

Getuige zijn van rouw, pijn en verdriet. Maar ook: zorgen voor een waardig afscheid. Hoe is het om de bevalling van een levenloos geboren kindje te begeleiden? En ouders daarna bij te staan in de rouwverwerking? Drie zorgmedewerkers delen hun ervaringen.

■ **Aline de Bruin**

Ouders begeleiden bij verlies

Verpleegkundige Priscilla van Harselaar schuift de deur van de grote kast in de opslagruimte van het Moeder&Kind Centrum open. Op de middelste plank staan een paar rieten mandjes, in verschillende formaten. Ze zijn bekleed met witte stof en er ligt een witkanten kussentje in. „De bekleiding naai ik thuis zelf”, zegt de obstetrieverpleegkundige van het Harderwijkse ziekenhuis St Jansdal terwijl ze een van de kleinste exemplaren uit de kast haalt. „Ik vind het voor ouders belangrijk dat het er zo verzorgd mogelijk uitziet.”

De mandjes zijn bedoeld om levenloos geboren baby's in op te baren. In 2019 zijn er in het St Jansdal 22 geboren, na een zwangerschap van 16 weken tot 42 weken. „Die bevallingen blijven je altijd bij”, zegt Van Harselaar. „Zeker de eerste keer dat je bij de bevalling van een levenloos geboren kindje bent, vergeet je nooit meer. Bij ouders komen veel emoties vrij, bij mezelf daardoor ook. Wij zijn ook maar mensen. Maar aan de andere kant zie ik het als een bijzondere taak om ouders zo goed mogelijk te begeleiden.”

Soms overlijdt een kindje tijdens de bevalling, soms is al eerder duidelijk dat er tijdens de zwangerschap iets niet goed gaat en de baby waarschijnlijk overleden is. In dat laatste geval komen ouders via de verloskundige in het ziekenhuis terecht. Daar krijgen ze een gesprek met een gynaecoloog. Meestal wordt de bevalling dan snel ingeleid. „Voor ouders kan dat heel overweldigend zijn”, zegt klinisch verloskundige Veronique Heijs, ook werkzaam in

het St Jansdal. „We proberen hun daarom veel keuzevrijheid te geven. Willen ze er begeleiding bij of zijn ze het liefst zo veel mogelijk met z'n tweeën? Tegelijkertijd moet je opletten mensen niet te overspoelen met vragen.”

Na de geboorte kunnen ouders zelf kiezen waaraan ze de voorkeur geven. Zo is het mogelijk dat een fotograaf van een stichting belangeloos foto's van de baby komt maken. Daarnaast kunnen er handen voetafdrukjes van inkt en gips worden gemaakt. Obstetrieverpleegkundige Van Harselaar: „Dat raden wij altijd aan, omdat het vaak nog het enige tastbare aandenken is dat je van je kindje hebt, naast de herinneringen.”

De baby kan in het ziekenhuis of thuis worden opgebaard, in een rieten mandje of kistje. Kindjes die jonger zijn dan 24 weken, kunnen ook in water worden gelegd, de zogeheten watermethode. „Wanneer je het lichaampje direct na de geboorte in een bakje met water legt, wordt de huid wat lichter en houdt het kindje een natuurlijke houding. Dan kunnen ouders op een mooie manier afscheid nemen”, zegt de verpleegkundige.

Contrast

Soms komt het voor dat ouders de baby niet meer willen zien. Volgens Heijs heeft dat vaak te maken met angst. „Ze vragen zich af hoe de baby eruitziet, en of ze het kindje wel kunnen vasthouden. Ik probeer die angst weg te nemen. De keuze blijft aan hen, we leggen niets op, maar voor de rouwverwerking is het beter dat ze afscheid kunnen nemen.”

Ze noemt het voorbeeld van een moeder die niet wist dat ze zwanger was en

serie

Levenloos geboren

Dit is het slot van een tweeluik over levenloos geboren kinderen.



In 2019 zijn er in het St Jansdal 22 kinderen levenloos geboren. beeld RD, Henk Visscher

beviel van een levenloos geboren jongetje. „Ze wilde het kindje eerst niet meer zien omdat ze bang was voor de confrontatie, de realiteit. Na een gesprekje en overleg met haar man besloot ze om toch te kijken.”

Het zijn momenten die de verpleegkundige altijd bijblijven. „Dan loop je met een 3 kilo wegende, levenloze baby over een kraamafdeling waar de sfeer vaak blij is. Dat contrast blijft schrijnend.”

De ouders hebben samen afscheid genomen van de baby, in aanwezigheid van Heijs. „Ze wilden graag dat ik erbij zou

Rouw komt in golven. Na een tijd worden die lager, maar weg gaan ze nooit

blijven. Later bedankte de moeder me nog, ze gaf aan blij te zijn dat ze haar zoonje toch nog gezien had.”

