

# ‘Elke dag werd ze iets sterker’

**Gerda (38)** beviel al na 26 weken en 2 dagen. De weken die volgden waren loodzwaar, maar ook mooi.

INTERVIEW WELJA STEFFENS

‘Pas na de bevalling van Norah durfde ik hardop te zeggen wat ik al weken had gevoeld: er gaat iets gebeuren waarop ik geen grip heb. Toen ik veel te vroeg van Norah beviel, wist ik: dit was het dus. Dat vage voorgevoel was mijn moederinstinct geweest.

Tijdens de zwangerschap van mijn oudste, Tobias, voelde ik me prima. Ik zat negen maanden op een roze wolk. De zwangerschap van Norah voelde meteen anders. Ik had veel buikpijn. De echo’s waren goed, dus ik maakte me niet echt zorgen. Tot de twintigweken-echo uitwees dat een van mijn vliezen was gebroken terwijl ik niet eens vruchtwater verloor. Er was een kans dat het vlies zich om de vingers of teentjes van de baby zou wikkelen. Ook werd een minuscuul vlekje op een van de longtjes ontdekt. Waarschijnlijk een cyste, maar de artsen konden niet met zekerheid zeggen wat het was en of het zou verdwijnen. Vanaf dat moment werd de baby in mijn buik nauwlettend in de gaten gehouden. Dat stelde me gerust.

**VERJAARDAGSTAART** Vier maanden voor de uitgerekende datum kreeg ik steeds vaker harde buiken. De pijn in mijn buik nam weer toe en ik verloor af en toe bloed. Toen ik precies 26 weken zwanger was, had ik zo’n buikpijn dat ik amper kon staan. Maar omdat ik jarig was, bakte ik toch een taart en kletste zo goed als het ging met de visite. Die nacht werd ik steeds wakker van de pijn. ’s Ochtends belde ik meteen de verloskundige. Zij kwam direct langs en opnieuw leek alles in orde. Ze adviseerde me twee dagen volledige bedrust. Daarom nam ik een paracetamol en dook ik mijn bed in, maar na een uur hield ik het al niet meer uit. Puffend en hijgend hing ik over de keukentafel. Dit herkende ik, dit waren weeën! Bij controle door de verloskundige bleek ik al twee centimeter ontsluiting te hebben. Ze belde meteen een ambulance.

Op dat moment drong nog niet tot me door hoe ernstig dit was. Ik dacht dat ik na wat weeënremmers weer naar huis zou kunnen. De schok was dan ook groot toen de gynaecoloog zei dat ik niet zwanger het ziekenhuis zou verlaten. Of mijn dochter zou snel worden geboren óf ik zou de rest van de zwangerschap in het ziekenhuis liggen. Nog steeds ging ik uit van het tweede scenario. Met een bevalling hield ik me helemaal niet bezig. Ik baalde dat ik Tobias een paar weken weinig zou zien, maar begreep ook dat het voor de baby beter was dat ze zo lang mogelijk zou blijven zitten. Het was dan ook spannend toen na 48 uur de weeënremmers werden gestopt. Als de weeën terugkwamen, was dat een teken dat de baby het niet fijn vond in mijn buik en buiten de baarmoeder beter af was. Maar dat zou wel betekenen dat ze veel te vroeg geboren zou worden. Aan het begin van de avond kwamen mijn man Mark en Tobias bij me langs. Een paar uur later kreeg ik weer krampen.

**ALLES EROP EN ERAAN** En toen ging het snel. Ik belde Mark dat de bevalling was begonnen. Op het moment dat ik ophing, kreeg ik de eerste perswee en drie minuten later was onze dochter er, Norah. Een minimensje van maar 815 gram, met alles erop en eraan. Ze was helemaal af en zo mooi. Ze had een bloedrood doorschijnend huidje, prachtige lange vingers en grote voetjes. En ze was zo verschrikkelijk klein, maar 32 centimeter. Heel even mocht ik haar op mijn borst houden. Dat was zo’n mooi moment...

Toen Mark de kamer in rende, wist hij nog van niets. “Ze is al geboren,” kon ik nog net tegen hem zeggen terwijl ik naar de OK werd gebracht om de placenta te laten verwijderen.

