

‘Elke dag zat ik naast de couveuse en dacht: ze leeft!’

Nog één keer wilden Aline van den Hee (39) en haar man Hans het proberen, na vier keer een kindje verloren te hebben door vroeggeboorte. Ze konden hun geluk niet op toen Lize (3) ter wereld kwam.

“Haar kleine handje lag stevig in de mijne. Ik moest een beetje schuin gebukt lopen om het vast te kunnen houden, zo klein was ze nog. Vorig jaar bracht ik Lize voor haar eerste ochtend naar de peuterschool. Terwijl we het plein overstaken, dacht ik: wow, dat ik dit mag meemaken. Ik kan erover meepraten met andere ouders! Wat voor veel moeders normaal is, is voor mij heel bijzonder. Nu ik Lize heb, verdwijnt het grote verdriet iets naar de achtergrond. Ik denk er wel aan, maar het is beter behapbaar.

Toch zijn mijn gedachten nog dagelijks bij die andere kinderen, die nooit aan mijn hand naar de peuterschool liepen. Of ik denk aan die allereerste autorit naar het ziekenhuis. Hoe mijn vruchtwater op de vuilniszakken dreef die we haastig op de passagiersstoel hadden uitgesteld. De stilte onderweg. Mijn man en ik allebei in onze eigen wereld. Op de echo in het ziekenhuis was duidelijk te zien dat er geen vruchtwater meer was. Het hartje klopte, maar ons kindje lag helemaal dubbelgevouwen in mijn buik. “De baby leeft nog, maar heeft geen kans.” Ik weet nog precies hoe de arts

het zei, al is het tien jaar geleden. Ik voelde mijn kind schoppen, maar wist dat het niet goed zou komen. Dat is zo vreselijk heftig.”

TOEKOMST VERDWENEN

“Mijn man Hans en ik ontmoetten elkaar toen ik negentien was, hij was bevriend met mijn buurjongens. Lange tijd waren we helemaal niet met kinderen bezig. Ik was druk met mijn paarden, ik reed wedstrijden en ging twee avonden per week naar paardrijles. Hans zette ondertussen zijn autobedrijf op. Soms zagen we elkaar dagenlang pas om tien uur 's avonds, dan deden we gezellig nog even een drankje samen. De keuze om voor een kind te gaan, ging niet eens heel bewust. Ik was 28 toen we met anticonceptie stopten met het idee dat we maar moesten zien of het zou lukken. Een paar mensen in onze omgeving hadden moeite om zwanger te raken, dus we waren ons er erg van bewust dat het niet iedereen gegeven is. Toen ik een halfjaar later een positieve test in mijn handen hield, zorgde dat best voor een beetje paniek. Hoe moest dat nu met werk en met de paarden? Wilde ik dit wel echt? Ook mijn man reageerde wat afwachtend. Maar toen we gewend waren aan het idee, vonden we het heel leuk. Zeker na die eerste twaalf weken, toen we dachten dat we veilig zaten. We zagen het kloppende hartje op de echo bij de verloskundige en er viel een last van ons af. →

‘Ik voelde mijn kind schoppen, maar wist dat het niet goed zou komen. Dat is zo vreselijk heftig’

Nu konden we ervoor gaan! We gingen feestelijk uit eten met de echo op tafel tussen ons in en bespraken hoe we het kamertje zouden inrichten en wie we het als eerste gingen vertellen. Helaas had ik veel last van misselijkheid, ook na het eerste trimester. Elke dag moest ik meerdere keren overgeven. Ik had altijd crackers bij me en de laden zaten vol met biscuitjes om mijn maag te kalmeren. Toen ik achttien weken zwanger was, kreeg ik buikpijn. Ik dacht dat het erbij hoorde, dat het door het rekken en strekken van mijn buik kwam. Maar met twintig weken verloor ik bloed. Het was niet veel, maar toch maakte ik me zorgen en ik belde de verloskundige. Zij vroeg me de volgende dag wat urine te brengen ter controle en daaruit bleek dat ik blaasontsteking had. Wat was ik opgelucht! Maar die avond kreeg ik weer buikpijn, heel hevig deze keer. Ik nam paracetamol, keek films ter afleiding, maar het werd niet beter. Toen de steken in mijn buik 's ochtends alleen maar feller waren, belde ik de verloskundige weer. Ik mocht langskomen voor een echo en we zagen een kloppend hartje. Dat gaf een beetje rust. Eenmaal thuis kwam de pijn terug en die was onbeschrijfelijk hevig, ik wist niet waar ik het zoeken moest, en ik kan echt wel wat hebben. We besloten naar het ziekenhuis te gaan. Duizelig strompelde ik de trap af en

