Mijn *kleine* vechtertje

Prematuurtjes zijn dappere vechtertjes die ook nadien niet snel opgeven in het leven. Of ze nu dertig jaar geleden geboren werden, of net uit de buik zijn.

Productie: **Els De Ridder** • Foto's: **Joost Joossen**

Ann & Bert (15)

Bert kwam 12 weken te vroeg ter wereld. Hij was uitgerekend voor juli en werd geboren in april. Hij woog 793 gram en was 32,5 cm lang.

Ann (43): "Verhalen van vrouwen die negen maanden zwanger geweest zijn, kunnen me nog altijd van slag brengen. Ik heb geen idee hoe weeën voelen, en hoe het is om een voldragen kindje op de wereld te zetten. Ik dacht dat een zwangerschap vanzelfsprekend was: mijn mama kon het, dus waarom ik niet? Mijn eigen zoon kwam jammer genoeg drie maanden te vroeg ter wereld na een zwangerschapsvergiftiging. Van de ene dag op de andere voelde ik me niet langer onoverwinnelijk. En een schuldgevoel maakte zich al snel meester van me: Bert is heel lang te mager geweest en heeft erg gevoelige luchtwegen, en dat was in mijn hoofd mijn fout.

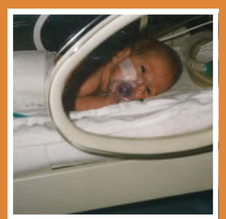
De geboorte van Bert was het begin van een zware periode: mijn zoon was zo broos. Je zag zijn ribben en de adertjes onder zijn huid zitten. Hij heeft drie maanden op neonatologie gelegen: met extra beademing, en veel slangetjes en buisjes aan zijn lijfje. Zelfs de kleinste kleertjes en luiertjes waren hem te groot. Erna verbleef hij nog tweeënhalve maand in een speciaal revalidatiecentrum. We konden in die periode met hem 'buiden', en dat waren heerlijke momenten. Maar hem niet thuis hebben was zo'n teleurstelling. Het was een eenzame tijd en ik sliep met zijn sokjes op mijn hoofdkussen. Zo voelde het alsof hij iets dichter bij mij was. In de laatste fase mocht hij eerst tijdens het weekend mee naar huis, dan een hele week en uiteindelijk voor altijd. Die eerste weken thuis had ik het gevoel dat ik een verpleegster was voor ons zoontje: ik hield de monitor en de beademing constant in de gaten.

> "Thuiskomen zonder Bert voelde zo eenzaam. Ik sliep met zijn sokjes op mijn hoofdkussen, dan leek hij dichterbij"

Maar het was ook een tijd van moederen en bouwen aan een onverwoestbare band. Vijftien jaar geleden was de medische aanpak van een prematuurtje best oké. Ik ben de artsen en vroedvrouwen erg dankbaar. Maar de psychologische begeleiding stelde niet veel voor. Contact met lotgenoten werd me zelfs afgeraden, terwijl ik daar behoefte aan had. De opvolging van Bert door specialisten was noodzakelijk, maar ook daar had ik het moeilijk met de stempel die mijn zoon kreeg. Ik voelde me beoordeeld en veroordeeld. Het was allesbehalve het doorsnee moederschap.

Ik zag Bert opgroeien tot een sociale, intelligente jongen. Maar ik heb me lang onzeker gevoeld over zijn ontwikkeling: in de lagere school was het voor zijn vader en mij telkens bang afwachten of hij mocht overgaan. Ondertussen is dat vertrouwen er wel. Bert zit intussen in het vierde middelbaar en volgt ASO. Hij is nog steeds tenger, maar groot. Hij krijgt de baard in de keel en speelt toneel. Hij maakt plannen en is vastberaden. Er werd wel autisme vastgesteld bij hem, en dat maakt het weer iets complexer. Maar ik vind het relatief. Hoe Bert nu in het leven staat, zo had ik het vijftien jaar geleden niet durven te dromen.

Eigenlijk wilden mijn man en ik destijds gewoon een gezinnetje stichten, maar de vroeggeboorte van Bert heeft ons leven danig op zijn kop gezet. We hebben altijd gedroomd van meer kinderen, maar dat werd ons afgeraden. Ook dat moet je als jong koppel verwerken. We zijn ondertussen ook gescheiden. Sommige koppels worden hechter, maar ons deed het uit elkaar groeien. Hoe dan ook is er iets dat ons altijd zal binden en dat is Bert, onze fantastische zoon. We zijn nog elke dag onnoemelijk dankbaar dat hij het toen heeft overleefd."



Een voorzichtig begin aan buisjes en draadjes.

MEER DAN ACHT OP DE HONDERD VLAAMSE BABY'S WORDEN TE VROEG – EERDER DAN 36 WEKEN – GEBOREN.

