

Mijn Benjamin

ALS JE ZWANGERSCHAP ANDERS LOOPT

*Door
Celeste Engwerda*

*Voor iedereen die op wat voor manier dan ook te maken heeft
(gehad) met onzekerheid in de zwangerschap, een miskraam,
het verlies van een late zwangerschap en/of het verlies van een
kindje.*

Ondanks een intens en onvoorstelbaar verdriet zijn wij de trotse ouders geworden van onze zoon Benjamin Alfons Åberg.

Voor even in onze armen, voor altijd in ons hart.

Lieve Benjamin,
We houden zo veel van je.
Maar uit liefde moesten we je laten gaan.
Je zal altijd onze zoon blijven.
Altijd Elisabeths broertje.
Nu ben je de mooiste ster aan de hemel.
We zullen elke dag naar je uit blijven kijken.
Rust in vrede lieve, kleine Benjamin.

Dit boek is opgedragen aan ons sterrenkindje:

Benjamin Alfons Åberg
5-7-2023

Voorwoord

‘Volgende maand stop ik met de pil.’

‘Spannend! Jullie gaan dus voor kinderen?’

‘Ja. We hebben besloten om een kind te nemen, maar we willen wel echt een zomerbaby.’

‘Dat snap ik. Dan moeten jullie in november aan de bak. Succes.’

Dit gesprek ving ik op in de supermarkt. Het is een treffend voorbeeld van hoe sommigen tegen het leven aankijken. Vooral mijn generatie - de millennials, generatie Y - gelooft over het algemeen dat alles maakbaar is. Als je er maar hard genoeg voor werkt, dan valt het te realiseren: een succesvolle carrière, een groot koophuis, een gezin met gezonde kinderen. Het is een kwestie van plannen en uitvoeren en dan kun je alles bereiken wat je wilt!

Ik stond net zo in het leven. Ik was bereid om hard te werken voor mijn doelen. Met extra bijbaantjes betaalde ik mijn studie geneeskunde en door gedisciplineerd te studeren werd ik dokter. Voor mijn dertigste behaalde ik de titel specialist ouderengeneeskunde en ondertussen trainde ik intensief om mijn marathontijden te verbeteren. Mijn vriend Hampus en ik maakten een spaarplan, kochten een huis in Culemborg en toen we klaar waren voor kinderen, gingen we ervan uit dat ook dát te plannen viel.

Eind september 2021 liet ik mijn spiraal verwijderen. Kort daarna raakte ik zwanger. Natuurlijk was ik blij, maar eerlijk gezegd had ik er ook op gerekend. We hadden toch op het juiste moment seks gehad? De vroege miskraam die volgde, kwam als een klap in mijn gezicht. Ik had alles volgens het boekje gedaan: ik nam voldoende nachtrust, lette op mijn voeding en ik nam trouw mijn zwangerschapsvitamines. Natuurlijk wist ik wel dat miskramen vaak voorkomen, maar ik had er nooit rekening mee gehouden dat het mij zou overkomen.

Drie maanden later was ik opnieuw zwanger. Het eerste trimester vond ik spannend, maar na een paar geruststellende echo's keek ik uit naar ons kindje. Na een soepele zwangerschap van 38 weken werd onze prachtige en gezonde dochter Elisabeth geboren.

Dit boek gaat over mijn derde zwangerschap, de zwangerschap van ons zoontje Benjamin. Een zwangerschap die allesbehalve volgens het boekje verliep. Deze zwangerschap leerde mij dat het leven zich niet laat plannen, hoe graag we dat ook willen. Juist de dingen die er écht toe doen, zijn het minst maakbaar.

Dankzij de grote momenten van onzekerheid, angst en het totale verlies van controle tijdens en na deze zwangerschap, ontdekte ik wat overgave werkelijk betekent en wat echte dankbaarheid is.

Dit boek heb ik geschreven voor jou. Het is mijn verhaal, mijn rauwe, ongepolijste verhaal. Sommige passages kunnen heftige emoties oproepen. Toch vind ik het belangrijk om ook deze momenten te delen, omdat ik het simpelweg niet mooier wil maken dan dat het was.