De afgelopen dertig jaar zijn de inzichten op het gebied van rouwverwerking behoorlijk veranderd, zo benadrukken beide verpleegkundigen. Vroeger dachten mensen dat het voor de verwerking beter was om een levenloos geboren kindje niet meer te zien. Nu weten we uit onderzoek dat het tegenovergestelde waar is.

„Vroeger werd het verdriet weggestopt, er was geen ruimte voor”, zegt Heijs. „Toen ik puber was, hoorde ik van mijn moeder dat ze eigenlijk nog een zusje had. Daar ben ik met mijn oma over in gesprek geraakt toen ik dit werk ging doen. Ze kon alleen maar

huiten. Het was alsof er eindelijk ruimte kwam voor verdriet dat er nooit heeft mogen zijn.”

Tegenwoordig is er meer ruimte voor verdriet, mensen kunnen er opener over praten. Heijs: „Nu is de visie op rouw niet meer dat je hem weg moet stoppen, maar dat je het verdriet de ruimte moet geven. Rouw komt in golven. In het begin zijn de golven hoog, na een poosje worden ze lager, maar dat wil niet zeggen dat ze ooit weggaan. Soms is er weer een hoge golf.”

Het ziekenhuis heeft een medisch psycholoog in dienst, met wie mensen een afspraak kunnen maken. Daarnaast is er contact met maatschappelijk werkers, om ouders die daar behoefte aan hebben na de bevalling psychologische hulp te bieden. De obstetrieverpleegkundige en de klinisch verloskundige benadrukken het belang van lotgenotencontact. Van Harselaar: „Het is waardevol om te praten met ouders die hetzelfde hebben meegemaakt. Zij weten als enige hoe het is een kindje te verliezen.”

Geloofsvragen

Er zijn lotgenotenverenigingen die ouders met elkaar in contact brengen. Een voorbeeld van zo'n vereniging is de reformatorische "In de knop gebroken". Zij organiseert twee keer per jaar een lotgenotenavond met een lezing. Daarnaast is de vereniging altijd telefonisch bereikbaar om vragen te beantwoorden. Bestuurslid Mariëtte van der Zalm-Grinich (47), lotgenoot door veel miskramen en met een achtergrond in de hulpverlening, staat ze dan te woord. Om advies te geven, of een luisterend oor te bieden. „Laatst belde bijvoorbeeld iemand die aangaf het zo moeilijk te

zijn om zich aan de baby te hechten. Het kindje was al weggebracht voordat haar man in het ziekenhuis was. Ze hebben het nooit kunnen begraven.”

Ouders krijgen tegenwoordig alle tijd om afscheid te nemen. „Zo hoort het ook. Een overleden kindje maakt deel uit van je gezin. Bovendien helpt het afscheid nemen bij de rouwverwerking.”

Uit de gesprekken met ouders merkt ze dat de omgeving niet altijd even begripvol is. Voor sommige mensen heeft rouw een beperkte houdbaarheidsdatum; dan 'mag' er na een poosje niet meer over gepraat worden. Of er worden ontactische opmerkingen gemaakt. „Natuurlijk, het is moeilijk om het juiste te zeggen tegen verdrietige ouders. Maar ik denk dat we het er allemaal wel over eens zijn dat opmerkingen als: „Nu weet je in ieder geval dat je zwanger kunt worden” of: „Er komt er vast nog wel een kindje” niet zo gepast zijn. Dan kun je maar beter niets zeggen.”

Voor familie en vrienden kan het moeilijk zijn om te weten op welke manier ze het beste hun medeleven kunnen uiten of steun kunnen geven. „Laat de keus aan iemand zelf”, adviseert Van der Zalm. „Zeg eerlijk dat je niet zo goed weet wat je moet zeggen. Probeer open te zijn en af te stemmen op de behoefte van de ander. Wil je praten of juist niet? Kan ik iets voor je doen? Praktische hulp aanbieden is ook belangrijk; vraag of je de was kunt doen of een keer eten kunt koken. Kort gezegd: beschikbaar zijn, luisteren en niet te veel invullen. Laat ruimte aan verdriet en respecteer dat iedereen op zijn eigen manier rouwt.”

Tact

De afgelopen jaren is er wel veel verbeterd als het gaat om de medische en psychische begeleiding rond levenloos geboren kinderen, zo zegt Van der Zalm. „Ik hoor schrijnende verhalen. Zoals van een moeder die belde naar aanleiding van het artikel in het Reformatorisch Dagblad vorige week. Ze beviel 51 jaar geleden in het ziekenhuis. Het kindje heeft ze nooit mogen zien, want het zou slecht voor haar

zijn om zich aan de baby te hechten. Het kindje was al weggebracht voordat haar man in het ziekenhuis was. Ze hebben het nooit kunnen begraven.”

