

Tattoo ter herinnering aan Daan

Al een tijdje had ik in me hoofd een nieuwe tattoo te laten zetten, deze keer eentje speciaal ter nagedachtenis aan Daan. Nooit verwacht dat hij nu op me lichaam zou staan. Want op het moment dat ik zeker wist wat het moest worden was ik al weer in het traject IUI bezig. En dat is de reden waarom ik toen geen tattoo wilde laten zetten. Stel je voor dat ik hem net had laten zetten en zou ineens zwanger zijn. Ik zou het mezelf nooit vergeven als er dan iets mis zou gaan met me kindje. Na drie maanden raakte ik dan ook zwanger, dus ik dacht dat deze pas gezet zou worden nadat we een tweede kindje gekregen hadden. Maar toen kreeg ik een miskraam, ik zag mijn kans om nu dan mijn tattoo te laten zetten.

Het stond al vast dat het in Den Haag gezet zou worden. Daar heb ik mijn eerste ook laten zetten door Jolanda. Helemaal top gewoon, ze stellen je daar heel erg op je gemak wat heel fijn is. En zeker als het om zo'n gevoelige plaat gaat. Bang om daar in huilen uit te barsten of in het ergste geval een paniekaanval te krijgen. Van de week 1 juli was het dan zover. De dag ervoor had ik afgesproken met mijn vriendin Linda die woont in Zoetermeer. Heb daar dan ook een nachtje geslapen. Nou ja slapen kan je het niet noemen, heb wakker gelegen op het luchtbed in de woonkamer. Helaas moest ik ook al om 07.00 opstaan. Haar man moest naar het werk. Het luchtbed moest dan ook gelijk opgeruimd worden vanwege de vier katten die daar rondlopen.

Om 09.30 had mijn vriendin een afspraak staan voor haar werk, daarvoor werd ze gebeld op het moment dat ze op mij stond te wachten toen ik met de trein aankwam. Ik heb me dan wel even verveeld daar in het centrum. De meeste winkels waren nog dicht, ook was het veelte warm om rond te slenteren. Ben wel even de Primark in gegaan. Na haar gesprek zijn we uitgebreid

daar gaan shoppen. Daarna waren we wel erg moe van de warmte en wilde we even op een terras gaan zitten. Lekker in de schaduw. We hebben vroeg geluncht want we moesten nog op tijd van Zoetermeer naar Den Haag voor mijn afspraak. We waren wel iets te vroeg, ook liep het nog eens een uur uit. Maar eerlijk gezegd vond ik dat niet erg. Ik was zo zenuwachtig dat ik echt steken in me buik had, was er echt ziek van.

Daar werd ik al snel rustiger toen we aan de praat raakte met de medewerkster van de shop. Ze wist de reden al van het plaatje wat ik ging laten zetten. We hebben gepraat over Daan en dat voelde fijn. Toen was het zover om in de stoel plaats te nemen. Helaas merkte ik dat ik weer wat onrustig werd, het gevoel van het overlijden van Daan kwam terug. Juist omdat de plek waar hij gezet werd de plek is waar zijn koppie lag toen hij overleed. Boven mijn rechterborst. Ook had ik steeds het gevoel van dat er elk moment een ambulance langs kon rijden. Gelukkig die nachtmerrie bleef uit. Uiteindelijk werd ik zo moe van al die gedachten en de pijn die ik voelde van het tatoeëren dat ik er eigenlijk helemaal klaar mee was. Maar gelukkig hij stond erop. Ze liet me in de spiegel kijken, ik voelde tranen. Maar ze kwamen niet, zo mooi, zo dankbaar, zo trots. Mijn kleine jongen in gedachten met deze mooie baby engel.



Take a look at my life 26

Weer een week met weinig slaap, veel op de fiets weg gaan. Een heerlijke rustpuntjes. Een week vol liefde en knuffels, vele emoties. Maar eindelijk eind van de week ga ik weer langzaam wat meer slapen. Yeeh eindelijk ik krijg s,nachts ook weer rust in mijn hoofd. Nog altijd wel heel moe, maar nu ik meer ga slapen zal dat straks minder gaan worden. De zomer is

begonnen, op sommige dagen merk je dat heel sterk. Helaas verdwijnt af en toe ook dat heerlijke weer. Hopelijk gaan we toch nog een mooie zomer te gemoed. En ja eindelijk een heel weekend samen met mijn man. Dit keer geen overwerk van hem.



*Maandag in de ochtend ging ik op de fiets naar de sportschool, eigenlijk was ik al moe toen ik eraan kwam. Toch nog even 20 minuten gefietst daar en 20 minuten op de loopband gestaan. Daarna ben ik door gegaan naar het kleine paradijsje. Maar toen ik aankwam was ik zo moe en erg geprikkeld dat ik zo, n beetje gelijk doorgelopen ben naar het achterste plekje in de tuin. Niemand die je ziet, dus niemand die je lastig

