

Borstverdriet, een troost

Alle mogelijke emoties die kunnen worden ervaren rondom borstvoeding, heb ik zo'n beetje gekend. En hoewel ik al bijna 2,5 jaar borstvoeding geef aan mijn oudste en sinds vijf maanden ook aan de jongste, hoort daar ook borstverdriet bij. Even maar, heel even en dat even deed me zeer genoeg.

Het was nacht, mijn oudste dochter Sofie was twee dagen oud en ik had vier nachten nauwelijks geslapen. Ook had ik pijn door de keizersnee die ik had ondergaan en bovenal had ik een hongerig kind. De verpleging leek geen tijd voor me te hebben. Ze renden in en uit, deden wat noodzakelijk was. Een zuster deed teveel: ze haalde Sofie bij mij uit bed terwijl ze nog aan de borst lag. Om vijf uur in de ochtend gooide ik het bijtje erbij neer. 'Ik wil een fles,' sommeerde ik. 'Je kunt ook proberen te kolven...' probeerde een verpleegster nog. 'Niks kolven, mijn kind heeft honger, HIER met die fles!' snauwde ik terug.

Toen enkele uren later mijn partner aan mijn bed verscheen, trof hij een tevreden slapende dochter en een gebroken moeder met borstverdriet. Hij liet zich niet gek maken en samen met een invoelende 17-jarige stagiaire-verpleegkundige en een doelgerichte hoofdverpleegkundige, hielp hij me besluiten om de borstvoeding toch nog een kans te geven. De fantastische lactatiekundige die 's middags thuis aan mijn eigen bed verscheen, bood me een hoopvol perspectief en hielp me vertrouwen te krijgen in mijn lichaam als voedingsbron voor mijn kind.

Na vier maanden waren de tepelkloven van de eerste week genezen, was de borstontsteking in de achtste week naar de achtergrond geschoven en de vaardigheden van Sofie dermate ontwikkeld dat zij geen massa's lucht meer inslikte door de sterke toeschietreflex bij mij. Nu het lekker liep, verdrong ik ook mijn borstverdriet naar de achtergrond. Ik ontmoette andere moeders die zelf voedde in het borstvoedingscafé, vergaarde kennis over het belang van borstvoeding en zag Sofie goed gedijen op mijn melk. Inmiddels was ik zover dat ik mijn zwangere schoonzus die niet van plan was om borstvoeding te gaan geven, in gedachte van een toekomstige criminele daad betichtte. Zij vertelde me op een dag dat ze een zwangere vrouw had gezien die rookte en dat zij dit een pijnlijk aangezicht had gevonden. Ik beschouwde haar voornemen om niet zelf te voeden van eenzelfde kaliber.

Iedereen in mijn omgeving die in de maanden die volgden zwanger was of beviel, probeerde ik – met de beste bedoelingen - te ondersteunen om hun voornemen tot een succes te laten worden. Ik leende hen boeken, verwees naar websites en gaf tips en adviezen. Hoewel ikzelf tijdens mijn eerste zwangerschap de folders die ik van de verloskundige kreeg achteloos bij het oudpapier deponeerde (borstvoeding leek mij de meest natuurlijke en logische keuze, maar als dit voor mij niet zou werken was de fles in mijn ogen een prima alternatief), was ik toch de mening toegedaan dat in de eerste plaats kennis en inzicht de moeders in spé zou helpen de borstvoeding te laten slagen.

Tot ik onlangs bij twee slimme, goed geïnformeerde vrouwen de borstvoeding in de soep zag lopen. De eerste werd na enkele dagen met een baarmoederontsteking opgenomen in het ziekenhuis, de andere sliep al voor de bevalling slecht en na de bevalling nog minder, kolfde een week lang acht keer per dag en gaf het op toen dit in totaal slechts drie druppels melk opleverde.



Ik wil hier niet uitweiden over wat er in hun specifieke gevallen wellicht al dan niet nog meer gedaan had kunnen worden om bij hen de borstvoeding toch te laten slagen. Ik weet dat beiden zeer doordrongen waren van de voordelen van borstvoeding boven flesvoeding en dat ze dan ook sterk gemotiveerd waren eraan te beginnen. In ieder geval veel gemotiveerder dan ik voor mijn eerste bevalling. Ik kan me geen voorstelling maken bij het verdriet dat zij ervoeren toen zij besloten het 'op te geven' en hoe het gevoeld moet hebben om je kind de ene na de andere fles te geven, terwijl je je had ingebeeld dat je je kindje zelf zou voeden. Eén fles heeft mijn oudste gehad toen ik de borstvoeding voor enkele uren in de wilgen hing en ik gaf 'm terwijl de tranen over mijn wangen biggelden.

