



## *Yippe*

Rond 9 uur word ik wakker gemaakt. “Gewoon even kijken of je al wakker bent.” Mijn vriendin is de laatste dagen steeds vroeg wakker. Slapen lukt niet echt meer met die bolle buik. En bol is ie... we zijn inmiddels 10 dagen na de uitgerkende datum, maar meneer heeft nog geen zin om naar buiten te komen.

Zoals met alles duurt wachten lang. De laatste weken zijn gevuld met bioscoop bezoek. Dat overigens aan twee kanten van het mes snijdt, want de bios, met z'n airco, geeft een goede verkoeling in deze hittegolf.

9.15 uur. Ik lig nog in bed als ze zegt dat ze denkt dat het is begonnen. Ein-de-lijk denk ik! Beter voorbereid kan ik niet zijn, dus ik ben er meteen klaar voor. Voor... voor... voor wat eigenlijk? Want het is dan wel een nieuwe fase, maar het wachten gaat gewoon door. Toch is de volgende stap psychologisch wel prettig. Het kan nu niet heel lang meer duren. We hangen de hele ochtend nog een beetje op bed en kijken afleveringen van Friends op Netflix. En terwijl Phoebe bevalt van een drieling (mijn god, het zal je gebeuren...) zit mijn lief lekker op de bevallingsbal te bouncen om de weeën op te vangen.

De vroedvrouw heeft inmiddels gecheckt en we hebben “pas” 2cm ontsluiting dus het kan nog wel effe duren.

Beetje dansen in de slaapkamer dan maar... En prompt – FLATS. Ze rent weg.... “Mijn vliezen!” roept ze vanaf de wc. (overigens vind ik vliezen een gek woord, want zover ik het begrijp is het maar 1 vlies, maar dat terzijde.) We proberen nog iets van het vocht op te vangen om naar de kleur te kijken, maar veel opvangen lukt niet meer. En terwijl ik op mijn knieën lig om het vruchtwater niet té veel in de houten vloer te laten trekken, denk ik aan de dweil te zien dat het inderdaad relatief helder vruchtwater is.

“Ziet er toch goed uit?” roept ze vanaf de wc. “Ik denk het! Misschien moeten we wel wat vaker dweilen, want er zitten allemaal stofdeeltjes in!”



We mogen naar het bevalcentrum van het OLVG. En daar begint fase 3 van het wachten. Het is inmiddels half 4 en terwijl ik het grote bad laat vollopen drijft mijn lief langzaam naar een andere wereld. Ze zit erbij als een party-ganger die op Lowlands al drie dagen niet heeft geslapen. Totaal stoned! Wow, wat die hormonen met je doen!! Maar ze doet het er goed op. Dus lekker laten. Ondertussen eet ik een boterham (met dank aan Monique van de verpleging die heel lief voor mij zorgt) en zit Sophie, de vroedvrouw naast me te breien. Af en toe roept ze vanaf de bank een adviesje richting de badkamer. Om de drie minuten word ik verzocht naar de badkamer te komen om met heel mijn gewicht op haar rug te drukken. Zij zit op handen en knieën met d'r kont naar me toe en op die manier kan ik haar helpen om de rug weeën (je weet wel – die vervelende) een beetje op te vangen.

We gaan als een speer.

Mijn lief hangt tussen de weeën door met haar hoofd op de badrand waar ik een kussen van handdoeken voor d'r heb gemaakt zodat ze even kan bijkomen. Maar op een gegeven ogenblik is er geen bijkomen meer bij. “Ja! We gaan alweer!” kreunt ze. Dus zij draait haar kont naar me toe en ik duik in mijn – inmiddels vertrouwde – houding.

Opeens is het kwart over acht. De tijd is omgevlogen. “Ik hou het niet meer, ik móet persen!” En zo geschied. Zij perst.... en ik ook.

Fase 4 is begonnen. Wee na wee vangen we op. Het zweet druipt van mijn voorhoofd... De hittegolf is er nog steeds en een kleine ruimte, gevuld met water van 38 graden, maakt het er niet makkelijker op... maar hé, ik hoef er geen kind uit te persen...

“Het doet nu wel heel zeer in mijn rug!” roept ze naar Sophie. Ze heeft een paar jaar geleden een hernia gehad en is bang dat onze zoon haar rug weer helemaal aan gruzelementen zal helpen. Maar Sophie hoeft maar te zeggen dat het lichaam dit kan of mijn lief weet zich weer over te geven. Wat een vertrouwen. Meer kracht vanuit de stem geven? Ok, ze doet het... Energie anders inzetten en je kracht gebruiken om hem naar buiten de duwen, prima! Doet ze ook. Ik ben zo verliefd, onder de indruk en trots op hoe zij dit allemaal aanpakt. En dankbaar, dankbaar dat zij het doet en dat ik “alleen maar” hoef mee te persen, want mijn god! Never ever had ik dit overleefd!