valt. Nou dat gebeurt daar in huis en tuin al helemaal niet. Mijn vriendin was me dus al kwijt, uiteindelijk vond ze me om even een kopje thee te brengen. Na een tijdje was ik weer bijgekomen en dit heerlijke plekje weer verlaten. Ik besloot chocolade stukken te maken met noten en rozijnen. Echt hele pure chocolade vind je daar niet echt van. Dus ik smolt pure chocolade. En maakte er stukken van. *Dinsdag de chocolade was bedoeld voor het paradijsje, voor de mensen die daar komen. Het bleek een succes te zijn. Heel stom heb zelf niet eens geproefd ervan. *Woensdag weer even aan het werk op de kinderboerderij. Maar dat ging nogal mis. Er kwam een hele grote groep aan met verstandelijk gehandicapten mensen, ik werd daardoor geprikkeld. Dit is van een stichting waar de kinderboerderij nu mee gaat samenwerken. Dus ik zag de bui al hangen, deze mensen komen bij ons werken. Maar achteraf maakte ze er een uitje van dus niet iedereen komt er werken. Het was een groep van wel zo'n 30 mensen. En had ook al gezien dat er een meisje bij liep met het syndroom van down. Daardoor werd ik nog meer geprikkeld, ik voelde een paniekaanval opkomen. Annelies van het paradijsje heeft me via whatsapp erdoor heen geholpen. Ik was helemaal in tranen, waar dit vandaan kwam geen idee. Wat voel ik me dom als ik weer eens zo'n aanval heb gehad. Ben dan ook eerder naar huis gegaan. S,avonds maakte ik nog foto,s voor een review artikel. *Donderdag ontbijten met fruit en water. Daarna ben ik weer naar het paradijsje gegaan. Ik kreeg daar mijn sessie waar ik al eerder over vertelde. Het was een best zware emotionele dag. *Vrijdag tijd voor een yoga les, was weer een heerlijke les en het ging ook weer beter. Heb mijn lichaam weer wat meer onder controle. Toen ik thuis kwam lag er een cadeautje in de brievenbus. Zo lief en onverwachts van een oud buurvrouwtje van me. Dit boekje kreeg ik omdat ze had gelezen dat ik anderen wil helpen die in mijn situatie terecht komen. En dacht dat ik wel wat had aan dit boekje. *Zaterdag we zijn even op pad geweest om een nieuwe fietstas te kopen. Die van mij valt zowat uit elkaar. Gelukkig ik ben ook nog geslaagd ervoor. Ben dus een stukje armer geworden. We waren voor de avond uitgenodigd door vrienden om

te komen bbq-en. Dat was een erg gezellige avond. Zo gezellig dat we pas om 02.30 thuis waren. Toen zijn we dan ook maar gelijk in bed gekropen.

*Zondag Rustdag

Magic of life

Als jullie de term klein paradijsje van mij al voorbij hebt zien komen ga ik je nu iets vertellen over Annelies de eigenaresse van dit paradijsje. Ze heeft daar haar eigen praktijk [Magic of life](#) daarnaast staat haar huis open voor vrouwen met een ziek of overleden kindje. Maar daar ga ik het een andere keer over hebben. Nu eerst over wat zij doet in haar praktijk. Ze heeft sessies met mensen om alle ellende op te ruimen. [Trauma-healing](#) of terwijl opruimsessie. Na zo,n sessie moet je rustiger zijn en beter met de trauma om te gaan. Voor mij voelt het alsof ik in het diepe gegooid wordt. Ik ga deze sessie aan met haar. Dat betekend me kwetsbaar opstellen waar ik veel moeite mee heb. Deze ervaring wil ik graag ondergaan omdat het helemaal niet zo goed gaat met me. Na mijn miskraam ben ik in een zwart gat gevallen en alles rondom Daan is weer naar boven gekomen. Dit veroorzaakt onrust en paniek, waardoor ik niet slaap. Ik ben ontvangen met zoveel liefde, knuffels in overvloed is daar de normaalste zaak. Voor mij nog erg ongemakkelijk maar wel fijn. Fijn te voelen dat ik het niet meer alleen hoef te doen. Ik wordt eindelijk begrepen echt begrepen. Vechten tegen de tranen, vechten tegen de onrust, alleen maar vechten... Ik ben het zo zat, zo ongelooflijk moe. Wanneer krijg ik nu eindelijk echt mijn rust, wanneer mag ik nu eindelijk weer een sprankje hoop opvangen.

Ik neem jullie mee in de ervaring voor mijn zo,n onbekend

terrein de sessie die op het programma staat. Vertrouwen is voor mij best een groot ding, ik probeer zo goed mogelijk Annelies te vertrouwen. Durf ik dit echt aan, wat zal er gebeuren tijdens de sessie. Het beangstigd mij dat ik niet weet wat er precies gaat komen. Ook niet na dat ze vertelde dat ik zelf helemaal niks hoeft te doen. Alleen maar liggen en het op me af laten komen. Toen was het zo ver, ik ben best wel zenuwachtig als ik onderweg ben. Ook krijg ik ineens weer een paniekaanval ik kom een ambulance tegen... Ik stop even om de paniek op te vangen.