Soms is de medische terminologie misschien wat ingewikkeld. Samen met mijn redacteur heb ik geprobeerd alles zo begrijpelijk mogelijk te formuleren. Achterin het boek vind je een begrippenlijst waarin je, onder andere, medische termen en begrippen kunt opzoeken. Ik heb getracht om de medische informatie zo betrouwbaar mogelijk te verwoorden en heb daarvoor verschillende bronnen geraadpleegd. Er kunnen kleine verschillen in cijfers of omschrijvingen zijn, dus het is mogelijk dat jij net wat andere informatie vindt wanneer je ernaar op zoek gaat. Ten slotte hoop ik dat ook zorgprofessionals iets uit dit boek kunnen halen, maar wil ik benadrukken dat dit boek niet dient als medisch naslagwerk.

Ik hoop dat jij, als lezer, iets uit ons verhaal kunt halen: troost, steun, herkenning, een nieuw perspectief, dankbaarheid voor wat je hebt, of misschien iets heel anders. Wat het ook is, ik gun het je uit de grond van mijn hart.

Liefs, Celeste.

DEEL I

1.

Een onbestemd gevoel

‘Hoi Beertje, ik ben klaar met werken en onderweg naar het restaurant.’

‘Beertje’ is de bijnaam die ik mijn Zweedse vriend Hampus vijf jaar geleden gegeven heb. Zijn volle bruine haardos en warme, diepbruine ogen deden me aan een beer denken en ik vond het wel Zweeds aanvoelen om hem Beer te noemen. Maar door zijn lengte van slechts één meter vijfenzestig werd het al snel ‘Beertje’ in plaats van ‘Beer’. Zijn eigen naam, Hampus, vond ik in het begin maar een vreemde naam. Pas later kwam ik erachter dat het in Zweden een veelvoorkomende jongensnaam is.

‘Maak je het niet te laat vanavond, Celeste? Je weet dat je lijf genoeg slaap nodig heeft om ons kindje goed te laten groeien,’ zegt Hampus. Heel even leg ik mijn hand op mijn buik. Nog twintig weken, en dan heeft ons dochtertje Elisabeth een broertje, nog voor haar tweede verjaardag. Ik glimlach en besef dat ik maar bof met mijn zorgzame vriend.

‘Ik zal het niet te laat maken, want ik wil eigenlijk morgenochtend voor werk nog even hardlopen.’ Ondanks mijn groeiende buik gaat het hardlopen, mijn grote passie, nog steeds prima. Het is mijn uitlaatklep en ik hoop dit tijdens de zwangerschap zo lang mogelijk vol te houden.

Aan de andere kant van de lijn blijft het even stil. Hampus kent me goed en weet dat ik in mijn enthousiasme wel eens over mijn grenzen ga.

De autorit naar het restaurant is kort. Zodra ik parkeer, schakelt de airconditioning automatisch uit. Binnen een paar seconden wordt het bloedheet. Op het dashboard zie ik dat het buiten 33 graden is.

‘Ik ga ophangen,’ zeg ik haastig, voordat ik oververhit raak. ‘Rond tien uur ben ik thuis, dan plannen we alles voor morgenochtend. Geef Elisabeth een kus van me.’

We hangen op. Ik veeg een paar opkomende zweetdruppeltjes van mijn voorhoofd, pak mijn dokterstas van de bijrijdersstoel en stap uit de auto, die inmiddels aanvoelt als een sauna. Ik sluit de deur en werp nog snel een blik op mijn werktelefoon. Eén nieuwe mail: een vergaderverzoek over het nieuwe elektronische patiëntendossier, iets waar ik prima morgen op kan reageren. Ik markeer de mail als ongelezen en zet mijn werktelefoon op vliegtuigstand. Dit doe ik altijd, uit zelfbescherming. Als dokter is het makkelijk en soms verleidelijk om dag en nacht met werk bezig te zijn, maar gezond is dat niet. Daarnaast is de dag lang genoeg geweest. Zoals altijd hadden we de wekker op kwart over zes gezet, maar Elisabeths heldere stemmetje wekte ons al ruim daarvoor.