En dan zie ik hem... eerst wat haren die als zeewier deinzen in het water, een hoofd, wenkbrauwen, de ogen. En dan doet hij ze open. En omdat zij op d'r knieën zit, kijkt hij me aan. Door het water heen en met zijn mond nog in haar kijkt hij naar me, vredig en rustig. Alsof de tijd stil staat... Alsof hij zegt: "Dag pap! Jij gaat voor me zorgen hè?". Tuurlijk doe ik dat. Ik ga alles voor je doen!

En dan weer persen. Neus, mond, kin, schouders... "Pak m maar" zegt Sophie. Ze pakt m vast, brengt m langzaam boven water en daar is hij!

Alles erop en eraan. Hij huilt niet, kijkt rustig om zich heen en aanschouwt zijn moeder die hem iets onhandig vasthoudt. Ze ziet er 10 jaar jonger uit. Zo gelukkig en zo ontspannen. Alsof er in de laatste 12 uur niets is gebeurd. En hij ligt in haar armen. Ik heb een gezin.

De baby wordt even meegenomen nadat de navelstreng is doorgeknipt. Ik geloof dat ik dat heb gedaan, maar eerlijk gezegd gebeurd alles in zo'n roes dat ik het niet echt opsla om het later te herinneren. Daarbij is het natuurlijk een beetje knullige handeling. Papa mag ook nog iets doen.... Maar goed. De placenta moet er nog uit. En daarbij komt een hele hoop bloed vrij. Bloed en water, een slechte combi. Want als ze het bad uit moet lijkt het wel een scene uit een horrorfilm. Rode voetstappen op het groene linoleum. Ze mag in bed liggen, want er moet een kleine hechting in. Inmiddels is onze zoon gewogen en mag op haar borst liggen. Hij doet een eerste poging om wat te drinken.

Iedere keer als mijn lief probeert rechtop te zitten wordt het zwart voor d'r ogen. Het streven is dat ze naar de WC kan, want dan kunnen we naar huis. Maar daar komen we dus steeds niet. Want ze moet weer liggen om niet flauw te vallen. Over een half uurtje maar weer proberen. Ondertussen lig ik met mijn zoon op de bank. Hij slaapt. Ik niet. Adrenaline giert.

Na een paar pogingen rechtop zitten, komt het hoge woord eruit. Ze heeft best veel bloed verloren met de placenta. En ze moeten haar overplaatsen naar de kraamafdeling omdat ze haar daar beter in de gaten kunnen houden. Er is alleen 1 probleem. De afdeling is vol. Ze moet met de ambulance naar het VU worden gebracht.

Dus ik moet met mijn zoon, in een Maxi-Cosi, in onze auto er achteraan, want we mogen niet mee in de ambulance. Eeehm... ok... opeens is er een andere energie. De rust in de kamer is verdwenen en er moeten dingen geregeld worden. Ik moet dus de Maxi-Cosi uit de auto halen.... Ok...



Als ik terug kom heeft het ambulancepersoneel mijn lief al meegenomen. Eehm.. geen afscheid ofzo... ? De baby is ook al aangekleed en wordt in de Maxi-Cosi gehesen. Zo klein nog, hij kan er zeker 6x in.

En daar rij ik... om half 6 in de ochtend over een verlaten A10 naar het VU. Ieder bochtje voorzichtig nemend. Woest om me heen kijkend of er niet een of andere onverlaat hard aan komt rijden om mijn nieuw verworven schat iets aan te doen. Ik heb haast, ik moet naar haar toe. Ik moet langzaam rijden want ik moet hem beschermen. Haast, voorzichtig, haast, voorzichtig, weinig geslapen, voorzichtig, haast.

Bepakt met 5 tassen en een gevulde Maxi-Cosi loop ik door de eindeloze witte gangen van het VU. Als ik uiteindelijk de juiste afdeling heb gevonden ligt ze er al als een prinses bij. Moeder en kind worden meteen herenigd en we krijgen de opdracht eerst maar eens even te slapen. Daarna zal alles makkelijker zijn. Dus dat doen we. Als ze wakker wordt krijgt ze een cup-a-soup met veel zout. En dat is de sleutel. In de middag mogen we naar huis en begint fase 5: Het vaderschap.

Dus zo zal het zijn vanaf nu. Heel veel zorgen. Verantwoordelijkheid die ik nog nooit heb gevoeld. Nooit meer echte controle. Maar daartegenover, heel veel liefde. En hoewel een cup-a-soup heus niet altijd de oplossing zal zijn, helpt het soms wel om even een moment te nemen en vanuit rust de situatie te overzien.

Terwijl ik dit schrijf ligt zij op de bank. Hij op haar, met een speen in zijn mond en z'n ogen dicht. Dat is tegenwoordig al genoeg om geluk te voelen.

En dat is mijn cup-a-soup moment. Echt een momentje voor mezelf!