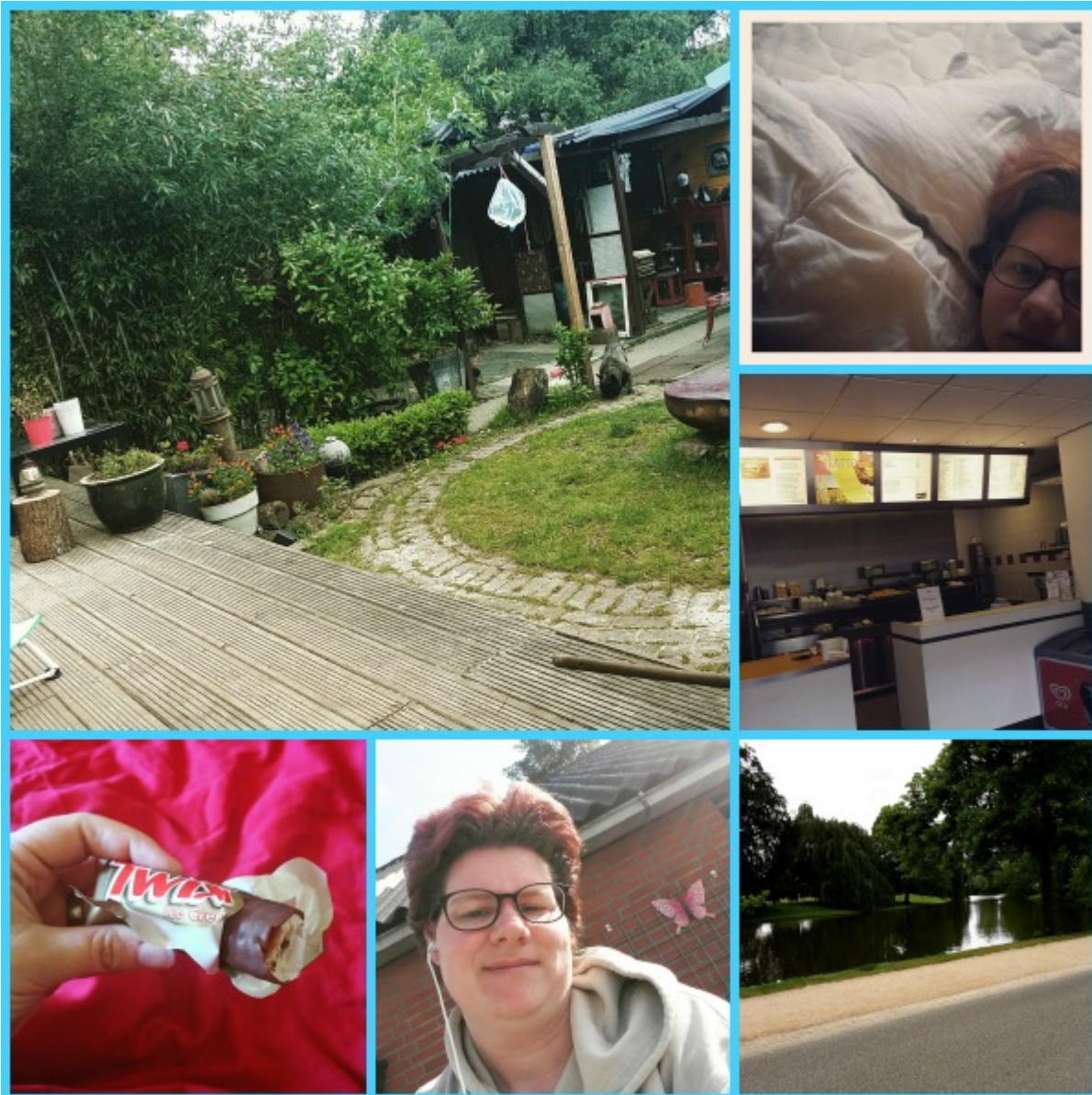
Eenmaal bij het paradijsje aangekomen heb ik eerst even in de tuin zitten praten met Annelies. Daarna nam ze me mee naar een kamer waar ik kon gaan liggen. Ze gaat naast me zitten, ik probeer me te ontspannen. Na heel eventjes lukt me dat. Er gaan wel vele gedachten door me heen maar echt storend voor me is dat niet. Wel vind ik het vreemd dat ik daar lig en er gewoon iemand naast me zit. Ik voel een lichte streling over mijn hand, ik twijfel of Annelies me aanraakt. Maar als ik het later aan haar vraag, is het antwoord nee. Op het moment is het een rare ervaring, maar als ik er even over nadenk vind ik het iets heel moois. Zou het, zou het dan echt Daan kunnen zijn die daar was... Ineens slaat de paniek in me om, ik ben weer terug bij het moment dat Daan in mijn armen ligt. Het moment dat ik dacht dat hij sliep maar eigenlijk overleed in mijn armen. Ik ben onrustig dat voel ik aan me hele lichaam. Dan hoor ik haar ineens zeggen: Debbie ik heb gezien wat er is gebeurd, uiteindelijk zegt ze als laatste laat het maar los. Ik werd weer rustig. Daarna voelde licht tranen opkomen. Nog even heeft Annelies daar nog gezeten, toen voelde ik dat ze weg liep. De tranen kwamen nu verder opgang. Daar lig je dan helemaal in tranen. Wat is er gebeurd gaat er in me hoofd om, maar niet alleen dat. Ik herhaal maar in mijn hoofd, waarom, waarom, waarom liet je me in de steek Daan. Ik droog me tranen, ik weet het zeker dit moet ik meteen op schrijven voor het weg is.

Alles wat Annelies door heeft gekregen heeft ze opgeschreven en met mij besproken, dit is iets wat ik niet met jullie ga delen. Dit is voor mij te privé

**“Tranen van een mengeling verdriet en blijdschap.
Ik voel een warmte van binnen. Alsof ik gloei,
een energiebron in mijn hart van liefde.
Daan is bij me, ik voel je lief klein draakje.”**

Take a look at my life 25

Heb aardig wat beleefd de afgelopen week. Een week met vele gesprekken op emotionele vlak. Ben weer druk bezig met verwerken van Daan. Helaas komt er dan ook bij kijken dat ik amper slaap. Als ik een paar uur in de afgelopen week geslapen heb is dat veel. Heb echt gewoon vijf nachten wakker gelegen. Mijn hoofd draait over uren. Met vele plannen, maar ook met verdrietige gedachten. Wat is het lang geleden dat ik ineens zoveel contacten op heb gedaan, nee dit keer niet online maar echt in real life. Was even vergeten hoe fijn dat kan zijn. Ik begin me iets minder eenzaam te voelen in het gevoel waar ik in zit. Om het verdriet om Daan. Ik wordt eindelijk begrepen...