‘Ik weet nog dat ik voor het eerst met haar ging wandelen. De burens stonden met tranen in hun ogen te kijken’

toen braken mijn vliezen. Na een stille en gespannen autorit was op de echo in het ziekenhuis te zien dat ik geen vruchtwater meer had. Ik mocht een nachtje in het ziekenhuis blijven. De volgende ochtend was er geen hartactie meer. De baby was overleden. Ik wilde het kindje eruit hebben. Ik wilde niet rondlopen met een dode baby in mijn buik. Maar het beleid was om te wachten tot de bevalling vanzelf op gang kwam, dus werd ik naar huis gestuurd. Amper twaalf uur later begon de bevalling. Die nacht is ons zoontje Marijn geboren na precies 21 weken zwangerschap. Ik was bang om hem te zien, want ik had geen idee wat ik kon verwachten. Ik vond het een beetje eng, maar ik wist dat ik spijt zou krijgen als ik niet zou kijken. Achteraf was het goed dat ik hem heb gezien. Alles zat erop en eraan: vingertjes, teentjes en oortjes. Hij leek op Hans. Hij was lang en had grote handen, net als mijn man. Op dat moment waren we niet eens verdrietig, maar trots: wow, dit is ons kind! We barstten niet in huilen uit om het verlies, maar waren blij dat we vader en moeder waren. De dagen erna waren heel onwerkelijk. We moesten een begrafenis regelen, maar ik had nergens zin in. Ik wilde alleen maar in bed liggen, ik wilde niet eens eten. Slapen lukte niet en boos schopte ik Hans soms wakker, want ik begreep niet dat hij wel lekker kon slapen. Ik kon alleen maar denken aan wat ons overkomen was. Wat was er misgegaan? Ik voelde me zo leeg. Er zat niks meer in mijn buik. Twee dagen geleden voelde ik ons kind nog schoppen en nu was alles weg, onze hele toekomst verdwenen. Het kamertje

‘Als Lize een driftbui heeft, zeggen mijn man en ik tegen elkaar: ‘Dit karakter heeft ervoor gezorgd dat ze nu leeft’

zou niet gebruikt worden, de meubeltjes hadden we afbesteld en de kleertjes en de knuffels zouden onaangeroerd blijven. We kozen een grafje uit op de begraafplaats op honderd meter van ons huis, vanuit de woonkamer kan ik de bomen zien. Voor mijn gevoel ligt Marijn in onze achtertuin begraven.”

PRACHTIG MEISJE

“Na de uitvaart had ik geen idee hoe ik verder moest. Ik vroeg me af of ik ooit nog gelukkig zou worden, ooit weer zou lachen. Ik zat in mijn eigen wereld vol verdriet en wilde niet weten wat er verder gebeurde. Heel langzaam pakte ik dingen weer op. De eerste keer weer een tijdschrift lezen, de radio aan. Na vier weken ging ik weer paardrijden. Dat voelde heel gek, want ik had nog zwanger moeten zijn en niet op een paard moeten zitten. Huilend zat ik op mijn paard. De gynaecoloog zei dat