Norah deed het van begin af aan boven verwachting goed, maar de artsen waren terughoudend met het →

‘Heel even mocht ik haar vasthouden. Dat was zo’n mooi moment’

uitspreken van verwachtingen. We leefden die eerste dagen van uur tot uur. Elke complicatie kon het einde betekenen. Ik was rustig, wilde sterk zijn voor Norah. Ik kolfde borstvoeding af, dat kreeg ze via een infuus. Het was het enige wat ik voor ons kleine meisje kon doen. Ze lag aan allerlei slangetjes en infusen keihard voor haar leven te vechten. Elke dag, met af en toe een terugslag, werd ze iets sterker. Dat gaf ons hoop.

**BUIDELEN EN KNUFFELEN** Drie dagen na de bevalling mocht ik naar huis. We lieten Norah achter in het ziekenhuis. Natuurlijk was dat verdrietig, maar we hadden geen keuze. Waarschijnlijk zou Norah nog weken in het ziekenhuis liggen, dus we gingen in de overleefstand. Gelukkig kon Mark in overleg met zijn werkgever halve dagen werken. 's Ochtends was ik thuis bij Tobias terwijl Mark werkte, 's middags kwam de oppas en gingen we naar Norah. We hadden baat bij wat structuur, dat gaf ons houvast. Door Tobias kon ik mijn gedachten verzetten en was ik niet constant met Norah bezig. En als ik bij Norah was, genoot ik van het buidelen. Ik kon haar voorzichtig knuffelen en kusjes geven. Ze was zo ontspannen als we bij haar waren. Dat zijn herinneringen die ik koester.

**CONSTANT POETSEN** We hebben altijd geloofd dat het goed zou komen, dat ze het zou redden. Toch waren er genoeg angstige momenten: hevige terugvallen in haar ademhaling, een navelbreukje, een schimmelinfectie... Elk kwaaltje kon fataal zijn. Het waren momenten waarop we ons realiseerden hoe kwetsbaar Norah was. Maar het ging steeds beter, ze werd steeds sterker. Na 91 dagen, een week voor mijn uitgerekende datum, mocht ze naar huis. Ik was dolblij en tegelijk doodsbang. Ik maakte constant deurklinken schoon, uit angst dat Norah een virusje opliep. Bij alles

‘Ik blééf poetsen,  
uit angst dat  
Norah een  
virusje opliep’

was ik op mijn hoede. Bij elk kuchje gingen meteen de alarmbellen af. Ik heb zo vaak de huisarts laten komen om naar haar longen te laten luisteren.

Soms verlangde ik terug naar die veilige bubbel, dat wereldje in het ziekenhuis. Daar waren de artsen altijd in de buurt als er iets met Norah was. Eenmaal thuis kwamen alle zorg en beslissingen op Mark en mij neer. Maar die spannende periode heeft me uiteindelijk ook veel gebracht. Mark en ik zijn heel hecht geworden, omdat we zo veel tijd met elkaar doorbrachten.

**ROUWPROCES** Na de bevalling ontdekten ze dat ik tijdens mijn zwangerschap een ontsteking in mijn baarmoeder had, waarschijnlijk door een onopgemerkte en verwaarloosde blaasontsteking, en dat dát de vroeggeboorte heeft veroorzaakt. Norah heeft het de laatste weken niet fijn gehad in mijn buik.

Ik heb de vroeggeboorte echt moeten verwerken. Het voelde als een rouwproces waar ik doorheen moest. Ik begon te malen, te piekeren. Wat als ik die blaasontsteking wél op tijd had ontdekt? En waarom had ik, toen ze nog in het ziekenhuis lag, niet hele dagen aan haar bedje gezeten, met mijn hand op haar buikje? Uiteindelijk heb ik hulp gezocht bij een psycholoog. Norahs vroeggeboorte heeft me veranderd, ik sta nu anders in het leven. Ik was altijd ontzettend perfectionistisch, wilde overal controle over hebben. Nu weet ik dat dat onmogelijk is.

Met Norah gaat het goed. Aan niets merken we nog dat ze een premature baby was. Ze groeit als kool, is heel vrolijk, kletst de hele dag. Als ik 's avonds bij haar ga kijken terwijl ze ligt te slapen, schiet het liedje *Don't give up the fight* vaak door mijn hoofd. Dat nummer van Raccoon draaiden we vaak in de auto op weg naar het ziekenhuis. Wow, ze heeft het gered, denk ik dan. Ik ben enorm trots op haar. ♦