



Dagboek van een kraamverzorgende

'Een levendige boel, daar houd ik van'

Manon Verbeek (41) werkte jarenlang op een postkantoor. Toen het in die branche niet meer zo goed ging, maakte ze een carrièreswitch naar de kraamzorg. Ze voelt zich er als een vis in het water. Of eigenlijk, meerdere wateren. Als kraamverzorgende komt ze namelijk bij heel veel mensen thuis. Met achter elke voordeur eigen regels, gebruiken en ook problemen. De medewerkster van kraamzorg Homecare beschrijft haar werkdag. "Eigenlijk vind ik alles even interessant!"



08.10

Ik check mijn agenda nog een keer. Vandaag twee gezinnen met kortdurende kraamzorg. Ik heb er zin in. Helaas geen eerstgeborene vandaag. Dan kun je nog echt de ouders wegwijs maken. Het geeft voldoening als je na een week met een gerust hart weggaat en weet dat ze het gaan redden. Maar nu snel op de fiets!



08.57

Ik bel aan bij het eerste gezin. Zij hebben vorige week hun tweede dochter gekregen. De kraamheer doet open. Ik zie kleine oogjes, dus het is waarschijnlijk een zware nacht geweest. De jonge moeder laten we nog even slapen. Daarom begin ik rustig met het uitruimen van de vaatwasser en de voorbereiding van het ontbijt.

09.31

Klokslag half tien is ook de moeder beneden. Er wordt eerst een luier verschoond, dan schuiven ze aan voor het ontbijt. Ik check het zorgplan om te zien of er nog iets bijzonders moet gebeuren. Alles gaat goed. Gelukkig maar. Want je komt als kraamverzorgende ook in situaties terecht waar het niet goed gaat. Sociale problemen leiden soms tot schrijnende gevallen. Van tienerouders tot kinderen die ter wereld komen in zulke erbarmelijke omstandigheden dat jeugd- en wijkzorg zich er al vanaf dag één over ontfermen. Dat grijpt me aan, dan neem ik zo'n kind het liefst mee naar huis. Helemaal heftig is de begeleiding van een gezin met een doodgeboren kindje. Ook dan verlenen wij kraamzorg, want net als elke moeder heeft de kraamvrouw dan recht op verzorging en begeleiding na haar bevalling. Je levert dan wel veel meer geestelijke ondersteuning en er is veel meer visite. Dan ben ik echt gesloopt als ik 's avonds thuiskom.

10.00

Ook het kindje krijgt nu te eten. Ik kijk nog even mee met moeder en baby. Het was worstelen in het begin, maar na een paar dagen lukt de borstvoeding. Dat gaat nu zelfs als



een speer! Daarna gaat moeder onder de douche.

Voor mij is dat het moment om wat controles uit te voeren. Ik meet temperatuur en pols en check de stand van de baarmoeder. En genezen de hechtingen wel goed? Ik noteer alles in het zorgplan. Handig voor de verloskundige, die vanmiddag komt. Na een minuut of twintig is moeder klaar voor haar bezoek.

11.12

Het bezoek is er. Ik ontvang ze natuurlijk met beschuit en muisjes. Daarna maak ik me 'onzichtbaar' en laat ze gezellig alleen. Het ideale moment om een was te draaien, op te ruimen en de lunch klaar te zetten. Ik vraag altijd of er iets speciaals is dat ik kan doen. Een tijdje geleden commandeerde de moeder: 'doe de keukenkastjes maar'. Dat moet ik dan beleefd weigeren, want zulk huishoudelijk werk valt niet onder onze werkzaamheden. We richten ons alleen op de hygiëne van moeder en kind en wat daarvoor nodig is: de wc, de badkamer, het beddengoed. Doordat alle aandacht gericht is op moeder en kind komt het soms voor dat de kraamheer zich vergeten en tekortgedaan voelt en dat vooral op jou loslaat. Dan moet je sterk in je schoenen staan. Assertiviteit en een olifanten huid zijn eigenschappen die je als kraamverzorgende goed kunt gebruiken!



