

**Jeannette Rietberg, Maria Pel: 'Altijd een kind tekort'** Handboek bij zwangerschap na babysterfte. Uitgeverij Thoeoris, 2013. ISBN 9789072219831 (Zwangerschaps / bevallingsproblemen/AG/PO/1) Zie ook: [www.thoeoris.nl](http://www.thoeoris.nl) en [www.altijdeenkindtekort.nl](http://www.altijdeenkindtekort.nl)

**Soort boek/ziekte/stijl:** Pag. 14: 'Dit boek is bedoeld voor ouders die een baby hebben verloren en weer met een nieuwe zwangerschap bezig zijn. Gevoelsmatig maakt het niet uit of de baby voor, tijdens of kort na de geboorte overlijdt. Ik hoop deze ouders een handreiking te kunnen bieden voor wat er allemaal komt kijken bij een nieuwe zwangerschap na verlies.'

De schrijfsters gebruiken in het boek ervaringen van lotgenoten die beschrijven hoe ze om zijn gegaan met angsten, onzekerheden, verdriet van het verlies en ook tegelijkertijd blijdschap om wat er komen gaat. Daarnaast leveren ze informatie over medische zaken, over onder andere verschijnselen waar je extra alert op moet zijn, over communicatie met zorgverleners, nuttige websites, hulpverlenende instanties. In het boek worden zo alle drie de trimesters van een zwangerschap beschreven, de periode ervoor, de bevalling en de periode erna. Ook aan de gevoelens en emoties van vaders is gedacht, zij het in mindere mate.

Mooi, overzichtelijk, informatief boek van 287 pagina's, met een prettige lay-out.

**Over de schrijfsters:** Jeannette Rietberg( 1968) is door eigen ervaring en zelfstudie deskundige en spreker geworden op het gebied van sterfte rondom geboorte. Ze is van oorsprong Engelse taal- en letterkundige. Na de geboorte en het overlijden van haar oudste zoon is zij auteur, onderzoeker en deskundige geworden op het gebied van sterfte rondom de geboorte. Zij geeft lezingen en gastcolleges over dit onderwerp.

Jeannette: "Ik hoop ouders een handreiking te kunnen bieden voor wat er allemaal komt kijken bij een nieuwe zwangerschap na verlies. De deskundigheid en kennis van ouders die een zwangerschap na verlies hebben meegemaakt, kunnen een voorbeeld en inspiratiebron zijn voor anderen."

De medische bijdragen en diverse adviezen komen van Dr. Maria Pel (1950)die als gynaecoloog/perinatoloog verbonden is aan het Academisch Medisch Centrum in Amsterdam. Zij heeft ruim 30 jaar ervaring in het begeleiden van hoog risico zwangerschappen en zwangerschappen na babysterfte.

Maria: "Bij het begeleiden van zwangerschappen na babysterfte is allereerst een goede medisch-technische zorg nodig. Daarnaast moet je zowel de zwangere vrouw, als haar partner de zwangerschap doorhelpen. Dit handboek kan dit proces, mede, op een waardevolle manier ondersteunen."

**Korte beschrijving:** Ieder hoofdstuk van het boek begint met een citaat uit nationale en internationale literatuur van moeders, en een enkele vader die een kind verloren hebben. De citaten verwijzen naar wat er in het hoofdstuk besproken wordt en geven gevoelens weer.

Voor het boek interviewde de schrijfster 9 vrouwen, lotgenoten, omdat mensen verschillend zijn en verschillend rouwen. Het zijn vrouwen die onder uiteenlopende omstandigheden hun baby hebben verloren. Daarbij heeft de schrijfster zich beperkt tot het interviewen van vrouwen waarbij de sterfte van baby's vanaf 22 weken zwangerschap tot en met 28 weken na de geboorte gebeurde. Ze vertellen over angsten, zorgen en emoties gedurende de verschillende perioden, gaan in op rouwen, wensen en ervaringen.

Daarnaast staan bij die verschillende fasen informatie over lichamelijke conditie, gezonde basis, zorg, vruchtbare momenten, alternatieve circuit, moeders voor moeders, risicozwangerschappen doodsoorzaken, de bevalling, kraamtijd ouderschap, over bezorgdheid, teleurstellingen et cetera.

In het laatste hoofdstuk wordt aangegeven waar welke vrouwen geciteerd worden met enige toelichting bij hun situatie.

