

30 juni, 4 uur 's nachts. Ik word wakker van een kramp in mijn buik, zou het dan eindelijk zo ver zijn? Voor het eerst zwanger dacht ik een week ervoor ook te moeten bevallen, maar dat bleek een darminfectie te zijn die mijn baarmoeder deed samentrekken, vals alarm dus. Dit keer besluit ik om rustig af te wachten en nog niet iedereen te alarmeren. Ik doe mijn ogen opnieuw dicht en slaap nog wat verder. Een uurtje later word ik om de 10 minuten wakker van eenzelfde soort kramp. Ik maak mijn man, die naast mij ligt te knorren, wakker waarop hij meteen in actie schiet: we moeten Sarah (onze doula) bellen. Ik probeer hem nog even in toom te houden, denkende aan Sarah's nachtrust en ervan overtuigd dat dit nog een lange dag zal worden - dat is toch wat iedereen altijd zegt bij een eerste kindje - maar mijn man is niet te stoppen. Sarah is al even enthousiast en wil onmiddellijk komen. Ik zeg dat dat nog niet nodig is en dat ze beter haar krachten nog wat spaart, maar tevergeefs. Na wat overleg vraagt mijn man of het oké is om Sarah te gaan oppikken, 20 minuten heen, 20 minuten terug. Tuurlijk, zo lang houd ik het op m'n eentje zeker nog wel uit! Wanneer ik na 40 minuten de voordeur hoor opengaan, ben ik opgelucht: mijn weeën komen ondertussen al om de 5 minuten, dus in bed blijven liggen en slapen was geen optie meer. Ik bleef wel rustig en testte wat uit: het warme water onder de douche deed deugd. Straks in het ziekenhuis wil ik zeker in bad!

Even ter verduidelijking: het ziekenhuis was niet mijn uitverkoren bevallingsplek, maar door een placenta praevia mocht ik niet meer thuis bevallen. We kozen voor een poliklinische bevalling met onze eigen vroedvrouw en doula in het UZA als alternatief, iets waarmee ik het eerst heel moeilijk had maar waarbij ik me na enkele goede gesprekken met Sarah, Leentje en Michou toch kon neerleggen. Samen dachten we na over hoe we de thuis sfeer zoveel mogelijk konden meenemen naar het ziekenhuis. Bovendien stelden ze me gerust door stap voor stap te overlopen wat er 'anders' zou zijn en hoe we zoveel mogelijk mijn coconnetje konden bewaken. Onze doula en vroedvrouw zouden eerst naar ons thuis komen en samen zouden we daarna naar het ziekenhuis gaan. Dat was het plan!

Sarah hielp me bij haar aankomst rond 6u30 meteen met het voorbereiden op de weeën die nog zouden volgen, hoewel dat voor mij op dat moment niet nodig leek. Ik moest nog geen moeite doen om de weeën weg te ademen en tussendoor lachten we met ons drietjes nog wat af. Mijn man zette koffie en zorgde voor koffiekoekjes, iedereen was op zijn gemak. We twijfelden eerst om al te bellen naar de Geboortepraktijk, maar besloten om hen toch maar alvast op de hoogte te brengen. Michou zou onze bevalling begeleiden en vroeg of het oké was als ze eerst nog even haar kinderen op school zou afzetten. Dan zou ze tegen 8u30 bij ons zijn. Dat leek ons allemaal haalbaar, aangezien "het mijn eerste kindje was". Een halfuur later volgden de weeën elkaar al om de 4 à 3 minuten op en was ik blij dat Sarah me al wat had laten oefenen met het wegademen van de minder sterke weeën. Ik ben een beetje bezorgd dat Michou niet op tijd zal zijn en vraag om haar opnieuw te bellen. Ondertussen zit ze al in de auto met haar kinderen onderweg naar school, ze stelt ons gerust dat het op een halfuurtje niet zal aankomen. Om 8u worden mijn weeën echt intens, het wordt moeilijker om een houding te vinden en ik krijg precies ook persdrang. Het komende halfuur breng ik door op toilet, omdat ik het gevoel heb dat er van alles uit moet, maar er komt niets... Mijn weeën komen nu om de 3 à 2 minuten en ik verdwijn in mijn cocon. Mijn man en Sarah laden intussen de auto in, bellen opnieuw met Michou en zeggen dat we nú naar het ziekenhuis moeten! Ik smeeke vanop het toilet of ik toch niet thuis mag bevallen, want in een auto stappen lijkt me op dit moment gewoonweg onmogelijk! Michou is streng (en terecht) en Sarah moet me ietwat dwingend overtuigen. Na wat getreuzel - want ik wil écht niet! - krijgen ze me dan toch mee. Half verdoofd door de hormonen kruip ik achteraan met Sarah de auto in, mijn man aan het stuur. Ik lig met mijn hoofd op Sarah's schoot, terwijl ze tegendruk geeft in mijn onderrug. Elk bultje en elke bocht is de hel. Mijn man doet zijn uiterste best om zo voorzichtig mogelijk te rijden en ik vloek elke keer weer mijn pijn weg! Lachen, wenen, roepen, alles passeert de revue. Het wordt een ritje om nooit meer te vergeten!