*Maanda

g vandaag had ik weer de drang om naar het kleine paradijsje te gaan waar ik de zondag voor het eerst kwam. Die avond dacht ik echt nooit meer terug te gaan, zo moeilijk heb ik het ervaren. Een plek waar ik begrepen word. Een plek waar je lotgenoten kan treffen. Dit huis met mooie tuin is een plek waar de eigenaresse vrouwen opvangt die of een ziek kindje hebben of een kindje verloren hebben. Deze dag kwam ik heel anders binnen en het voelde gewoon goed. Naar deze plek ben ik al die tijd op zoek geweest.

*Dinsdag ook vandaag ben ik weer terug gegaan naar diezelfde plek. Ik was eigenlijk uitgenodigd voor een workshop, maar die ging helaas niet door. Maar het geeft niet. Ik heb een andere mama ontmoet die haar kindje verloren is en even mee zitten praten. Later die middag nog met een hele lieve vrouw gepraat

die daar de workshop zou doen. Ik merk nu echt dat ik het niet meer alleen hoef te doen. In de avond lekker op bed liggen en een ijsje eten.

*Woensdag heerlijk weer was het, en ik mocht weer aan het werk op de kinderboerderij. Maar ik heb meer genoten van in het zonnetje zitten. Ach we waren met zoveel dus waren we ook snel klaar. Mijn standaard taak is tegenwoordig de ezels veld en hok schoonmaken.

*Donderdag na lang heb ik mijn vader weer gezien, we hadden veel uit te praten. Het was fijn om even dingen uit te spreken die al heel lang dwars zitten bij me. Zelfs zijn we heel even bij Daan langs geweest, want dat had hij ook nog helemaal niet gezien.

*Vrijdag s,morgens op tijd me bed uit om naar de yoga les te gaan. Wat was het dit keer een fijne les. Helaas na de ontspanning moest ik best wel even opschieten. De les duurt tot 12.00 maar loopt altijd net even uit. Maar om 12.30 had ik een afspraak bij mijn psycholoog. Dat is op de weg terug naar huis. Heb alleen snel me spullen gepakt en me dus niet omgekleed, snel de fiets gepakt en erheen gefietst. Ik was mooi op tijd. Maar dat doe ik nooit weer erna afspreken, dan toch maar voor die tijd zoals de keren ervoor. Maar omdat ik heb gesproken over wat me is overkomen in het paradijsje zoals ik het noem, wilt ze graag dat ik daar het ga verwerken. Daar ben ik meer gebaad bij vind ze dan bij haar. Nu heeft ze me vier weken gegeven om uit te zoeken of dit echt de juiste weg is voor me. Dus pas over vier weken weer een nieuwe afspraak bij mijn psycholoog. S,avonds heb ik nog even samen met mijn man de boodschappen gedaan.

*Zaterdag man lief overwerken, zo kon ik nog even een dagje naar het paradijsje. Veel gesproken met mijn vriendin die daar voorlopig even is. Ook nog even geholpen met visitekaartjes voor haar maken en de was opvouwen. Ze is daar het hele huis aan het opruimen en schoonmaken voor de eigenaresse. Weer terug naar huis fietsen, want ben nu voor het eerst erheen geweest op de fiets. Thuis kreeg ik trek en ben ik even een lekker broodje bij de snackbar gaan halen.

*Zondag eindelijk weekend voor mijn mannetje, ook maar voor even want hij gaat de nachtdienst in. Ik heb een thuis dagje. Heb even het bed afgehaald wasjes gedraaid en opgeruimd. De slaapkamer even schoon gemaakt. En natuurlijk moest ook het bed weer opgemaakt worden.

Take a look at my life 24

Vanaf deze week ben ik weer wat meer in beweging. Weer de normale dingen oppakken, sporten en werk. Maar het gaat allemaal wel heel moeizaam. Toch geniet ik er wel weer van wat meer te doen. Het bed was ik ook wel wat zat. Toch wil ik meer doen, ik wil graag meer schrijven voor mijn boek. Maar echt eraan toe komen doe ik niet. Af en toe schrijf ik een stukje, maar als je zo moe bent lukt het schrijven gewoon niet. Best frustrerend, maar ook merk ik het dat mijn blog eronder lijdt. Ik kom niet meer op ideeën voor mijn blog, hopelijk komt dat snel weer.



De

eerste foto is eigenlijk nog van de week ervoor, zondag moest de taart op anders konden we het weg gooien. Dus er nog even van genoten na de verjaardag van mijn man.

*Maandag na een aantal weken niet in de sportschool te zijn geweest ben ik weer eens erheen gegaan. Op de fiets, eigenlijk was ik al moe toen ik eraan kwam. Maar heb toch 20 minuten nog gefietst en 20 minuten op de loopband gestaan. Ik merkte op dat de lounch veranderd was. Zag er goed uit, nog beter dan het eerst was. Thuis lekker even wat kersen gegeten, had wel even trek in iets na het sporten.

