

Anne en Michiel verwerken de dood van hun baby

Hoe ga je om met het verlies van een kind? Jermain, de zoon van Anne (30) en Michiel (34) wordt geboren met een aangeboren afwijking en overlijdt een paar dagen later. Anne en Michiel verwerken het verdriet ieder op hun eigen manier. En dat maakt dat ze elkaar bijna kwijtraken.

Anne en Michiel vormen met Annes dochters uit een eerdere relatie een leuk gezin. Ze willen dolgraag samen nog een kind, om hun geluk compleet te maken. Anne laat haar sterilisatie ongedaan maken en kort daarna raakt ze zwanger. Maar wanneer zoon Jermain wordt geboren, worden ze overvallen door een groot verdriet. Jermain heeft *anencefalie*, een aangeboren afwijking waarbij het schedeldak en de grote hersenen ontbreken. Hij sterft een paar dagen na zijn geboorte. Voor Anne en Michiel breekt een vreselijke tijd aan: ze moeten het verlies van hun kind onder ogen zien en met de verwerking beginnen. En daar beginnen de problemen: Anne doet dat door heel veel te praten over wat haar is overkomen, Michiel heeft hier veel minder behoefte aan. Vandaar dat ze niet hun echte naam willen gebruiken in dit verhaal.

Hoofdje niet intact

Tijdens de zwangerschap wijst niets erop dat het helemaal mis zal gaan. Een week na de uitgerekende datum dient de bevalling zich aan. Terwijl Anne persweeën krijgt, raakt ze in paniek; niet het hoofdje, maar de billetjes lijken eerst te komen. Verloskundige Pieta Besseling probeert haar te kalmeren en zegt dat het goed komt. Ze is nog niet uitgesproken of ze ziet wat er werkelijk aan de hand is. Het hoofdje komt wél eerst, maar is niet intact. De baby heeft geen schedeldak; Pieta had de hersenhelften aangezien voor billetjes. Anne en Michiel zijn ontzettend blij dat hun kind bijna geboren wordt, maar Pieta

beseft dat de baby snel zal sterven. “Is het een jongen of een meisje?” vragen Anne en Michiel. “Een jongen,” vertelt Pieta geëmotioneerd. “Maar hij kan niet blijven leven. De tijd die je nu met hem hebt, is de enige tijd die je met hem zult hebben.”

Verscheurd door ongeloof

“Het was vreselijk nieuws, maar om Anne en Michiel te helpen, moest ik ze meteen de waarheid vertellen,” vertelt Pieta, die behalve verloskundige ook rouwbegeleidster is, achteraf. “Vaak dringt zoiets niet echt door. Zo was het ook bij Anne. Ze vond het erg moeilijk om te zien dat Jermain er anders uitzag dan een gezonde baby. Ze was nog onder invloed van de endorfine die tijdens de bevalling vrijkwam. Endorfine werkt als een opiaat, waardoor net bevallen vrouwen dingen buiten zichzelf minder goed waarnemen.”

Pas als ze Anne nadrukkelijk wijst op het afwijkende uiterlijk van Jermain – de bolle ogen, het hoofdje dat eruitziet alsof het na de ogen ophoudt – lijkt het afschuwelijke bericht iets tot Anne door te dringen. Maar ze wil nog niet inzien dat Jermain zal sterven. “Misschien kunnen ze er iets overheen maken,” oppert ze hoopvol.

Pieta belt de kinderarts voor overleg. Ze doet dat bewust in het bijzijn van Anne en Michiel om hen met de werkelijkheid te confronteren. De arts bevestigt dat een ziekenhuisopname geen hoop biedt voor Jermain. Anne en Michiel zijn verscheurd door het ongeloof en de realiteit. Ze willen hun kind verzorgen >

door hem aan de borst te leggen, maar weten dat ze daarmee zijn lijden alleen maar verlengen. Pieta herhaalt dat er geen enkele hoop is. Michiel accepteert al snel dat ze gelijk heeft, maar voor Anne is dat moeilijk. "Het is voor ouders die een kind verliezen heel belangrijk om het verlies onder ogen te zien. Dat is een moeilijke stap, maar als ze die kunnen nemen, kunnen ze verder," zegt Pieta. Anne en Michiel schakelen daarbij haar hulp in. Ze zijn verdrietig en boos vanwege het verlies. Bovendien voelt Anne zich schuldig. Ze heeft tijdens haar zwangerschap gerookt en is bang dat ze Jermain daarmee schade heeft toegebracht.

Herinneringen aan Jermain

In de gesprekken met Pieta lopen Anne en Michiel alle gebeurtenissen keer op keer langs. Telkens stellen ze vragen. Hoe is Jermain gestorven? En waarom? Pieta helpt ze steeds opnieuw antwoorden zoeken. "Op die manier leren ze te accepteren dat het verlies werkelijkheid is." Ze helpt ze ook herinneringen te maken om het verlies van hun zoon te verwerken. "Herinneringen geven verlies een plek. Als ze die niet maken, zet de pijn zich in hen vast. Dat kan ze later belemmeren in relaties met anderen en leiden tot lichamelijke klachten." Anne en Michiel maken hand- en voetafdrukjes van Jermain en veel foto's. Ze laten een foto van Jermain verwerken in een getekend portret van het gezin. Ze sturen een aangepast geboortekaartje en nodigen familie en vrienden uit om langs te komen en Jermain vast te houden. Hun zoon wordt thuis door de pastoor gedoopt.

