

Bevallingsverhaal Yulia °13/4/2021

Maandag 12 april 15u, we hebben een afspraak bij Leentje (vroedvrouw). De broertjes blijven intussen even bij koeka (mijn mama) zodat we in alle rust kunnen gaan. Ik word er voor de tweede keer verwend met een sessie voetreflexologie en word gestript. Dit gaat vlotjes, aangezien mijn baarmoederhals al serieus verkort is en ik 3 à 4 cm ontsluiting heb. Dat voorwerk heeft dus echt al iets gedaan, gelukkig (ik had de voorbije dagen een paar keer lichte weeën die altijd weer stilvielen). Afspraken voor monitor en inleiding liggen vast, maar ik spreek met Leentje af dat we gewoon het vertrouwen gaan hebben dat we die afspraken gaan mogen annuleren. Zij is alleen deze nacht nog van wacht en voelt dat ik haar ga opbellen. Ze denkt écht dat het voor vannacht gaat zijn, mijn lichaam is er zó klaar voor (nu dat koppie nog). Haar vertrouwen werkt aanstekelijk, zou het deze keer echt...?

Die avond zien we na een paar weken zelfquarantaine (beetje uit voorzorg naar de bevalling toe - we leven momenteel in gekke tijden) mijn ouders en zusje terug. Ik denk 'dit doet me deugd, dit zou een mooie afsluiter zijn' terwijl ik aan tafel opnieuw weeën voel zoals ik ze de afgelopen dagen gevoeld heb. Ik droom regelmatig even weg en lijk wat naar binnen te keren, naar ons meisje. Eens thuis, leg ik na een uitgebreide knuffelsessie de broertjes te slapen. De weeën zijn nog niet weggetrokken, zou Leentje dan toch gelijk krijgen?

Boris en ik beginnen samen aan een nieuwe serie. Hij zet de voetreflexologie nog een beetje verder en maakt contact met ons Boontje, die - zoals altijd 's avonds - weer héél actief is. Je zou denken dat ze weinig plek heeft, dat het krap wordt daarbinnen in haar huisje, maar ze tuimelt er nog stevig op los. Ik geniet, zoals altijd wanneer ik haar voel bewegen. Ik besef dat het de laatste keren zijn, dat ik mogelijks nooit meer dat bijzondere gevoel van leven in mijn buik zal ervaren, dat stemt me droevig. Ben ik er wel klaar voor, om daar afscheid van te nemen? Om dat hoofdstuk voor altijd af te sluiten? Ik weet niet of het aan dat mentale stukje ligt, maar tegen de late avond voel ik de weeën weer stilvallen. 'Toch nog niet voor vannacht, en dat is oke, we hebben nog tijd', denk ik luidop. Met mijn handen op mijn buik zeg ik dat je mag komen wanneer je wil, dat we zo naar je uitkijken, dat we je al zo graag zien, maar ook dat je het helemaal op je eigen tempo mag doen. Je komt wanneer je er klaar voor bent, op de ideale moment. Ik doe de deur van de tweede slaapkamer open en kijk naar het bevalbad. Ik kijk naar mijn vlaggenlijn vol affirmaties en lieve boodschappen en voel een golf van dankbaarheid. Ergens heel diep vanbinnen weet ik dat het vannacht gaat gebeuren. Dat de nacht van de Nieuwe Maan de nacht zou zijn waarin we je echt zouden ontmoeten.

Tegen middernacht ga ik slapen. Adan nestelt zich tegen me aan. Ik val rustig maar met een bijzonder gevoel in slaap. Rond 2u 's nachts word ik wakker van de slaapgeluiden van de broertjes en papa, ik moet plassen. Bij het rechtekomen voel ik meteen een wee opkomen, niet intens, maar wel aanwezig. In eerste instantie denk ik 'daar gaan we weer voor een paar uurtjes voorweeën', maar ik merk al snel dat ze elkaar redelijk kort opvolgen en toenemen in intensiteit. Ik heb een voorgevoel, zoals ik een paar uur geleden al had, heb plots veel energie en beslis om een douche te nemen. Ik begin de weeën te timen, noteer de tijdstippen in de notities op mijn gsm en merk al snel dat ze erg regelmatig zijn, om de 3 à 4 minuten. Het douchen doet de weeën niet afnemen,

integendeel. Ik maak Boris wakker en vraag hem om de bouncebal beneden te gaan halen, zet de bevallingsafspeellijst op en installeer me in de kamer waar het bevalbad staat aan het raam met een aquarius. De sterren staan helder, de wereld slaapt maar ons staat iets bijzonder te wachten. Na een uurtje weeën opvangen bel ik Leentje tegen 3u15. Ze zegt dat ze komt, waarop ik zeg dat ik nog wel een halfuurtje zal wachten, omdat ik het zo erg zou vinden om haar voor niks uit bed te bellen (stel dat de weeën terug stilvallen). Tien minuten later, net op de moment dat ik haar zelf ook wou terugbellen, belt ze me op en zegt ze 'ik sta al in de badkamer, ik kom er aan, ik heb het gevoel dat ik bij jou moet zijn'. Ik kan alleen maar bevestigend instemmen en ben dankbaar dat ik zo goed omringd word. Intussen wordt Adan even wakker en laat hij zich, waar hij anders op zo'n moment alleen maar mij wil, terug in slaap sussen door Boris. Kindjes en hun voelsprietten...

