

"Toen ik voor de tweede keer zwanger raakte, ging alles in eerste instantie voor de wind. Met de baby, die we Jeroen zouden noemen, leek alles in orde. Pas in de laatste maanden voor de bevalling traden er lichte complicaties op. Ik werd aan het eind snel zwaarder, als gevolg van zwangerschapsdiabetes en kreeg bovendien last van een harde en gespannen buik. Bij mijn dochtertje Simone had ik daar geen last van gehad.

voor alles en iedereen om me heen. Achteraf bleek Jeroen een gat in zijn middenrif te hebben, waardoor zijn longen onderontwikkeld waren. Daarnaast bleek hij besmet te zijn met een streptokokbacterie. Dat is hem uiteindelijk fataal geworden, weten we nu. Samen met Lourens ben ik nog diezelfde dag naar huis gereden. Thuis hingen de nieuwjaarskaarten nog aan de muur. Die hebben we er meteen afgehaald.

een gat in je hart is geschoten. Gelukkig heeft ons dochtertje Simone voor veel afleiding gezorgd en me reden gegeven door te gaan met mijn leven. Daarnaast ben ik ook zelf op zoek gegaan naar afleiding. Zo heb ik al na drie weken mijn cursus keramiek opgepakt en ben ik na vier maanden zwangerschapsverlof weer gaan werken. Om op een andere manier met het verlies van Jeroen te kunnen omgaan, ben ik via internet op zoek gegaan naar mensen die hetzelfde hebben meegemaakt als ik. Uiteindelijk heb ik die gevonden bij de *Stichting Lieve Engeltjes*, een online lotgenotenorganisatie voor ouders en andere naasten van overleden kinderen. In de verhalen op hun website ([www.lieve-engeltjes.nl](http://www.lieve-engeltjes.nl)) herkende ik veel van mijn eigen ervaring. Dat bood me wat troost. Via hen ben ik in contact gekomen met iemand die cursussen rouwbegeleiding voor kraamverzorgsters organiseert. Tegenwoordig vertel ik daar als gastspreker over mijn ervaringen en geef ik tips. Dat geeft een goed gevoel. Zo kan ik andere ouders van een overleden kindje indirect een beetje helpen tijdens het moeilijke proces. Ik zie dat ook als een eerbetoon aan Jeroen. Als hij niet was overleden, had ik dit niet gedaan. Zo brengt onze zoon toch iets heel goeds voort. Het is nu ruim een jaar geleden. Met oud en nieuw hebben we een in memoriam-kaart verstuurd. Dat hebben we gedaan omdat we vorig jaar geen kerstkaarten en bedankkaarten hebben verstuurd. Ik wilde iedereen alsnog bedanken voor de steun die ze Lourens en mij het afgelopen jaar hebben gegeven. We hebben heel veel reacties gekregen en ook al moet je zelf door dat rouwproces heen, het geeft je toch het gevoel dat je er niet alleen voor staat. Daarnaast heb ik die kaarten verstuurd omdat ik bang was dat mensen Jeroen zouden vergeten. Dat hij dood is, vind ik al erg genoeg. Maar het mag niet zo zijn dat hij daarom maar vergeten wordt. Hij is en blijft ons tweede kindje en we blijven ook trots op hem. Ik heb gemerkt dat als je er zelf open over bent, er makkelijk over praat en duidelijk kunt maken wat je wel of niet op prijs stelt, het voor andere mensen ook makkelijker is ermee om te gaan. Lourens en ik hebben ervoor gekozen om nu nogmaals te proberen een gezond kindje te krijgen. Dat valt niet mee. Een eventuele volgende zwangerschap zal namelijk nooit meer zo zorgeloos verlopen als voorheen. Maar dat is ons het waard."

Ina (38):

## 'Ik was in shock: in plaats van geboortekaartjes, moest ik ineens een begrafenis gaan regelen'

Jeroen is uiteindelijk vijf en halve week te vroeg geboren, op 5 januari 2003. De bevalling was een stortbevalling. Ik was amper vijf minuten in het ziekenhuis of hij werd al geboren. Daarna nam de verpleegkundige hem vrijwel direct mee naar een andere kamer. Jeroen had niet eens op mijn buik gelegen, ik had hem niet eens horen huilen, laat staan dat ik hem echt goed had gezien. Nietsvermoedend zaten Lourens en ik te wachten. We dachten dat ze zijn mondje aan het uitzuigen waren, maar een kwartier later hoorden we dat ze hem aan het reanimeren waren. We hebben bijna anderhalf uur moeten wachten. Het waren de langste en angstigste minuten uit mijn leven. En toch liet ik op dat moment de gedachte niet toe dat het wel eens behoorlijk mis zou kunnen zijn. Dat was gewoon geen optie. Daar sloot ik me voor af. Ik bleef hoop houden tot het allerlaatste moment. Uiteindelijk kwam er een verpleegkundige naar ons toe, met de mededeling dat we naar hem toe konden, maar dat we er ernstig rekening mee moesten houden dat hij snel zou overlijden. Het voelde alsof ik met een moker voor mijn hoofd werd geslagen. Ik was totaal van mijn stuk; in een klap gevoelloos en apathisch

Ik viel in een bodemloze put. Van blijde verwachting en het regelen van geboortekaartjes, moest ik een begrafenis gaan regelen. De eerste drie weken na het overlijden van Jeroen verkeerde ik in een soort shocktoestand. Mijn verstand registreerde alles wel, maar mijn emoties gingen daar niet in mee. Ik denk dat je dat automatisch uit een soort zelfbescherming doet. Na drie weken heb ik dan ook een uitbarsting gekregen. Daar kon je op wachten. Ik ging compleet door het lint om een kleinigheidje. Ik heb als een dolle om me heen geslagen, met spullen gesmeten en keihard geschreeuwd. Toen Lourens me wilde kalmeren, heb ik hem zelfs geslagen. Woest was ik. Een dag later voelde ik me zo depressief dat ik zelf eigenlijk ook dood wilde. Gelukkig heb ik dat niet gedaan. Maar die gedachte was wel noodzakelijk om me uiteindelijk op mijn rouwverwerking te kunnen richten. Vanaf dat moment ben ik in een proces van ups en downs terechtgekomen. Er waren tijden dat ik me redelijk goed voelde en me daar dan weer schuldig over voelde. Maar er waren ook momenten dat ik me ronduit ellendig voelde. Dan stak dat rauwe verdriet weer de kop op, het gevoel alsof er met een kanon