Ouders krijgen tegenwoordig alle tijd om afscheid te nemen. „Zo hoort het ook. Een overleden kindje maakt deel uit van je gezin. Bovendien helpt het afscheid nemen bij de rouwverwerking.”

Uit de gesprekken met ouders merkt ze dat de omgeving niet altijd even begripvol is. Voor sommige mensen heeft rouw een beperkte houdbaarheidsdatum; dan 'mag' er na een poosje niet meer over gepraat worden. Of er worden ontactische opmerkingen gemaakt. „Natuurlijk, het is moeilijk om het juiste te zeggen tegen verdrietige ouders. Maar ik denk dat we het er allemaal wel over eens zijn dat opmerkingen als: „Nu weet je in ieder geval dat je zwanger kunt worden” of: „Er komt er vast nog wel een kindje” niet zo gepast zijn. Dan kun je maar beter niets zeggen.”

Voor familie en vrienden kan het moeilijk zijn om te weten op welke manier ze het beste hun medeleven kunnen uiten of steun kunnen geven. „Laat de keus aan iemand zelf”, adviseert Van der Zalm. „Zeg eerlijk dat je niet zo goed weet wat je moet zeggen. Probeer open te zijn en af te stemmen op de behoefte van de ander. Wil je praten of juist niet? Kan ik iets voor je doen? Praktische hulp aanbieden is ook belangrijk; vraag of je de was kunt doen of een keer eten kunt koken. Kort gezegd: beschikbaar zijn, luisteren en niet te veel invullen. Laat ruimte aan verdriet en respecteer dat iedereen op zijn eigen manier rouwt.”

>>>indeknopgebroken.nl

Column



Reorganisatie

■ **ds. J. Belder**

Er wordt in dit land wat afgereorganiseerd. Neem de politie. Ooit hadden we de gemeentepolitie. Toen kwam het plan. Opstelden. Zesentwintig regionale korpsen moesten samenvloeien tot nationale politie. Het kostte een vermogen en gaf veel onvrede. Extern en intern veel gejammer en gemopper. Voor de burger lijkt weinig nog prioriteit te hebben en het beloofde blauw op straat wordt opgelost door boa's te bewapenen. Goedkopere krachten die de kerntaak van de politie vervullen: burgers beschermen. Maar die moeten ook zelf in actie komen. Binnenkort zijn we allemaal boa.

De zorg moest gereorganiseerd. Marktwerking was het toverwoord. Zorginkopers en ondernemers verschenen. De laatste, met een dikke vinger in de pap, kunnen geldkranen openen en dichtdraaien. Ingrepren worden verhandeld en verdeeld. Jij zo veel heupen en jij zo veel blindedarmen. Het zal nodig zijn, maar dat ziekenhuizen sluiten en de hele inventaris in de ramsj gaat, is stuitend.

Zorg werd een product. Dat ondervonden de toegeweide krachten in de thuiszorg. Sinds de vernieuwing op de WMO in 2015 kwamen tarierven fors onder druk te staan. Duizenden banen verdwenen, verzorgingshuizen gingen dicht. Het moest allemaal anders en beter. Sloten geld werden verspild. De oplossing? Allemaal mantelzorger.

Tijd voor de pensioenen. Wie verwacht dat beheer ervan primair zaak van inleggende werknemers is, vergist zich. Dat de overheid toezicht houdt kan wenselijk en nodig zijn. Maar na de miljardenroof uit de pensioenpot onder Lubbers en Kok is mijn wantrouwen niet meer verdwenen. Ook met het oog op het nieuwe pensioenstelsel. Wordt de ingreep van Koolmees een sloopkogel?

Ook de Belastingdienst moest reorganiseren. Het aantal kantoren verminderen, 'overbodig' –vooral lager personeel– afvloeien, met compensatie. Maar juist de hooggekwalificeerde medewerkers gingen, met forse premie. Ze mogen terugkomen, met behoud van de bonus.

Onlangs presenteerde de commissie-Borstlap haar rapport. De arbeidsmarkt moet grondig veranderen. We hebben 1,4 miljoen flexwerkers, van wie er velen onder het minimumloon zitten. Vrucht van de neoliberale marktwerking, gebaseerd op competitiedrift en eigenbelang. Verschil tussen flex en vast moet anders. Ik houd m'n hard vast.

Als laatste de reorganisatie bij het Korps Mariniers. Een uitstroom van medewerkers volgde, en uiteindelijk lijkt het hele verhuisplan van de baan. Kostenplaatje? Horen we nog. Of niet.

Reorganisaties? Bezint eer ge begint. Misschien even niets meer op de schop nemen.