Iets voor 4u arriveert Leentje, intussen moet ik de weeën echt wegademen. Ik denk aan de hypnobirthing en stel me bij iedere wee een golf voor, die me dichterbij Boontje brengt. Ik adem het intense gevoel naar beneden en probeer opening te visualiseren. Mijn eerst nog rustige, stille ademhaling maakt op de duur plaats voor een lage 'hmmm' tijdens dat naar beneden uitademen. Leentje zegt dat ze ziet dat het voor echt is nu, ik ga vandaag bevallen en misschien al snel ook. Ik voel de weeën intenser worden en vraag of ze even kan kijken naar hoeveel ontsluiting ik heb - ik denk in paniek 'ik ben nog maar net bezig, zo'n intense weeën hou ik geen 10 uur vol!'. Ik blijf al 6 à 7 cm ontsluiting te hebben, tweede vroedvrouw Rosanne en geboortefotografe Barbara worden opgebeld. Boris begint het bad te vullen en ik kruip dieper en dieper weg in een cocon. Soms ben ik de weeën niet te baas, lukt het me niet meer om naar beneden te ademen maar maak ik hoge geluiden waarin de wanhoop doorklinkt. God wat doet het pijn. Ik had me voorgenomen dat woord 'pijn' niet te gebruiken, maar verdekke, pijn doet het en veel ook. Ik zeg dat ik het niet meer kan, dat ik het niet meer volhou en besef ergens dat ik dat bij Adan ook zei op eengegeven moment en het toen echt niet lang meer duurde. Ik zie Rosanne binnenkomen, Barbara ook, ik voel me gedragen. Letterlijk zelfs, ik vang een paar weeën op terwijl ik afwisselend aan Boris en Leentje hang, dat helpt. Rosanne legt tijdens een wee zacht haar hand op mijn onderrug, dat helpt. Iemand maakt neerwaartse streelbewegingen op mijn onderbenen terwijl ik de weeën naar beneden probeer te ademen, ook dat helpt. Ik voel de ondersteuning, de warmte. 'Ze komt echt dichterbij nu Kim, ze komt naar je toe, je doet dat zo goed', hoor ik op de achtergrond. Het klinkt ver weg, maar het komt wel binnen.

'Zullen we in bad gaan?', hoor ik iemand vragen. Ik stem in, ik voel dat het er de moment voor is, kleed me uit en stap in het warme water, omgeven door gedimde lichtjes en krachtgevende muziek op de achtergrond. Ik zet me meteen in de houding waarin ik van Adan bevallen ben: voorovergebogen op de rand van het bad, leunend op mijn armen. Ik zit in een cocon, maar denk aan mijn jongens. 'Ga Bojan even wakker maken, dat wou hij graag', vraag ik. Ik lach wanneer ik Bojan zijn opgetogen slaapoogjes zie en hij me een kusje komt geven. Even later zie ik ook Adan verschijnen, mijn hart warmt, ik voel een golf van liefde. De broertjes lopen de kamer een paar keer binnen en buiten, achteraf hoor ik van Bojan hoe hij aan Adan uitlegde waarom ik zo'n gekke geluiden maakte, hoe hij zijn broertje geruststelde.

Ik voel hoe het warme water een spreekwoordelijk duwtje geeft... 'Ik voel druk, ik denk dat ik al moet persen!' 'Doe maar Kim, laat het maar gebeuren, volg je lichaam,

ze is op komst'. Ik word even teruggekatapulteerd naar Adan zijn bevalling, een flashback waarin ik voor de eerste keer die ongelooflijke niet-te-stoppen oerkracht voelde die het van me overnam (bij Bojan werd ik ingeleid, dat voelde heel anders), ik beseft dat ik er terug middenin zit. Die oerkracht komt weer boven, neemt het van me over, gevoel boven hoofd, kracht boven onderdrukking, vertrouwen boven angst. Ik moet niet persen, ik doé het gewoon, vanzelf. Mijn lijf neemt het over, weg is de controle. In mijn geluiden klinkt die oerkracht door, soms ook wanhoop, ik voel het branden, jongens wat doet het pijn... Ik weet dat ze komt, ik voel ze zakken, ik voel ze haar weg zoeken naar beneden, naar buiten, naar ons... 'Ik zie het hoofdje al, heel goed! Je bent zo goed bezig Kim, nog even...' registreer ik ergens heel ver weg. Ik voel Boris zijn handen op mijn armen en een warme hand op mijn rug, ik zie Bompie in de fotokader op de kast, van hem moest ik tijdens de zwangerschap van Adan afscheid nemen maar ik voel zijn aanwezigheid. Ik voel zó veel, een onbeschrijflijk brandend gevoel dat haar hoofdje ter wereld brengt. Het blijft branden, de druk blijft zo hevig en bij de volgende wee voel ik haar lijfje geboren worden. Ze glijdt onder me heen, mijn handen vinden haar en tillen haar op uit het intussen roodgekleurde water. Haar navelstreng zit rond haar nekje (is vaak zo), Leentje en Rosanne wikkelen het los met hun zachte handen. Ik leg haar op mijn borst en zie mijn dochter. Ik zie haar. Echt. Ik hou haar vast, surreëel maar het is echt. Ik voel mijn hart groter worden, groeien, ook ik word opnieuw geboren. 5u48, de kamer vervult zich met pasgeboren liefde.