*Dinsdag had ik een afspraak staan in het ziekenhuis. Een laatste controle na de miskraam, hierna is het echt wachten tot mijn cyclus weer normaal opgang is voor ik weer terug hoef

te komen. Omdat ik zo extreem moe ben wilde ze toch nog even dat ik bloed ging laten prikken. Ze prikken dan op HB, dat hadden ze al eerder gedaan tijdens de miskraam. Toen was het in orde. Ik moest echt enorm lang wachten. Later die middag belde ze dat het iets afweek met de vorige keer, maar nog altijd niet te laag. Toch kreeg ik het advies meer ijzer binnen te krijgen.

*Woensdag ben ik weer naar de kinderboerderij geweest. Wist nog niet of ik ook echt zou gaan helpen omdat het nog altijd niet zo lekker gaat. Maar uiteindelijk heb ik heel rustig aan bij de ezels schoon gemaakt. Nog even een plaatje schieten voor het slapen gaan.

*Donderdag op aanraden vanuit het ziekenhuis heb ik roosvicee fero gekocht, wat ziet dat er als slotwater uit. Echt smakelijk is het ook niet. Dacht dat het heel zoet zou zijn, maar het viel echt vies tegen dit drankje. In de avond maakte ik wraps voor mezelf, alleen vond het wat tegenvallen. Vond hem te pittig en de salsasaus vond ik eigenlijk helemaal niet zo lekker.

*Vrijdag moest op tijd opstaan. Om half 10 had ik een afspraak staan bij mijn psycholoog. Eindelijk staan we nu op 1 lijn, nu kan ik gewoon heerlijk van me af praten over de verdrietige gebeurtenissen van de afgelopen tijd. Heb al te veel opgekropt... Daarna door gefietst naar de sportschool, na zo'n 3 weken weer naar de yoga geweest. Ik had alleen mijn lichaam totaal niet onder controle. Dit is dus nog een nasleep van mijn miskraam. Ben benieuwd wanneer het allemaal beter mag gaan. Thuis heb ik niet veel meer gedaan, lekker series op bed gekeken. Met een lekker glaasje fruitwater.

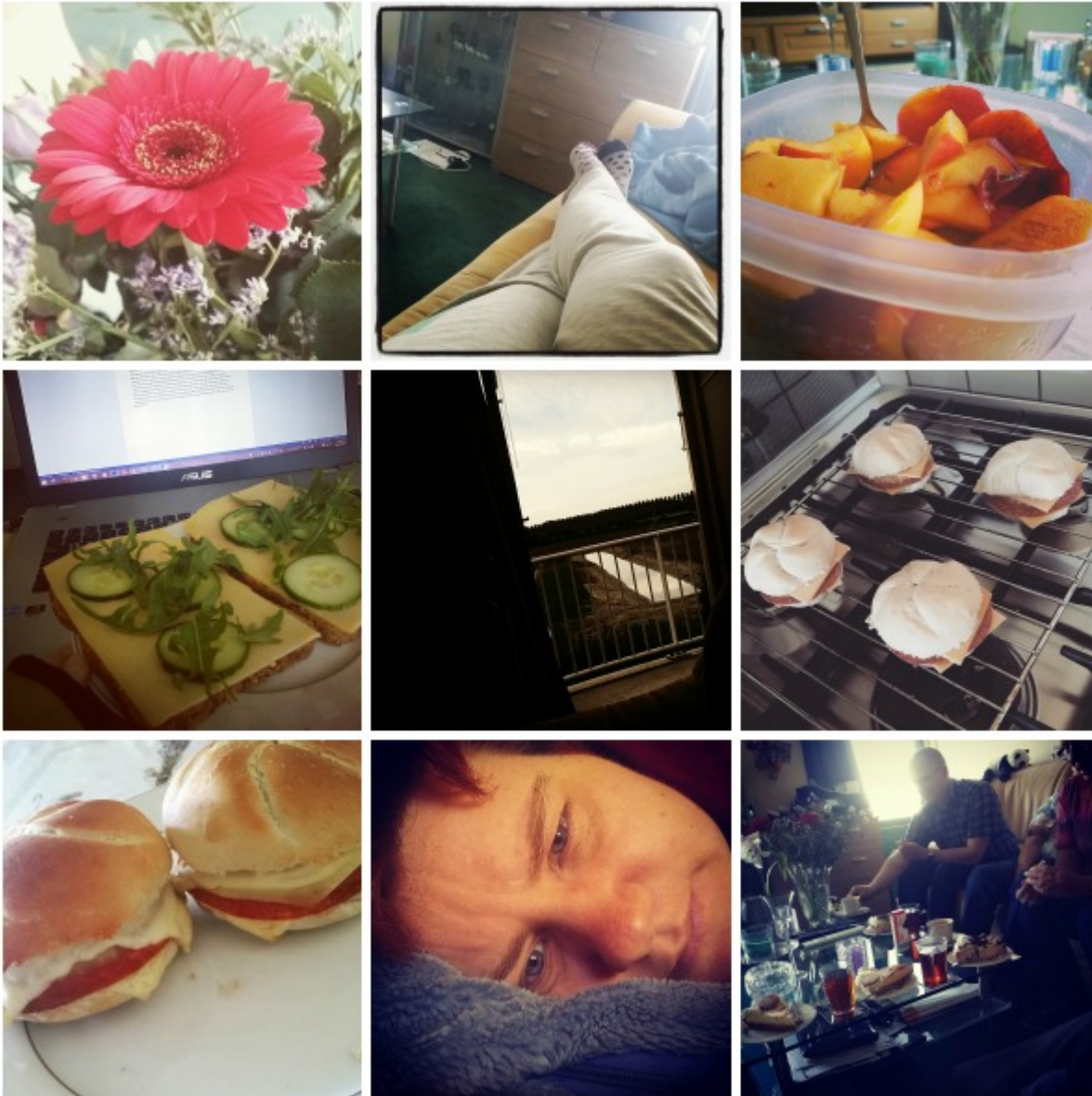
*Zaterdag in de ochtend even alleen boodschappen gedaan. Mijn man heeft de dag ervoor 2 uur extra gewerkt dus was pas s, nachts om 01.00 vrij. Ik kocht ook aardbeien zodat we ze lekker op beschuit konden eten die middag. De rest van de dag ben ik alleen geweest. Want mijn man ging overwerken en weer tot 01.00 uur.