het domme pech was geweest dat Marijn zo vroeg geboren was, er was geen oorzaak voor gevonden. Ik wilde zo graag weer leven in me voelen. Twee maanden na de geboorte van Marijn was ik weer zwanger. Deze keer gaat het vast goed, dachten we. Al was het heel spannend, want we wisten ook wat er mis kon gaan. Met acht weken verloor ik bloed. Dikke paniek natuurlijk. Niet weer, dachten we. Maar het hartje klopte, bleek bij de echo. Er volgden weken van buikpijn en bloedverlies, echo's en heel veel contact met de gynaecoloog. Rond de twintig weken zwangerschap kreeg ik hevige buikpijn, ik herkende die deze keer als weeën. Doodsbang reden we naar het ziekenhuis, waar ze me weeënremmers gaven en naar huis stuurden. Met 22 weken was de buikpijn zo erg, dat ik weer naar het ziekenhuis ging, de volgende dag braken mijn vliezen. De verpleegster kwam net opgewekt mijn

kamer in met een ontbijtje en wist dat het fout was toen ze mijn gezicht zag. Ik lag in bed en huilde terwijl ik het vocht voelde lopen. Met 23 weken werd Julia geboren, ze leefde nog heel even. Wat was ik trots: mijn meisje. Ik vond haar prachtig. Ik had niet eens door dat ze stopte met ademen. Uiteindelijk hebben ze haar van me overgenomen. Toen we – weer zonder baby – thuiskwamen, dacht ik zelfs even: is ze wel echt overleden? In dik een halfjaar tijd moesten we voor de tweede keer een begrafenis regelen. Nu stortte onze toekomst helemaal in voor mijn gevoel, want misschien zouden we wel nooit kinderen krijgen. Dat vond ik heel erg, dat het een leven met z'n tweetjes zou worden. Hans zei: ‘Ik kan het ook alleen met jou.’ Maar dat wilde ik niet horen, zo had ik het me niet voorgesteld. Ik kreeg last van paniekaanvallen. Dan viel ik flauw of kon ik niks meer en dacht ik dat

ik doodging. De huisarts stelde me gerust: je gaat niet dood. Maar ik geloofde het niet, want ze zeiden ook dat mijn tweede kind niet dood zou gaan en Julia was wel dood. Een jaar lang was ik nergens toe in staat, zo bang was ik. Ik durfde amper in huis rond te lopen. Als ik me kortademig voelde, dacht ik: zie je wel, nu ga ik ook dood. Pas na therapie en met hulp van antidepressiva, kwam ik langzaam weer op de been.”

EIGEN BEHANDELPLAN

“Van Hans hoefde een derde zwangerschap niet per se. Al die stress en ellende, hij was gelukkig met mij. Ik heb hem overgehaald, want bij mij was de wens om een kind zo immens groot, en dat verlangen was alleen maar sterker geworden door Julia. Zij was met 23 weken geboren, met 24 weken had ze een kans gehad, want dan zouden de artsen haar behandeld hebben. Ik dacht: die ene week extra, dat moet kunnen. Veel mensen zullen daar niks van begrijpen, maar ik wilde dolgraag een kind en bleef hoop houden dat het zou lukken. Ik raakte weer zwanger. De gynaecoloog dacht dat een bandje om de baarmoedermond kon helpen vroeggeboorte tegen te gaan, een zogenaamde cerclage houdt de baarmoedermond dan gesloten. Ik kreeg dat bandje met veertien weken zwangerschap, maar het hielp niet. Deze keer beviel ik al met achttien weken van een meisje. Ik raakte weer zwanger, nu probeerden ze een abdominale cerclage. Dan wordt zo'n bandje via een buikoperatie geplaatst. Maar mijn vierde zwangerschap liep weer niet goed af, opnieuw ging het mis met achttien weken. Nog steeds had ik hoop. Hans was er wel klaar mee, maar toch besloten we het nog één keer te proberen. →