Voorkomen, kan dat?

De risicofactoren van een vroeggeboorte zijn meestal een combinatie van medische, erfelijke of lichamelijke omstandigheden. Deze vier factoren kun je zelf beïnvloeden en het is dan ook belangrijk om er rekening mee te houden:

- **je lijdt aan bloedarmoede**
- **je rookt actief of passief tijdens de zwangerschap**
- **je eet niet gezond en onevenwichtig**
- **je hebt een slechte mondhygiëne**

De meeste vroeggeboortes komen echter voor bij vrouwen die op het eerste gezicht geen risico lopen. Laat je daarom vroegtijdig en regelmatig opvolgen door een arts of een vroedvrouw.

Piepklein, maar met een ijzeren wil

Vince had maar 1 kans op de 2 om te overleven...

Sofie & Vince (6)

Vince kwam 14 weken te vroeg ter wereld. Hij moest in december komen en werd geboren begin september. Hij woog 810 gram en mat 33 cm.

Sofie (31): "Van opgezwollen voeten hebben wel meer zwangere vrouwen last tijdens de zomer, maar die avond in augustus had ik ook hevige buikpijn. Op de spoedafdeling zagen de artsen dat mijn bloeddruk veel te hoog was, en de baby in gevaar. Ze gaven me een spuitje voor de longrijping, en dat had een etmaal nodig om in te werken. Maar nog voor die tijd ben ik bevallen met een spoed-

> "Hij doet het goed op school, papa is zijn held... Vince is een flinke kerel, en dat stelt ons zó gerust"

keizersnede. Toen ik wakker werd, hoorde ik dat Vince 810 gram woog, een meetlatje groot was, en volledig beademd moest worden. De dokters gaven hem één kans op de twee om deze vroeggeboorte te overleven. Dat stemt je als jonge ouders niet echt hoopvol, maar we besloten samen deze strijd aan te gaan. We werden daarbij geholpen door de psychologe van het ziekenhuis en de persoonlijke zorgverpleegster van Vince. Die hulp heb je nodig, want het is hoe dan ook een teleurstelling: ik mocht ons baby'tje niet meteen knuffelen en ik weet nog hoe dat wrong met mijn moedergevoel.
Vince was in goede handen, werd sterker en zijn overlevingskansen groeiden. Maar dat neemt niet alle onzekerheid weg: je weet nooit hoe premature kindjes erdoor komen. Omdat hun hersenen nog niet volgroeid zijn, lopen ze bijvoorbeeld meer risico op een hersenbloeding. Na een week verliet ik zonder kindje het ziekenhuis met heel gemengde gevoelens. Voor ik vertrok kon ik Vince net voor het eerst vasthouden: hij werd op mijn borst gelegd, met een dekentje over zich en de lamp erbij om hem warm te houden. Niet langer dan een halfuurtje, want anders werd het te vermoeiend voor Vince. Tijdens de weken die volgden, leefden we op de automatische piloot. Omdat borstvoeding voor Vince het beste was, en omdat ik zo het gevoel had dat ik ook iets voor hem kon doen, kolfde ik thuis om de drie uur af en reed ik met die moedermelk naar het ziekenhuis. Dat herhaalde ik weken aan een stuk. Zeker vermoeiend, maar niets was me te veel. Naar huis mogen met Vince was voor ons alle drie een overwinning, het begin van een fijne tijd waarin we eindelijk écht mama en papa konden zijn. Op zes maanden volgde nog een zware week: Vince werd geopereerd aan zijn schedel omdat zijn fontanel te vroeg dichtgegroeid was. Het was een erg zware ingreep, en Vince is drie dagen in een kunstmatige coma gehouden. Maar ook dan toonde onze zoon zijn vechtlust.
De onzekerheid van de eerste jaren ligt nu achter ons. Vince lijkt zijn premature start te zijn ontgroeid en is een flinke kerel van zes. Hij is verknocht aan zijn Nintendo DS, papa is zijn held en hij haalt mooie resultaten in het eerste leerjaar. Dat maakt ons zo fier, maar het stelt ons vooral gerust."

Ondanks die zware start kon er toch al snel een glimlachje af!

Yora & Mathilda (4 maanden)

Mathilda kwam er 11 weken te vroeg. Ze was uitgerekend voor 30 november 2014 en werd geboren op 16 september. Ze woog 860 gram en was 35 cm groot.

