden heel goed voor ons. De week nadien kwamen ze nog 2 keer per week en de bezoeken bouwden zo stilaan af, omdat ik ondertussen de kneepjes van het moederschap wel onder de knie kreeg.

Toch bel ik hen nog af en toe met een vraag of een bezorgdheid. Zo kreeg Pia laatst haar eerste vaccins. Op voorhand vroeg ik dus aan de vroedvrouwen wat ik kon doen om haar te helpen daarmee. En dat bleek heel wat te zijn: Aan de borst leggen tijdens de vaccinatie of vlak erna, vertellen wat er ging gebeuren en tijdens de vaccinatie uitleggen aan Pia wat er aan de hand was, na de vaccinatie haar voetjes zacht masseren en veel huid-op-huidcontact en wat Perdolan bij koortsontwikkeling. Bij Kind & Gezin waren de mensen onder de indruk van mijn aanpak en hoe snel Pia weer rustig werd. En ik samen met hen! 😊 Toen Pia die avond koorts ontwikkelde, hebben we toch weer naar de telefoon van wacht gebeld om te vragen wanneer we toch naar de dokter zouden moeten gaan met haar (op de website van Kind & Gezin staat tegenstrijdige informatie). En alweer kwamen we de nacht goed door en minderde Pia haar koorts, zoals verwacht.

Het heeft even geduurd voor we met onze vragen naar de telefoon van wacht durfden bellen, maar elke keer werd ons verzekerd dat het oké was om te bellen en dat ze ons graag hielpen.

Het gebeurt regelmatig dat ik me afvraag hoe vrouwen dit allemaal klaarspelen zonder hun eigen vroedvrouw. Ik heb zo ontzettend veel aan hen gehad gedurende de zwangerschap, tijdens de bevalling en in de kraamtijd nadien. Ik ben hen dan ook voor altijd dankbaar voor alle hulp en het gezelschap, hun menselijkheid in een medische wereld en hun eeuwige geduld met mij en mijn twijfels en onzekerheden. Dankzij hen – en een hele reeks hormonen in mijn lijf, waar de natuur voor

zorgde - ben ik een betere mama voor Pia. Ik voel me nog steeds ondersteund en ik weet dat het oké is om mijn vragen aan hen te stellen, op elk moment van de dag. Al probeer ik telefoneren om 3 uur 's nachts wel te vermijden... 😊