Toen ik voor de vijfde keer zwanger raakte, wilden we het zonder ingrepen doen. Ik las allemaal onderzoeken, van overal ter wereld, en stelde mijn eigen behandelplan op. Ik wilde deze keer geen gerommel aan mijn baarmoeder, maar wilde het nog één keer proberen met medicatie waarover ik had gelezen. Dat was niet volgens het protocol in Nederland, maar mijn arts besprak het met zijn team en ging akkoord. Weer was ik de hele periode misselijk, had ik buikpijn en braken mijn vliezen al met 22 weken. Ik kreeg weeënremmers en werd opgenomen in het ziekenhuis. Een week later kreeg ik een sepsis, bloedvergiftiging. Dat betekent eigenlijk einde zwangerschap, anders overleef je het als moeder niet. Toch hebben de artsen het aangedurfd om het even af te wachten en hebben ze de zwangerschap nog een paar belangrijke dagen gerekt. Met 24 weken en één dag werd het te gevaarlijk voor mij en hebben de artsen Lize gehaald. Ze woog vijfhonderd gram, maar we hadden een levend kindje en ze kreeg een kans. Een halfjaar lang lag Lize in het ziekenhuis, waarvan drie maanden op de Neonatale Intensive Care Unit. Elke dag zat ik naast de couveuse en dacht: ze leeft! Pas twee weken voor ze uit het ziekenhuis ontslagen werd, durfden we de meubeltjes te laten komen. Toen ze naar huis mocht, konden we het bijna niet geloven. Gingen we nu echt die kinderkamer gebruiken? Wat een geluk. Mijn gevoel was goed geweest: ik wist dat het een keer goed zou komen."

VROLIJKE PEUTER

"Mijn gynaecoloog bracht me in contact met Mayella, een vrouw die drie kindjes verloor door extreme vroeggeboortes en daarna dankzij zo'n abdominale cerclage twee gezonde kinderen kreeg. Met Mayella en onze gynaecoloog ben ik om de tafel gaan

zitten en we bedachten een website en Facebookgroep over extreme vroeggeboorte. Zo kunnen vrouwen en hun partners in contact komen met lotgenoten. Ik had het heel prettig gevonden om te kunnen ventileren en aan ervaringsdeskundigen te vragen hoe het hun verging. Bij Mayella heeft die cerclage goed geholpen, bij mij niet en is er een andere – onbekende – oorzaak van mijn vroeggeboortes. We willen graag dat mensen ervaringen kunnen uitwisselen en duidelijkheid geven over behandelmethodes. Dat je een spoedcerclage kunt krijgen rond twintig weken zwangerschap bijvoorbeeld, welke cerclages er zijn. Het is fijn als je als ouders kennis hebt en mee kunt denken met de artsen, dat geeft wat controle.

Lize is inmiddels een vrolijke peuter van drie jaar. Ze is een pittige dame en weet heel goed wat ze wil. Als ze een driftbui heeft, zeggen mijn man en ik tegen elkaar: 'Dit karakter heeft ervoor gezorgd dat ze nu leeft.' Toen ze net thuis was, durfden we haar geen seconde alleen te laten, zonder monitor en verpleegkundigen. Die tijd was zo spannend. Ik weet nog dat ik voor het eerst met haar buiten ging wandelen. De burens stonden met tranen in hun ogen te kijken: daar loopt ze dan eindelijk, met haar dochter in de wandelwagen. Nog steeds horen we dat van mensen uit ons dorp. Dat ze terugdenken aan wat we allemaal hebben meegemaakt als ze Lize zien rennen, spelen en lachen. Ook voor ons is elke mijlpaal extra bijzonder. Maar ook de dagelijkse dingen zijn speciaal. Als ik de kinderstoel aanschuif, bijvoorbeeld. Dan denk ik: ik schuif nu echt een kinderstoel aan. En mijn dochter zit erin." ■

DE WEBSITE VAN ALINE EN MAYELLA

Aline zette samen met Mayella de site extremevroeggeboorte.nl op voor vrouwen die meer informatie zoeken over extreme vroeggeboorte, tussen de 16 en 32 weken zwangerschap.