12.00

Ik doe het kindje in bad, daar wordt ze heerlijk rustig van. Ook weeg ik haar en neem ik haar temperatuur op. Ze is 30 gram aangekomen dat is heel mooi! Als iedereen tevreden is, zeg ik gedag en vertrek ik naar mijn tweede afspraak. Een Marokkaans gezin, voor wie kraamzorg gesneden koek is! Het is immers al hun vijfde kind. Leuk daaraan is dat er ook wat oudere kinderen zijn die je mag bezighouden. Een levendige boel, daar houd ik van. ▶





12.25

Bij binnenkomst gaan volgens goed islamitisch gebruik meteen mijn schoenen uit. Ik krijg als vrouw geen hand van de man des huizes. Dat respecteer ik. Want elk huishouden heeft zijn eigen regels, normen en waarden. Het is altijd weer spannend wat je aan de andere kant van de voordeur aantreft en wat de week gaat brengen. Soms beland je in bijzondere situaties. Zoals in de zomer, toen ik bij een doof stel kraamverzorging verleende. Toen liep ik de hele dag met een kladblok rond. Zo leer ik wekelijks nieuwe mensen kennen en andere culturen. Ik vind het allemaal even interessant. Als het even kan, vraag ik honderduit!

13.00

Na de lunch gaan moeder en kind naar boven voor hun middagslaapje. Terwijl zij de ogen dichtdoen, pak ik de poetspullen en ga de badkamer schoonmaken. Ik vind het heerlijk dat het beroep van kraamverzorgende zo zelfstandig is. Je bent eigen baas over de werkzaamheden die je doet en de planning. Dat heeft ook een keerzijde: omdat ik 90 procent van de tijd alleen werk, heb ik weinig contact

met mijn collega's. We nemen wel vaak leerlingen met ons mee om ze de fijne kneepjes bij te brengen. Fijn dat het vak nog altijd tot de verbeelding spreekt.

14.16

De tijd vliegt! Ik realiseer me dat ik nog niet gegeten heb, dus werk snel zelf een boterham naar binnen. Dit is ook voor mij het moment om weer het zorgplan te controleren en bij te werken. Als kraamverzorgende moeten we vrij veel opschrijven voor 'zichtbare zorg'. Ik vind dat wel goed. Want zo kan iedereen, van ouder tot verloskundige tot kraamzorgbureau, nagaan wat er is gebeurd. Hoe de kraamverzorgende heeft gehandeld en wat de resultaten van de handelingen waren.

14.52

Nog voordat moeder wakker is, is het huis alweer vol met mensen. Oma is er samen met twee tantes. De mantelzorg is goed geregeld! Ik vind het heel gezellig. Het zijn attente en lieve mensen. Tijdens het suikerfeest een paar jaar terug kreeg ik van een Marokkaans gezin tassenvol met lekkernijen mee naar huis. Daar waren mijn dochters blij mee!

15.03

Nog wat schrijfwerk om de werkdag mee af te sluiten: ik geef de ouders instructies voor de nacht. Daar ben ik snel mee klaar, want deze mensen kennen het klappen van de zweep inmiddels wel. Dan zit de werkdag erop. Dit is echt het mooiste beroep van de wereld! ●

Waarachtig

Samen met een collega help ik een patiënt met hersenbeschadiging onder de douche. Omdat het zo druk is, vind ik het handig om hem ook even te laten plassen op het toilet naast de douche. Voor de patiënt zijn die twee handelingen al behoorlijk veel, dus prevelt hij: "Kalm aan, kalm aan." Als mijn collega dan ook nog snel zijn temperatuur wil opmeten met de oorthermometer, wordt het hem te veel. Bloedserius zegt hij: "Nu geen telefoon! Ik heb het veel te druk."

Renate Langedijk, Heerhugowaard

Oproep

Hebt u ook een leuke anekdote over het werk in de zorg of over gezondheid in het algemeen? Stuur haar naar redactie@izz.nl. Vermeldt u alstublieft ook uw naam en woonplaats. Meer anekdotes over de zorg vindt u op www.zorglive.nl.