Yora (25): "Een gezond kindje op de wereld zetten bleek voor Koen en mij niet zo evident als we gedacht hadden. Een eerste zwangerschap mondde na dertien weken uit in een miskraam. Toen ik na een hele tijd opnieuw in verwachting was waren we blij, maar ook bezorgd: wat als het opnieuw zou foutlopen? Ik probeerde te genieten van mijn bolle buik, maar had een naar voorgevoel. Tijdens de controle op zes maanden zag de gynaecoloog dat het niet goed was: ons baby'tje was voor dat moment in de zwangerschap veel te klein. Ik bleek een zwangerschapsvergiftiging te hebben, en belandde op spoed. Ons dochtertje heeft uiteindelijk nog vijf dagen in mijn buik gezeten. Tijdens het bange afwachten gaf de kinderarts ons een duidelijk beeld van wat ons te wachten stond: ons kindje zou bloedtransfusies krijgen, haar hartslag kon dalen. Op de afdeling neonatologie zagen we andere kleine vechtertjes aan buisjes en draadjes, en dat gaf ons hoop. Maar het bleef dubbel: onze dochter kreeg op dat ogenblik een overlevingskans van tachtig procent. De controle overlaten aan een team van artsen en vroedvrouwen vond ik beangstigend. Maar toen Mathilda luid wenend ter wereld kwam, was er ook weer de oplucht-ting. De dokters ontfermden zich erna over mij, maar ik wimpelde hen af. Ze hoefden zich alleen om Mathilda te bekommeren: ze moesten haar sterker maken, haar helpen groeien en haar laten léven!
Ver weg van de baarmoeder moest Mathilda nu zien te overleven in een wereld vol drukte en prikkels. Als ouders werden we van bij het begin betrokken: we ververstten Mathilda zelf en gaven haar badjes. En het huid-op-huid-contact was erg belangrijk, omdat het kleine baby'tjes geruststelt. We legden onze handen op haar buikje of rugje, en later kangoeroeden we met haar. Tijdens die momenten kon de rest van de wereld me gestolen worden. Elke dag was bang afwachten of ze het zou halen. Los van de stress of Mathilda de vroeggeboorte zonder veel kleerscheuren zou doorkomen, speelde bij mij ook een groot schuldgevoel. 's Avonds naar huis vertrekken zonder

> "De ene dag zat Mathilda nog gezond in mijn buik, de dag erop was haar toestand kritiek. Zo broos is gezinsgeluk"

haar, voelde altijd ongemakkelijk. Maar het ging dieper dan dat: hoorde ik eigenlijk wel kindjes te krijgen? Mijn lichaam had het moeilijk met zwanger worden en zijn. Was Mathilda niet het slachtoffer geworden van onze kinderwens? Het houdt me nog altijd bezig.
Na drie maanden ziekenhuis is mijn dochter sinds kort thuis. Koen en ik zijn de artsen en verplegers van het UZ Leuven zo dankbaar. Ze hebben meegeholpen aan dit wonder. Maar de ongerustheid blijft: ik ben niet vergeten hoe Mathilda de ene dag nog gezond in mijn buik zat, en de dag erop haar toestand kritiek was. Zo broos is gezinsgeluk en dus genieten we van de kleine momenten van elke dag. Er wordt hier veel geknuffeld, en we kijken heel erg uit naar de zomermaanden. De kraamtijd was voor ons geen suikerzoete periode, maar als het warmer wordt, kunnen we eindelijk pronken met onze wondermooie Mathilda." ▷

“Ze zou nooit naar de universiteit kunnen volgens de dokter. Maar ze is wél huisarts nu”

Een wankele start, nu stevig in het leven

Guido & Elke (27)

Elke kwam 11 weken te vroeg ter wereld, als deel van een drieling. Ze was uitgerekend voor eind november en werd eind augustus geboren. Ze woog 1150 gram en was 39 cm groot.

Guido (55): ”Door een zware hormonale behandeling was mijn vrouw zwanger van een drieling. Hoewel dat een risicozwangerschap is, verliep alles vrij vlot. Tot ze op een avond veel te vroeg weeën kreeg. In het ziekenhuis probeerden ze de situatie onder controle te krijgen met weeënremmers, maar het was te laat: de baby’s kwamen de dag erna drie maanden te vroeg ter wereld via een keizersnede. Wat je dan voelt, is erg dubbel: we waren euforisch, want net mama en papa geworden van een drieling! Maar je beseft erg goed dat het kantje boordje is: de meisjes waren erg klein en fragiel.
Toen Maaike, die er het slechtst aan toe was, na vijf dagen overleed, sloeg de schrik toe. En het verdriet werd nog veel groter toen we enkele weken later ook Lotte verloren. Elke, de kleinste van de drie zusjes, vocht in haar eentje dapper verder. Wij waren intussen geen seconde meer gerust. We leefden van voeding naar voeding. En ieder grammetje dat Elke bijkwam, stemde ons stilletjes hoopvol. Het verlies van de twee zusjes kropten mijn vrouw en ik op. We konden niet anders: we moesten ons concentreren op Elke. In het ziekenhuis was ze in de beste handen: de afdeling neonatologie leek er verder te staan dan in andere ziekenhuizen, dat merkte je aan kleine dingen. We mochten haar meteen aanraken, de apparatuur was ultramodern. We hebben er de eerste twee jaren van Elkes leven meer tijd doorgebracht dan thuis. We hadden het gevoel dat ze er veilig was.