In 13 hoofdstukken wordt vervolgens ingegaan op:

1. Waarom? 2. Klaar voor de volgende zwangerschap? 3. Opnieuw proberen. 4.5.6. Weer zwanger: Het eerste, tweede en derde trimester. 7. De medische kant. 8. Is meten weten? 9. Bevalling en geboorte. 10. Na de geboorte van je nieuwe baby. 11. En hoe gaat het met de vader? 12. Wat kan de zorgverlener doen? 13. Getuige van een reis.

In de hoofdstukken worden informatie en citaten geordend onder blauwgrijze koppen. De citaten zelf hebben een ander lettertype, websites staan in een rode letter weergegeven en in rode kaders staan tips en informatie. De medische informatie heeft een aparte grijsblauwe bladkleur evenals de informatie van de ervaringsdeskundige en gynaecoloog samen.

Zo wil het boek een bijdrage leveren aan goede informatie die de moeder helpt bij het weer vertrouwen krijgen in haar lichaam, zichzelf en de medische zorg en de zorgverleners inzicht levert in de specifieke problematiek. Daarbij staan in het boek handreikingen voor een betere professionele begeleiding.

**Wat viel op:** De schrijfster benadrukt in de inleiding dat dit boek geen schreeuw om begrip wil zijn, maar een informatief boek waar vrouwen in een vergelijkbare situatie wat aan kunnen hebben. En dat is haar gelukt. Neemt niet weg dat egodocumenten over een dergelijke ervaring dat ook kunnen doen; ze vullen elkaar als het ware aan. Mooi vond ik de poging om de citaten van achtergrond te voorzien door de situatie waarin de vrouwen hun kind verloren en/of zwanger raakten ook op te nemen in het boek (pag. 266 e.v.). Zo komt iets meer van de context in beeld.

Goed dat dit boek, met ook technische en medische informatie er is.

**Citaten:** Pag. 15: 'Dit boek is geen werk van pathetiek. Het beoogt geen schreeuw te zijn om begrip. Mijn bedoeling is om ervaringen te delen zodat anderen hier steun aan kunnen ontlenuen.'

Pag. 48: 'Een van haar waarschuwingen was dat ik me goed moest realiseren dat ook ik een miskraam zou kunnen krijgen bij een volgende zwangerschap. Elke vrouw heeft immers een kans van 10-15 procent dat de zwangerschap eindigt in een miskraam. Het voelde zo oneerlijk dat zij mij daaraan herinnerde. Ik had voorafgaand aan de zwangerschap van Carel een miskraam gehad en vond op de een of andere manier dat ik mijn portie gehad had.'

Pag. 115: 'Een medisch begeleider mag zichzelf best afvragen of zij voldoende kennis en bagage heeft om deze bijzondere zwangerschap te begeleiden. Het eerder genoemde gedicht van Jane Warland kan ook voor de medisch begeleider een inspiratie zijn. Omdat het zo goed weergeeft dat je het als buitenstaander niet zo snel goed kunt doen.'

Pag. 171: 'Het is een uitdaging voor de gynaecoloog of verloskundige die de volgende zwangerschap begeleidt om deze angsten en zorgen te verminderen. Mijn ervaring leert dat de meerwaarde van goede zorg zit in inlevingsvermogen tonen, teruggeven van controle, en kennis van het dossier van de patiënt.'

Pag. 206: 'Kata: borstvoeding was zo heilzaam voor mij. Mijn lichaam kon één kind niet voldragen en de ander alleen met heel veel hulp. Maar dit kon ik wel, dit was iets wat wel ging, hoewel er in het begin ook hulptroepen moesten komen. Het hielp de

hechting, het hielp mijn zelfvertrouwen, en het hielp in de groei van mijn rol als moeder.'

Pag. 267: 'Twee jaar later stond, vanwege deze ingrijpende ervaring, de zwangerschap van hun tweede kind Pelle in het teken van bezorgdheid. Er was een herhalingskans op een voortijdige bevalling.'

**Recensie/extra:** Zie ook: <http://www.altijdeenkindtekort.nl/reactiesopboek.html>

Kaft: 'Sylia de Graaf en Inge Diepman auteurs van *Diep*: 'Dit boek was er niet toen wij Boaz kregen, drie jaar na de dood van onze zoon David. We weten zeker dat grasduinen in *Altijd een kind tekort* ons veel herkenning en praktische houvast zou hebben geleverd. Zeer waardevol in de stormvloed van emoties die je overvalt als een nieuw kind zich aandient na het verlies van een baby.'