*Zondag overdag lekker rust gehouden. S, avonds nog even weg geweest, zware emotionele avond. Verder laat ik er nog even

niks over los. Het moet bij mij ook nog even aarden.

Take a look at my life 23

Nu jullie inmiddels weten dat ik een miskraam heb gehad, snappen jullie ook waarom mijn weken nogal saai waren. De acht weken dat ik zwanger was, nou eigenlijk waren het er tussen de 10 en 11 weken dat het mis ging. Ik was extreem moe tijdens de zwangerschap, toch bleef ik in beweging maar niet zoveel als voorheen. Vanaf het moment van de miskraam (waar ik jullie uitgebreid nog over ga vertellen) was het helemaal mis. Ik was er echt heel ziek van, heel langzaam knap ik nu op. Maar heb echt een week bijna nonstop in bed gelegen. Ja en dan valt er weinig te vertellen over je weken, maak je ook weinig foto,s. Zijn je dagen dus allemaal hetzelfde. Nu kan ik er open over praten, er geen geheim meer van maken waarom ik me zo slecht voel.



*Maandag ik heb echt de hele dag op bed gelegen, natuurlijk er af en toe uit omdat ik ook moest drinken eten en plassen. Heb me maar vermaakt met series op Netflix

*Dinsdag vandaag ben ik iets langer uit bed geweest, ik maakte een foto van de bloemen die op tafel staan. Deze kregen we bij de auto die we de week eerder kochten. Ging ik even op de bank rusten. Maar ik kon niet zolang op zitten want dan kreeg ik erge pijn in me buik. Eigenwijze ik gebruikte geen paracetamol na de miskraam.

*Woensdag moest ik terug komen in het ziekenhuis voor controle. Kijken hoe het slijmvlies er nu uit ziet, of het al wat dunner is geworden. Maar aangezien ik een week lang op bed had gelegen viel het niet mee even naar het ziekenhuis alleen met de bus. Toen ik aankwam voelde ik me al niet lekker, maar

tijdens de echo ging het echt mis. Ook alle emoties kwamen los. En ze wilde me niet alleen laten gaan. Eerst mocht ik even tot rust komen in een andere kamer, kreeg ik iets voor de pijn. Toen moest ik me schoonouders bellen om me op te komen halen. Ik kreeg het advies mee om toch meer te bewegen want dan komt het meer los. Dat houdt in meer bloed pfff maar ben ik er wel sneller vanaf.

*Donderdag ondanks ik me nog altijd verzwakt voel ben ik maar even in de middag naar de winkel gelopen. Dacht al dat het de bus terug zou worden. Want al in de winkel was ik heel moe. Maar niet alleen dat ik voelde het bloed ook weer lekker stromen. Toen ik de winkel uitliep belde mijn man en vroeg me waar ik was. Hij zou me wel even komen halen want hij was toch in de buurt. Dat was wel fijn. Toch even in beweging geweest, maar dat was wel weer even genoeg.

*Vrijdag bijna de hele dag juist uit bed gebleven. Lekker een bakje fruit eten. Daarna ben ik even bezig geweest met schrijven aan mijn boek. En een boterham gegeten. Het was ook het meest prachtige weer deze dag. En tot s,avonds hebben we de balkon deur open gehad.

*Zaterdag tijd voor lekkere broodjes die de oven in gaan. En het resultaat na dat ze uit de oven kwamen. Heerlijke broodjes met kaas, ananas en salami. Na het eten wilde ik nog even slapen, want we zouden bezoek krijgen. Helaas lag ik me alleen maar te ergeren in bed. Maar uiteindelijk was ik zo moe en ben ik toch even in slaap gevallen. Ik werd een half uur voor dat het bezoek zou komen wakker. Gelukkig nog even bijkomen van het slapen. Mijn schoonouders en zwager kwamen op de bezoek omdat mijn man de volgende dag jarig is.

*Zondag de dag dat mijn man jarig is. Maar helaas was hij in de nacht niet lekker en heeft hij de nacht op de bank doorgebracht. Dat is de reden waarom we niks gedaan hebben deze dag. Zo kon hij lekker weer opknappen.

Zwanger of toch niet

Mijn man komt uit de nachtdienst, deze dag mag ik testen of ik zwanger ben. Net als bij Daan besluiten we gelijk als hij naar bed komt te testen. Wat is het weer spannend, ik doe de test en dan is het even wachten op de uitslag. De tijd is om, wat zie ik ja het is echt zo ik ben zwanger. We zien dat het waar is maar eigenlijk vinden we het ongelooflijk dat het zo is. We zijn blij verrast, maar het moet nog wel even echt binnen komen. Even weer aan het idee wennen weer zwanger te mogen zijn. Want inmiddels weten we dat het echt een geschenk is als je zwanger mag zijn. Zeker na het overlijden van Daan. Ik ben dol gelukkig, maar ook wat voorzichtig. Bang dat er iets vreselijk mis gaat. Dat is dan ook de reden waarom er een aantal mensen op de hoogte zijn van ons prille geluk.

