

Als hormonen veranderen in

HORROR- MONEN

Hormonen kunnen je verliefde vlinders bezorgen of je helemaal heppiedepeppie laten voelen, maar berg je maar als de balans verstoord is. Rachel, Leontine en Eveline vertellen hun verhaal. >



Rachel



Leontine



Eveline



Leontine Reitsma (54), samen met Erik, moeder van Merel (13), werkt als communicatiemedewerker bij een gemeente

“De hele dag had ik gedachten dat ik mijn kind iets zou aandoen”

Eén op de tien vrouwen overkomt het en toch is er gedurende de zwangerschap amper aandacht voor: een postnatale depressie. Daarom vertelt Leontine Reitsema haar verhaal. “Ik kijk nog altijd met verdriet terug op die zwartste periode uit mijn leven.”

“Ik beviel in het ziekenhuis. Het was er heel druk: er werden die dag veel kindjes geboren. Om mij na de bevalling wat rust te gunnen, werd Merel de nacht na haar geboorte op een andere kamer gelegd. Zo zou ik wat kunnen bijslapen. Toch maakte de verpleegkundige me midden in de nacht wakker: het was tijd om mijn baby te voeden. Ik weet nog dat ik mijn kindje heel vreemd vond ruiken, maar verder heb ik haar gevoed en ben toen weer gaan slapen. ’s Ochtends bleek dat ik die nacht niet mijn eigen kindje, maar dat van een ander had gevoed. Ik voelde me enorm rot. Die nacht had ik ook gedroomd over mijn moeder, met wie ik geen contact meer had. Ik droomde dat ze mijn baby van me had afgepakt. In de week die volgde verdwenen de verwarrende gevoelens niet. Ook sliep ik amper, omdat ik stijf stond van de adrenaline. Toch mocht ik na een week naar huis. De arts weet mijn klachten aan de gewone babyblues.”

Opname in inrichting

“Thuis ging het alleen maar slechter. De hele dag had ik gedachten dat ik mijn kind iets zou aandoen. Doodsbang werd ik daarvan. Na zes weken werd ik opgenomen in een psychiatrische inrichting. Gelukkig kon Erik ondertussen wel goed voor Merel zorgen. In de kliniek leerde ik dat de vreselijke gedachten die je hebt eigenlijk onderdrukte angsten zijn. Je denkt de meest afschuwelijke dingen, maar zult ze niet uitvoeren. Die wetenschap gaf me rust. Tijdens mijn herstel heb ik veel gelezen over postnatale depressie. Een van de dingen die ik las is dat in Amerika vrouwen al tijdens hun zwangerschap gescreend worden of zij een verhoogd risico lopen op een postnatale depressie. Bij een verhoogde kans krijg je een cocktail van hormonen om je eigen tekorten aan te vullen. Dat is namelijk wat er aan de hand is: doordat je alles

geeft aan je kind, heb je zelf een tekort aan alles. Tel daar het enorme slaapttekort bij door de aanmaak van extra adrenaline en wellicht onderliggende angsten en je hebt de poppen aan het dansen. Het zou mooi zijn als daar in Nederland ook al tijdens de zwangerschap aandacht aan wordt besteed.”

“’s Ochtends bleek dat ik die nacht niet mijn eigen kindje, maar dat van een ander had gevoed”

Voor het eerst liefde

“Bij mij heeft het feit dat ik een enorme perfectionist ben wellicht een rol gespeeld. Ik gaf me voor de volle honderd procent, ik wilde zo graag alles goed doen. En waarschijnlijk heeft ook de verwisseling van Merel tijdens die eerste nacht eraan bijgedragen. Dat heeft mijn angsten om te falen als moeder alleen maar aangewakkerd. Gefaald als moeder heb ik in dat eerste halfjaar zeker. Ik heb Merel weleens gevraagd wat zij daarvan vindt. Gelukkig zegt ze dat ze er niets aan overgehouden heeft, omdat haar vader zo goed voor haar gezorgd heeft. Toch kijk ik nog altijd met verdriet terug op die zwartste periode uit mijn leven. Ik was er niet voor haar en heb haar babyperiode gemist. De eerste keer dat ik liefde voor haar voelde, was ze ongeveer een half jaar. Ik weet het nog heel goed. Ik gaf haar de fles en zag hoe haar bolle wangetjes zich vulden met melk. Wauw, ik ben haar moeder, schoot door me heen. Inmiddels zijn we ruim twaalf jaar verder. Opnieuw gieren de hormonen hier door het huis, want Merel is nu een puber en ik zit midden in de overgang. Dit brengt weer allerlei nieuwe gevoelens met zich mee, van onzeker zijn en huilbuien. Maar dat is weer een heel ander verhaal.” ▶