Pieta: "Het is belangrijk dat je wereldkundig maakt dat je ouder bent geworden van dit kind en dat anderen je als zodanig erkennen. Ouder zijn is iets fundamenteels in je identiteit en in de liefde die je met elkaar hebt. Dat kun je niet wegstoppen."

Michiel bekent dat hij liever niet over Jermain praat, om Anne's verdriet niet groter te maken

Ook de dochters van Anne (acht en dertien jaar) krijgen alle ruimte om hun broertje te leren kennen en afscheid te nemen. Ze helpen bij het wassen en aankleden, knuffelen hem.

Pieta: "Veel ouders zijn bang dat het voor kinderen te belastend is om met de dood om te gaan. Het tegendeel is waar. Kinderen kunnen hun grenzen goed aangeven. Pas als je ze buitensluit, levert het problemen op. Als de dochters van Anne Jermain niet hadden gezien, zouden ze in hun hoofd allerlei gruwelijke fantasieën over zijn uiterlijk hebben gemaakt."

Drie dagen na zijn geboorte overlijdt Jermain. Na de begrafenis moeten Anne en Michiel beginnen met het verlies van hun zoon een plek te geven. Gelukkig geven vrienden en familie hun alle ruimte om hun verhaal te blijven vertellen. Dat is uniek, volgens Pieta. "Iedereen leeft een tijdje met je mee. Maar na een paar weken vinden de meeste mensen het welletjes en gaan ze over tot de orde van de dag. Er zijn dan nog maar weinig mensen bij wie je terecht kunt."

Nu wordt ook duidelijk dat Anne en Michiel het verdriet ieder

op een eigen manier verwerken. Anne wil veel praten, Michiel rouwt meer in stilte. "Het is een klassieker," zegt Pieta. "Mannen maken aan gevoelens nooit veel woorden vuil. Ook niet als ze rouwen. Dat is voor vrouwen vaak moeilijk. Niet voor niets gaat de helft van de stellen uit elkaar na zo'n verlies. Ze kunnen elkaar bij hun verwerking niet vinden."

Anne voelt zich alleen met haar verdriet. Ze denkt zelfs dat Michiel minder pijn heeft dan zij. Ook omdat hij, denkt ze, het graf van Jermain zelden bezoekt, terwijl zij er dagelijks is. Ze neemt hem dat kwalijk. Dan ontdekt ze bij toeval dat Michiel er wel degelijk regelmatig komt en daar gesprekken met Jermain voert. Michiel bekent dat hij liever niet over Jermain praat om Anne's verdriet niet groter te maken. Dat hij het heel moeilijk vindt om haar verdrietig te zien. Die ontdekking is voor Anne een opluchting die voor haar de weg vrijmaakt om haar verdriet op een andere manier te uiten. Ze maakt een afspraak met Pieta om alleen met haar te kunnen praten, zonder Michiel. Dat is prima, volgens Pieta. "De een is niet meer of minder verdrietig dan de ander. Mensen rouwen op verschillende manieren en als rouwbegeleider verhelder je die. Zo blijven ouders met elkaar in gesprek, ondanks hun verschillende beleving. En juist dan is blijven praten zo belangrijk."

Weer zwanger

Het wordt een zware tijd voor Anne en Michiel. Ze zijn intens verdrietig en het duurt een halfjaar voordat ze uit de verdoving van de rouw komen. Langzaam pakken ze de draad van hun leven weer op. Hun kinderwens is nog steeds sterk en datzelfde jaar besluiten ze om te proberen weer zwanger te worden. Dat gaat niet vanzelf en Anne ondergaat ruim drie jaar vruchtbaarheidsbehandelingen. Ze heeft er alles voor over om nog een kind te krijgen en Michiel gaat daar een heel eind in

mee. Anne raakt vier keer zwanger. Tot hun grote verdriet gaat het steeds mis. De laatste keer overlijdt het kind na zestien weken zwangerschap. Het kind blijkt een hazenlip te hebben. En dan is het voor Michiel genoeg geweest. Hij is bang om uiteindelijk een gehandicapt kind te krijgen en wil dat de behandelingen stoppen. Anne heeft in eerste instantie veel moeite met deze beslissing. Ze wil

niets liever dan Michiel een kind geven dat blijft leven. Maar later legt ook zij zich erbij neer. Tegen Pieta zegt ze daarover: "Je blijft in cirkeltjes ronddraaien. Ik kon pas stoppen toen hij die cirkel doorbrak."

Anne en Michiel zijn inmiddels tien jaar samen en vinden dat ze door alle ervaringen sterker zijn geworden en meer met elkaar verbonden zijn geraakt. "Wat hen bij elkaar heeft gehouden, is het respect voor de keuzes van de ander," zegt Pieta. "Door de rouwbegeleiding hebben ze geleerd naar elkaar te luisteren en realiseren ze zich dat ze ingrijpende gebeurtenissen allebei op hun eigen manier verwerken. En dat dat prima is." ■

Meer info?

Pieta Besseling is verloskundige en rouwbegeleider. Ze heeft haar eigen praktijk voor rouw- en verliesverwerking: www.zonzijde.info