J. Kouwenhoven: 'Bekkeninstabiliteit of doet u het maar even rustig aan mevrouw .' Uitgeverij contact 1995 'ISBN: 90-225-2028-5

Over de schrijfster: Judith Kouwenhoven is juriste en schreef in 2004 de roman: 'Een chuchaco in Yukon'.

Stijl: Persoonlijk verhaal (bijna dagboekachtig) over omgaan met bekkeninstabiliteit, emoties en gebeurtenissen. Introductie van Adelheid den Hollander, aan het eind staat een hoofdstukje met adviezen van hulpverleners. Chronologisch (met af en toe data) opgeschreven, leesbaar boek.

Korte samenvatting: Het boek begint bij het zwanger worden en hoe de zwangerschap verloopt. Als Judith Kouwenhoven vier maanden zwanger is krijgt ze haar de eerste klachten; pijn bij het lopen, zitten en staan, steeds maar moe zijn. Maar bij consultatie van de vroedvrouw zegt die 'Het hoort er allemaal bij'. En als de pijn erger wordt en Judith ook langs andere hulpverleners gaat, is het enige advies steeds weer: 'Doet u het maar een beetje rustig aan, mevrouw.' Ze neemt aan dat de klachten bij een zwangerschap horen en gaat zoveel mogelijk gewoon door. Maar dat valt haar wel moeilijk as ze steeds weer stralende aanstaande moeders ziet terwijl zij zoveel klachten heeft. Pas later blijkt dat ze bekkeninstabiliteit heeft die haar leven gaat bepalen vooral na de bevalling. Het boek gaat over een moeizame strijd om erkenning van klachten, over angst, onzekerheid, en een lange tijd revalideren.

Wat viel op: Dat het ook bij Judith zo lang heeft geduurd dat klachten werden herkend en serieus genomen.

Citaten: pag. 30 'Op vrijdag 18 februari, ik ben dan in de dertigste week van mijn zwangerschap, is er consternatie. Die ochtend is de pijn in mijn schaambot zo hevig dat ik niet meer kan staan.....Paul en ik zijn het erover eens: dit kan niet goed zijn. Het doet zo zeer; ik kán gewoon niet meer naar mijn werk.'
Pag. 82'-84: Het gesprek verloopt heel idioot. Ik ben al overgevoelig deze dag, maar de intakemedewerkster van de Kruisvereniging maakt het er niet beter op. In het begin is ze meelevend...Als we gaan invullen wordt het bizar. Wassen? Nou, dat kan uw man ook wel 's avonds, nietwaar? Bedden verschonen? Nou, dat kan uw man in het weekend, nietwaar?..Begrijp ik het goed dat er dan veertig uur in de week iemand bij mij op de bank komt zitten om de baby te tillen als hij huilt, maar verder niets doet, terwijl Paul dan aan het huishouden kan beginnen als hij 's avonds thuiskomt? En dat allemaal voor bijna duizend gulden in de maand? Dat heb ik goed begrepen. Zo zijn de regels....Ik ga het allemaal zelf wel doen,...
Pag. 127: 'Eens te meer ben ik me scherp bewust van het onmenselijke aspect van bekkeninstabiliteit. Het is niet de pijn die het zo erg maakt, maar het feit dat je niet voor je kind kunt zorgen. Het ergste gevoel dat ik ooit heb gehad.'

Recensie: Het is een hart onder de riem voor vrouwen die ook aan deze complicatie lijden en onmisbare lectuur voor hun partner, familieleden en al diegenen die in hun werk met zwangere vrouwen te maken hebben. Bol.com