Ik maak een afspraak in het ziekenhuis voor de eerste echo rond de achtste week. Wat duurt dat nog lang zeg, ik wil gewoon die bevestiging dat er een kloppend hartje zit. Toch zijn we samen aan het weg dromen. Zal het een jongen of een meisje worden. Ja ik weet het, het is nog zo vroeg om het daar over te hebben. Maar toch we kunnen het niet laten. Zelfs hebben we al een naam verzonnen als het dit keer een meisje zal zijn. Maar nog een lange weg te gaan voor we dat gaan weten. Ik ben moe extreem moe van de zwangerschap. Verder geen rare klachten, de eerste dagen ben ik wel heel misselijk geweest. Maar dat verdween en kwam niet meer terug. Wat heerlijk dacht ik nog, zal het dit keer een fijnere zwangerschap zijn. Toch ben ik heel bang, zelfs mijn man in bezorgd. Er kan zoveel mis gaan, de verhalen ken ik nu wel. Toch probeer ik ook gewoon te genieten.

Het is een raar idee dat ik vorig jaar op het einde liep van mijn zwangerschap en dat ik nu voor de tweede keer zwanger

ben. Ik krijg fijne en lieve reacties op mijn zwangerschap. Juist was ik bang dat mensen het te vroeg vonden. Die zullen er vast wel zijn, maar het is ons leven, onze keuze geweest. Ik heb besloten dit keer meer te genieten, maar toch de angst is steeds op de achtergrond aanwezig. Soms dringt die heel erg bij me op en ben ik heel erg bang. Een keer was ik bij de yoga en met elke beweging deed me buik pijn. Ja ik weet dat het normaal is dat alles aan het groeien is en dat daar steken van kunnen komen. Maar ik moest steeds maar huilen, zo bang dat ik hierdoor een miskraam zou krijgen. Nog even heb ik het erover met de yoga lerares. Ook zij verteld dat het geen kwaad kan. En raad me aan het nog even te blijven proberen, blijft het vervelend voelen kan je nog altijd stoppen. Ze heeft ook gelijk, in gedachten kom ik zeker gewoon weer terug. Nog altijd ben ik niet terug gegaan naar de yoga les.

Eindelijk is het zover de echo datum is in zicht. Ineens de avond voor de echo begin ik heel zenuwachtig te worden. De nacht heb ik bijna niet geslapen zo zenuwachtig was ik voor de echo. Met een duffe kop kom ik uit bed. Ik krijg een enorme pijn in me buik, nog meer zenuwen daar zat ik nou net niet op te wachten. Is dit een slecht voorteken. Zal de echo niet goed zijn. Nee hier wil ik niet over nadenken. Straks zien we gewoon een mooi kloppend hartje. Samen met mijn man gaan we naar het ziekenhuis, het is druk. Sommige blijken nogal uit te lopen. Maar de verpleegkundige gelukkig maar 10 minuten. We gaan zitten en ze vraagt hoe het met me gaat, wat voor klachten ik heb. Dan feliciteert ze ons, dat vond ik een beetje raar. Toen met Daan ging ze eerst kijken voordat ze dit zei. Ja het kan toch ook mis zijn...

Ik kleeft me uit, want het is een inwendige echo. Ze laat weten dat ze eerst even niks zal zeggen als de echo staaf in me zit. Dat ik daar niet van schrik omdat er iets mis blijkt te zijn. Daarna zal ze gaan vertellen wat ze ziet. Maar er valt niks te zien. Ik weet waar ik op moet letten. Bij Daan zag ik gelijk een stipje met een kloppend hartje. Hier was niks te bekennen.

Ze verteld dat de baarmoeder goed gegroeid is, maar dat ze geen embryo ziet. Het lijkt niet mee gegroeid te zijn zegt ze. Ik ben in paniek, en huil vreselijk. Toch wilt ze er iemand bij halen, dat doen ze altijd als ze twijfelen. Ook zij kijkt mee en ziet niks. Ze laat ook zien hoe groot het had moeten zijn en dat ze dit echt niet over het hoofd hadden kunnen zien. Ik ben echt ontroostbaar. Zwanger zijn van een leeg vruchtzakje. Wat nu...

Tui maand 3

Inmiddels zijn we al in maand 3 beland om met hormonen te spuiten. Het is al weer echt een gewoonte aan het worden. Daar gaan we weer steeds weer die controles in het ziekenhuis. En weet je wel hoe gênant het is om in die beugels te liggen. En dan hebben we het nog niet eens over steeds die eerste controle tijdens je menstruatie. Heerlijk hoor lig je daar met je benen wijd, wetend dat er een echo apparaatje naar binnen gaat. En er dan rood van het bloed weer uit komt. Maar ach alles voor het goede doel. Je zou zeggen went dat dan niet eens een keer. Nee absoluut niet, ik weet dat het voor hun gewoon werk is. Dat ze dit dagelijks zien, maar voor mij blijft het echt heel ongemakkelijk. Dat zouden jullie toch ook zo voelen!

Na een week hormonen spuiten is er weer een controle, daarna weer om de dag tot dat de eitjes groot genoeg zijn voor inseminatie. Vanaf 17 mm maken ze een afspraak voor de inseminatie. We hadden gehoopt met Pasen, had wel erg leuk geweest. Maar het liet wat langer op zich wachten. Een paar dagen na Pasen was het nog altijd even spannend. Ze was maar aan het meten, maar ze kwam niet bij die 17 mm. Maar ze vond hem er wel groot uitzien, dus ze bleef maar meten. Dacht echt

even dat wordt hem toch nog niet. Maar met de laatste meting, ja hoor 17 mm. En ze plande de afspraak in voor de volgende dag.