Haar kreuntjes geven me het gevoel dat ze wat ongemakkelijk is. 'Ze heeft last van slijmpjes, maar ze doet het echt goed, haar hartje klinkt perfect en haar kleurtje is mooi roze', stellen Leentje en Rosanne me gerust. Ongelooflijk, hoe die moederlijke bezorgdheid daar zo direct is, hoe die het meteen overneemt. Ze moet een beetje bekomen, we doen dat samen. Er worden warme doeken over ons heen gelegd. De broertjes bewonderen hun zusje en gieten water over de doeken, ze houden ons warm. We voelen allemaal de navelstreng nog heel duidelijk pulseren. In ziekenhuizen knippen ze die vaak nu al door, terwijl er nog heel veel kostbare dingen naar dat pasgeboren leven gaan. Uiteindelijk wordt hij helemaal wit en weten we dat je nu echt helemaal geaard bent en mijn buik, jouw eerste huisje, zijn werk gedaan heeft. We besluiten de navelstreng er nog een tijdje aan te laten. De placenta is er intussen ook mooi uit gekomen, wat het tot een halve lotus bevalling maakt.

Ik zie bekende gezichten in de deuropening staan, mijn lieve ouders komen zachtjes binnen... Mama schrikt zich een hoedje wanneer ze hoort dat haar kleindochter er al is. Ze zijn zó trots. Ook mijn zusje zie ik verschijnen. Na een uurtje skint Boris even met onze dochter terwijl ik uit bad stap. Er staat ons een heerlijk bedje vol kussens en een kersenpitje te wachten. Ik word afgedroogd, iemand trekt mijn badjas aan, ik weet niet meer wie want zie in dit moment alleen maar jou. De broertjes vertellen aan iedereen hoe je heet: Yulia. Ze zijn zo trots... We nestelen ons in bed. Je blijft wat ongemakkelijk kreunen, je krijgt een paar slijmpjes niet goed verwerkt. Uiteindelijk beslissen Leentje en Rosanne je een beetje te helpen en wordt mijn pasgeboren moederhart voor de eerste keer getest. Zo'n groot zuigding op zo'n klein kwetsbaar lijfje, krak. Ik hou je handje vast en slik mijn tranen weg. Je beslist uiteindelijk toch om de slijmpjes zelf te baas te gaan, maakt duidelijk dat je de zuiger niet nodig hebt en komt tot rust. Pfjoew, wat is dat heftig, zo geboren worden... Je wordt omringd door liefde: je broers kruipen mee in bed en overladen je met aaitjes, knuffeltjes en kusjes. Jouw huid op de mijne. Je zoekt en vindt mijn borst en neemt

die eerste kostbare slokjes. Ik kan het niet geloven... Het is ook zo snel gegaan... Ik kijk naar jou, ik besnuffel en knuffel jou (oh god wat ruik je lekker), ik voel jou, ik hoor jou, je bent er nu écht. Zo verliefd, holderdebolder. Je wordt gewogen (3,800kg) gemeten (50cm), nagekeken, er wordt een afdruk genomen van de placenta, ik heb een heel klein scheurtje maar hoeft niet gehecht te worden. Na een slaapje en hernieuwde energie drink je stevig door, ik voel het samentrekken in mijn buik. Nawee. Het bloed stroomt. Tussen het mijmeren en samen wegdommelen door moet ik de pittige naweeën wegpuffen. Bojan legt zijn hoofdje op mijn schouder en mijn zusje legt een koud washandje op mijn voet, dat helpt. Koeka haalt koffiekoeken en smoskes en terwijl beneden gelach en vrolijke stemmen klinken, genieten wij van ons coconnetje boven, even onder ons tweetjes. Een paar uur na de bevalling nemen we afscheid van Barbara en uiteindelijk ook van Leentje en Rosanne (die we gelukkig morgen al terugzien). Golf van dankbaarheid, ook nu ik deze woorden neerpen voel ik het, zo zo hard. Deze start kunnen ze ons niet meer afnemen. Nooit

♡