



BORSTVOEDING

Dammetje voor de tranen

Daar zit ze dan. Ze doet zo haar best, ze zet alles op alles. Maar alles is niet genoeg, vindt ze. Ze is bleek en moe na een week griep terwijl ze pas vier weken moeder is. Bikkelen is het soms. Haar man is weer aan het werk en haar moeder weer terug naar haar thuisland. De bibbers van de bevalling zitten nog in haar lijf. Haar kleintje ligt vredig te slapen dus we hebben even de tijd om kennis te maken en haar wensen door te nemen. Haar wensen zijn vooral voldoende melk maken en haar zorgen daarover weg te nemen. "Daarnaast", zegt ze enigszins bedrukt, "zou het toch een fijn moment moeten zijn?" Zo voelt het nu niet, dat zie ik. Gespannen, gevoelig en moeilijk om haar kindje tevreden te krijgen. Ze ziet op tegen elke voeding terwijl ze zich er zo op had verheugd.

Haar dochter slaapt nog steeds. "Wil je me iets vertellen over je bevalling?", vraag ik haar. Tja, ze wilde een badbevalling, maar het werd een vacuümextractie met een fluxus van 1500 ml. En gelukkig ook met een lieflijke dochter in goede conditie. Ze wil zo graag genieten van haar, maar het lukt nu even niet. Ze heeft er de energie niet voor.

"Jullie hebben best veel meegemaakt", zeg ik na een kleine stilte. Ze neemt haar kleintje dat een beetje geluid maakt bij zich. "Wat een prachtige wimpers heeft ze", zeg ik. Haar moeder kijkt zwijgend mee. "Ik ben onder de indruk van de kracht en de energie die jullie hebben ingezet tot nu toe. Zullen we op zoek gaan naar hoe het wat fijner zou kunnen?" Ze wil de baby gaan verschonem om haar wakker te maken, maar ik denk dat dat iets aangener kan. "Heb je je baby wel eens bloot gevoed?" vraag ik. Nou eigenlijk alleen bij de geboorte. Daarna durfde ze het niet meer alleen te doen. Ik kan daar bijna boos om worden. Waar was iedereen om dit beter te faciliteren?

Ik laat haar haar dochter zachtjes pratend uitkleden en zichzelf ook, totdat ze beiden comfortabel bloot zijn. Het verbaast me dat moeders dan vaak vragen: "Moet ik nu ook bloot?" Ik leg uit waarom dat fijn zou zijn. Natuurlijk met een dekentje in de

buurt en voldoende privacy. De baby vleit zich tussen haar blote borsten en slaapt weer rustig verder. Ik vertel haar over de unieke voelsprietten van baby's. Dat haar dochter weet dat haar moeder enorm haar best doet en veel te bieden heeft. Maar dat het ook soms op is. Ik vertel haar dat er bij grote mensen soms een dammetje zit om een ophoping van gevoelens tegen te houden. Het is lastig om van alles niet te willen voelen, maar selectief wel te willen genieten. Baby's voelen beter, omdat zij nog geen dammen kunnen opwerpen.

Dan ontstaat er een gaatje in de dam en beginnen tranen en borstvoeding tegelijk te stromen. Ze probeert haar tranen weg te wrijven, maar ik zeg dat ze gerust mag druppelen op haar kindje. Huilen werkt zelfs positief voor het stromen van de melk. Het is prima om verdriet te delen met je kind. Die vindt het juist verwarrend als het wordt weggestopt. Bovendien maakt een open dammetje ook de weg vrij naar de fijne gevoelens.

We zijn samen even stil. Na een tijdje vraag ik: "Voel je haar warme huid ergens tegen jouw huid aan?" Ja, ze voelt haar wangetje tegen haar borst. Ik laat haar bewust langs alle plekjes gaan waar haar baby en zij met lichaam en huid contact maken. Niet veel later zie ik een oogje open gaan en een gretig kindje de borst zoeken. Tot nu toe voedde de moeder haar baby, nu voedt de baby zichzelf. Ik zie samen met moeder hoe de melk stroomt. Haar twijfels zijn voor even gesust. Ik zie een lichtje in haar ogen, wat nog makkelijk te doven is. Hier zijn geen snelle oplossingen, maar herstel en tijd nodig. En een gaatje in de dam dat af en toe iets verder open mag. <

Marieke van Luin was tot 2010 lid van de maatschap van verloskundigen in de Ruyschstraat te Amsterdam. Naast lactatiekundige IBCLC en docent, geeft zij als coach begeleiding bij zwangerschap, bevalling en borstvoeding