Ik rol mijn schouders naar achteren, in een poging om de werkdag van me af te laten glijden. Al sinds vanochtend knaagt er een onbestemd gevoel aan me. Waar het vandaan komt, weet ik niet. De werkdag was weliswaar hectisch, maar verliep relatief soepel. Toch borrelt dat vreemde gevoel steeds weer op. Nu ik mijn dokterstas in de kofferbak leg, komt het weer opzetten. Misschien heeft het te maken met het afscheid van mijn collega, waarvoor we vanavond samenkomen? Of ben ik nu al gespannen voor het gesprek van morgen, met die terminale patiënt? Ik voel me erg verantwoordelijk op werk en wil geen fouten maken.

Ik adem een paar keer diep in en uit. Het helpt een beetje, ik word wat rustiger.

‘We gaan er een gezellig etentje van maken, kleintje,’ fluister ik tegen mijn buik.

Met een doffe klap trek ik de achterbak dicht en loop ik via een smal, kronkelend straatje naar het restaurant. Aan weerszijden halen winkeliers hun uithangborden binnen en achter de ramen dimmen de lichten langzaam. Mijn snelle voetstappen weerkaatsen op de kinderkopjes, waar de zinderende hitte van de dag nog uit opstijgt. Ik steek een groot plein over en als ik de hoek omsla, zie ik het terras van het restaurant waar we hebben afgesproken. Grote, weelderige planten schermen de zitplaatsen af, bij de ingang prijken twee imposante klassiek ogende vazen. Boven de tafels hangen slingers met zachte verlichting.

Uit de speakers klinkt kalme, ontspannen jazzmuziek, die zich vermengt met het geroezemoes van de pratende gasten.

Mijn ogen glijden over het terras tot ze blijven hangen bij de langste tafel, waar mijn collega's al zitten. Nienke en Monique praten geanimeerd met Stef, een arts in opleiding tot specialist ouderengeneeskunde. Zijn lange benen heeft hij nonchalant over elkaar geslagen en zijn vriendelijke, jonge gezicht staat vrolijk. Ook mijn manager Laurentien en de collega voor wie we dit afscheidsetentje houden, zijn er al. Ik neem plaats aan het uiteinde van de tafel en begroet iedereen met een zwaai.

'We zijn nu bijna compleet,' zegt Laurentien, terwijl ze een korte, grijze lok achter haar oor strijkt. 'Alleen Trudy heeft geappt dat ze later is, dus laten we maar vast een drankje bestellen.'

Een jonge serveerster komt naast me bij onze tafel staan. Ze probeert duidelijk te maken dat ze de bestelling wil opnemen, maar het lukt haar niet om mijn enthousiaste collega's te overstemmen. Laurentien maakt met een harde stem kenbaar dat iedereen stil moet zijn, waarop het jonge meisje van schrik haar pen en notitieblokje laat vallen. In een reflex buig ik naar beneden om de spullen voor haar op te rapen en dan voelt het ineens alsof ik in mijn broek plas. Verlies ik nu zoveel afscheiding of is het daadwerkelijk urine?

'Eh, ik ga even naar de wc,' mompel ik. Terwijl ik opsta en wegloop, zeg ik tegen de serveerster: 'En doe mij maar een spa rood.'

Op het toilet trek ik meteen mijn broek naar beneden. Mijn hele onderbroek is nat! Het duurt slechts een kleine seconde voordat een bekende geur mijn neus binnendringt. Het is de milde, zoete geur van vruchtwater. Ik weet precies hoe vruchtwater ruikt, want bij Elisabeth begon mijn bevalling met gebroken vliezen. Mijn hart bonkt in mijn keel, terwijl ik mezelf laat zakken op de wc-bril. Met een onvaste hand buk ik om mijn privételefoon uit mijn broekzak te halen.

'Adem in. Adem uit. Adem in. Adem uit,' fluister ik hardop, in een verwoede poging om mezelf tot rust te brengen. Ondertussen zoek ik het telefoonnummer van Hampus op.

'Mijn vliezen zijn gebroken!' schreeuw ik door de telefoon zodra hij opneemt.