Aangekomen rond 9u op de parking staat Michou ons op te wachten. We gaan via de spoed naar binnen en worden wat "tegengewerkt" door het personeel dat ons niet meteen wil doorlaten. Michou staat op haar strepen en zorgt ervoor dat ik toch zo snel mogelijk in de verloskamer geraak. Daar aangekomen - het is dan bijna 9u30 - moet ik verplicht aan de monitor, één van de dingen waar ik wat tegenop zag maar waarop ik me had kunnen voorbereiden. Wat ik echter niet op voorhand kon weten, is dat ik al persdrang zou hebben en mijn weeën al om de 2 minuten zouden komen. Boos op de monitor zet ik me weer op toilet, bijgestaan door Michou die mij zonder aarzelen overal volgde met dat "ding". Maar oké, ik ben omringd door de drie mensen die ik het meest vertrouw en die mij thuis ook zouden bijgestaan hebben, dus ik probeer me erover te zetten. Een halfuur lang zaag ik hoe erg ik verlang naar het bad, dat ondertussen voor mij wordt klaargemaakt. Eindelijk is het zover, ik mag erin! Maar wat een anticlimax... Het bad is zo smal dat ik amper mijn benen kan opendoen. Tussen de weeën door heb ik een glimlach op mijn gezicht - dat bewijzen de foto's achteraf - maar de weeën zelf waren op z'n minst gezegd ongemakkelijk om op te vangen. Ik wissel van houding in bad en probeer op handen en knieën, maar dat doet gewoon pijn, ondanks de mooie constructie (met stoel om op te hangen) die Sarah nog snel in elkaar had gestoken.

Mijn man staat mij letterlijk bij, de hele tijd, hij maakt voortdurend contact met zijn hand en is er helemaal stil van geworden. Hij is zo erg onder de indruk dat hij niet goed weet wat doen, maar hij is er en hij steunt me met lieve woorden over "hoeveel respect hij heeft voor mij, nu nóg meer" en van die dingen. Op de achtergrond spelen de liedjes die ook op de receptie van ons trouwfeest te horen waren, de setting is perfect. Wanneer ik het bad na een klein uurtje echt beu ben, is het tijd voor de laatste fase. Achteraf bekeken dan, want op dat moment bestaat de tijd voor mij niet. Het enige dat ik weet, is dat ik hierdoor moet, goed gefocust in mijn coconnetje. Michou die me de hele tijd aan het aanmoedigen is, legt een matje voor me klaar zodat ik zacht op handen en knieën kan gaan zitten. Een dik uur zit ik zo zonder stoppen, omringd door mijn topteam, elk steunend op hun eigen manier. Het laatste halfuur daarvan voel ik de échte persdrang, het moment is daar. Zo dadelijk gaan we ons zoontje Luka ontmoeten! Ik hoor Michou zeggen dat ik goed bezig ben en dat ik gewoon naar mijn lichaam moet blijven luisteren. Ze zegt dat het hoofdje er is en dat ik kan voelen als ik wil. Ik steek mijn hand uit en voel een dons van haartjes, wauw, dit is zo magisch... Snel zet ik mijn hand weer op de grond om niet uit evenwicht te vallen.

Maar dan gebeurt er iets onverwachts: Michou roept plots dat de baby er nú uit moet. De ontspannen sfeer slaagt helemaal om. Ik doe mijn uiterste best en pers nog een laatste keer zo hard ik kan. Ik voel Michou haar hand mee helpen, maar heb geen idee wat er achter mij gebeurt. Ik weet alleen dat hij er is, het is voorbij, Luka is geboren! Terwijl ik op adem kom, gaat er even door me heen dat er iets niet klopt, maar een gevoel van vertrouwen overheerst. Ik wéét gewoon dat ik zo mijn zoontje zal zien. Ik sta nog steeds op handen en knieën wanneer Michou Luka onder me door schuift. Hij ziet blauw en maakt geen geluid. Ik zie vanuit mijn ooghoek hoe Michou hem op gang helpt door zachtjes op zijn borst te duwen. Ik twijfel geen seconde dat het goed komt, en dan slaakt iedereen een kreet van opluchting: hij is erdoor! Om 12u10 werd Luka geboren. Mijn man is volledig van de kaart: hij besepte maar al te goed wat er allemaal gaande was... Hij was nog maar net vader geworden en had al meteen moeten voelen hoe het was om je kind kwijt te spelen. Nadien vertelde Michou ons dat er waarschijnlijk een stukje van mijn placenta gelost was, waardoor het hoofdje (dat al geboren was) plots knalpaars werd. Wanneer ze me helpt rechtstaan om me op bed te kunnen nakijken, verlies ik ook nog heel veel bloed. Opnieuw een gevolg van de placenta. Hoewel mijn bevalling heel vlot is gegaan, begrijpen we maar al te goed dat de risico's van mijn placenta praevia te groot waren geweest voor een thuisbevalling. Het was niet voor niets dat ik rood licht had gekregen... Spijt van de ziekenhuiservaring hebben we zeker niet, maar stiekem droom ik toch nog van een thuisbevalling!