Ik denk wel dat we moeten blijven nadenken hoe zoveel mogelijk vrouwen, zo lang mogelijk borstvoeding kunnen geven aan hun kinderen. In mijn ogen is er nu nog een veel te sterke nadruk op informatievoorziening. Natuurlijk is het belangrijk dat de juiste informatie beschikbaar is en is het goed dat het beeld dat kunstvoeding gelijkwaardig is aan borstvoeding, met feiten wordt tegengesproken. Ik denk alleen dat correcte informatie alleen niet afdoende is.

Een belangrijke toevoeging zijn in mijn ogen de verhalen van voedende moeders. Niet de rooskleurige varianten van hen die zich compleet identificeren met het geven van borstvoeding. Wel de echte, authentieke verhalen van de moeders die inzien dat borstvoeding geven belangrijk is, maar tegelijkertijd geen heldendaad. Die vertellen dat het geven van borstvoeding prettig kan zijn en dat het de relatie met je kind ondersteunt, maar die ook vertellen over de moeilijke, pijnlijke en uitdagende momenten en periodes en de gevoelens die hierbij komen kijken.

De laatste carnaval kwam ik door met één biertje en ik ben tot op heden aardig in mijn bewegingsvrijheid beperkt, omdat ik niet meer dan enkele uren van mijn jongste dochter Liesje verwijderd kan zijn, aangezien zij pertinent de fles weigert. Daarbij vind ik kolven – wat ik totdat Sofie negen maanden was wel heb gedaan – zo iets vreselijks dat ik niet van plan ben het nog te doen en krijgt Liesje dus kunstvoeding (als zij hopelijk binnenkort toch alsnog de fles gaat accepteren) als het een keer niet lukt om op tijd in haar nabijheid te zijn. Onlangs heb ik de voedingen van mijn oudste teruggebracht naar één per dag en ik voel me hier nog schuldig over, hoewel de meeste mensen in mijn omgeving niet eens weten dat zij überhaupt nog borstvoeding krijgt. Gelukkig niet vaak meer, maar er zijn nog steeds momenten dat ik er geen zin meer in heb. Dat ik de zorg wat meer en makkelijker wil kunnen overdragen aan anderen en weer meer ruimte wil voor mijzelf en voor mijn carrière.

Zie hier: een begin van mijn eerlijke verhaal. Ik kan heel goed begrijpen dat Karine Hoenderdos, die een aantal weken geleden haar beklag deed over het ontbreken van borstverdriet op borstvoeding.com, het borstvoedende deel van de vrouwen als een 'front' ervaart. Ook ik – die alle gedragskenmerken laat zien van een langvoedster en tandemvoedster - verzet me tegen deze groep en probeer te voorkomen dat ik er zelf onder word geschaard, onder andere door minder te praten over de voeding die de oudste nog krijgt, dan ik zou willen. Maar dit 'me niet willen identificeren met' is in de basis natuurlijk niet anders of beter als 'wel willen identificeren met'.



Wellicht moet ik een voorbeeld nemen aan Sofie (2,5 jaar), die er geen punt van maakt om alles wat ook maar enigszins een levend uiterlijk heeft aan haar borst te leggen: haar pop, een pluche Nijntje, de teddybeer. Pas bleek zelfs de tuinkabouter dorstig. Helaas heeft hij een hoge prijs moeten betalen voor deze drinkpartij: staand voeden bleek nog niet zo makkelijk en Sofie liet 'm uit haar handen glijden.

Ik bemerk dat wanneer ik wel open ben over hoe het werkelijk voor me is om borstvoeding te geven, ik me bewust word van de identificatie die ik ermee heb of juist de aversie hiertegen. Door enkel vanuit mezelf te spreken, verklein ik de kans dat ik anderen tegen me in het harnas jaag. Graag nodig ik alle borstvoedende vrouwen uit om samen met mij niet alleen hun verhaal te delen, maar ook tot zelfonderzoek over te gaan, om zo ruimte te creëren en tot begrip te komen voor moeders die flesvoeding én moeders die borstvoeding geven.

Anne van Hees

Maart 2014