Elke vocht dapper verder, zonder haar twee zusjes...

Thuiskomen met Elke was een grote stap vooruit, maar het maakte ons ook onzeker. We gingen wel vijf keer per minuut in haar wiegje kijken, controleren of ze nog ademde. En ik weet nog dat we boos konden worden als iemand anders haar wilde pakken, uit schrik voor infecties. We wilden alles doen om haar te beschermen. Die bezorgdheid nam af naarmate we Elke sterker zagen worden. Er bleven natuurlijk grote vraagtekens bij haar toekomst. Wat zijn de gevolgen van zo'n geboorte op lange termijn? Maar zolang Elke stapjes vooruit zette, was dat goed nieuws volgens onze kinderarts. We probeerden ons niet te laten afleiden door de klassieke groeicurves, waar Elke uiteraard buiten viel. En we probeerden niet te panikeren omdat ze zich motorisch trager ontwikkelde. Ze zal nooit een atlete worden, maar heeft – dankzij intensieve kinesitherapie – wel meer uithouding en beweegt zich gemakkelijker.
We zagen Elke opgroeien tot een schuchter meisje, er schuilde een boekenwurm in haar. Met haar intelligentie was alvast niets mis. Op school was ze geen primus, maar haar resultaten waren lang niet slecht. Ik weet nog dat ze in het tweede middelbaar zat, en dat ik ineens de sterke overtuiging had dat ze er wel zou komen in het leven. Ik zag in haar niet meer dat premature baby’tje dat voor alles veel meer tijd nodig had. Nee, ik zag een jonge meid die heel goed wist wat ze wilde. Een van die dromen was huisarts worden. Een kinderarts vond haar plan naïef: ‘Gezien je voorgeschiedenis zul jij nooit universitaire studies aankunnen.’ Het werd voor haar een extra stimulans. Ze heeft zes keer ingangsexamen voor geneeskunde gedaan, terwijl ze al bezig was met haar studies farmacie. Uiteindelijk is ze geslaagd en sinds kort is ze aan de slag als huisarts. Dat had ik 26 jaar geleden niet durven dromen...
Na Elke kregen we nog een zoon en een dochter. Mijn vrouw had drie kinderen gehad, en wilde er opnieuw drie. Het waren normale zwangerschappen en ze doen het allemaal erg goed. Maar er gaat geen dag voorbij dat we niet aan Lotte en Maaike denken. Mijn vrouw kan er nog altijd moeilijk over praten, vandaar dat ik dit interview geef. Een foto van de zusjes staat thuis op de kast, en ze zitten voor altijd in ons hart.” ■

Prematuurtjes vroeger en nu 3 grote verschillen

1 **Vroeger lag de nadruk op overleven. De baby’s werden na de geboorte meteen weggehaald bij de moeder en in de couveuse gelegd. Ze lagen op hun rug, waardoor ze meer werden blootgesteld aan prikkels. Vandaag leggen artsen het baby’tje in baarmoederhouding. Ook minder geluid, licht en temperatuurschommelingen van buitenaf vergroten de overlevingskansen.**

2 **De medische technologie is de voorbije tien jaar enorm geëvolueerd. De huidige couveuses beschikken over een beschermd luchtsysteem, zuurstof- en temperatuurmeter en geluidsdemping. Couveuses uit de jaren 80 waren een stuk eenvoudiger met meestal enkel een temperatuurmeter.**

3 **De huidige aanpak van premature kindjes focust op het contact tussen ouder en kind. Als ouder kun je je kindje van dichtbij zien en actief meehelpen bij de verzorging. Wanneer het toegelaten is, kun je je hand op je kindje leggen of kangoeroeën (huid-op-huidcontact). Het versterkt de band en maakt het kindje rustiger waardoor het beter kan ademhalen.**

Op de website van de Vlaamse Vereniging voor Ouders van Couveusekinderen (www.vvoc.be) vind je veel informatie over dit onderwerp. Ze hebben ook een Facebookpagina.

M.m.v. **Julie Van den Driesschen** • Styling: **Siska Loraine** • Make-up: **Leonie voor Models Office** • Met dank aan **Yannic Verhaest** en prof. dr. **Gunnar Naulaers**. *Accessorize*, Achter de Maan, Benetton, Betty Barclay, EDC by Esprit, Falke, JBC, Kids on the Docks, Nal Nal, Prinses op de Erwt, Torfs en Vero Moda voor de kleding en Kaal Design voor de fauteuil