De dag van de 3e inseminatie ben ik echt kotsmisselijk en een erge buikpijn. Ik ben aan het werk op de kinderboerderij, maar echt lekker gaat het niet. Tot 2 keer toe spuug ik een beetje en blijf maar voorzichtig water drinken in de hoop dat de misselijkheid over gaat. Maar helaas het gebeurt niet. Met moeite neem ik toch een beetje Griekse yoghurt. Ik doe er bijna een half uur over het naar binnen te krijgen. Om 12.00 ga ik naar huis. En bedenk dat ik wel wat moet eten maar wat ik voel me nog altijd beroerd. Ik besluit de dunne crackers te eten met filet american. Dat gaat beter dan de yoghurt van eerder. Uiteindelijk maken we ons klaar om op weg te gaan naar het ziekenhuis. Mijn man geeft om 14.00 zijn potje met productie af. En hij laat mij dit keer voor het eerst alleen achter. Hij naar zijn werk en ik tot 15.30 wachten. Wachten tot de inseminatie.

Daar zit ik dan te wachten, nog altijd heel erg misselijk. Ik ga wat tekenen, moet toch ergens de tijd mee doden. Ik begin me te ergeren. Het was eerst heel rustig, maar al snel niet meer. Een heel gezin met 2 kinderen zitten in de wachtruimte. Ik voel me niet op me gemak. Het voelt even alsof ik op de kinderafdeling ben met Daan. Maar nee ik zit hier omdat we een 2e kindje willen. De tijd kruipt langzaam vooruit. Eindelijk wordt ik dan naar binnen geroepen. Het is zover, ik ontbloot de onderkant van mij en ga in de beugels liggen. Die fijne eendenbek schuift ze naar binnen, als ze hem opent voelt dat even naar. Dan brengt ze het dunne rietje naar binnen waar de zwemmertjes in zitten. Ze hoeft dit keer niet lang te zoeken om het naar binnen te krijgen. Zo snel heeft ze het nog nooit ingespoten. Nog even blijven liggen, ik kom zo terug zegt ze. Na zo'n 10 minuten komt ze terug en kan ik me aankleden. We geven elkaar de hand, in de hoop dat ik nog maar 1 keer terug hoef te komen om te controleren met een echo op een

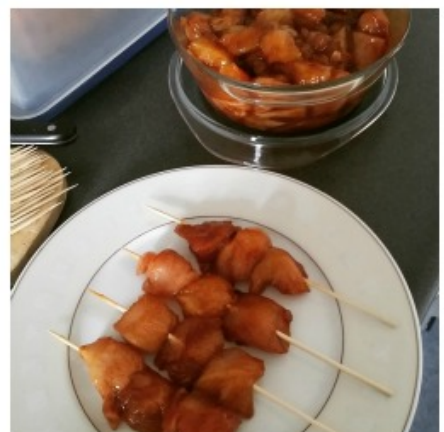
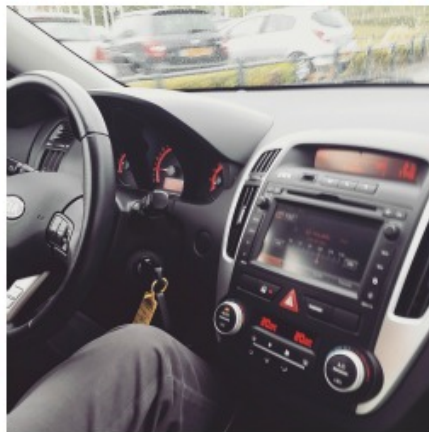
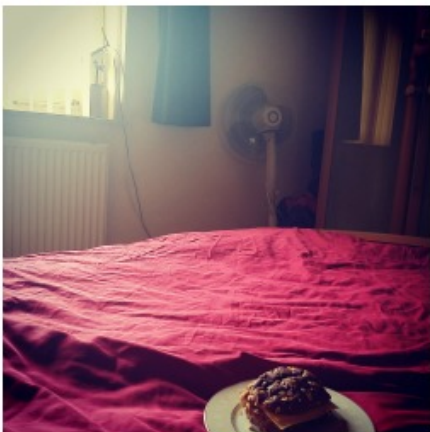
zwangerschap.

De wacht weken gaan weer in, normaal heb ik hier de grootste moeite mee. Maar ik zit met me hoofd heel ergens anders. De verjaardag van Daan komt eraan, ik maak me hier erg druk om. Zo erg dat ik er veel last van heb en geen ruimte is om over de wacht weken na te denken. Tot het einde in zicht is. De zondag voor ik mag testen begin ik al extra te controleren met plassen of er geen bloedverlies is. Ik weet het is stom, want ik moet nog helemaal niet gaan menstrueren. Ik probeer het weer wat los te laten, maar dat lukt niet goed. Eindelijk is het dinsdag, ik verwacht bij elke wc bezoek dat ik bloed vind. Ik zou toch echt vandaag moeten gaan menstrueren. Maar het blijft uit. Ik ben van slag, zou het echt zo zijn. Ben ik zwanger... Ik durf er eigenlijk niet op te hopen. Die dag voel ik me raar, eigenlijk had ik de avond daarvoor al een raar gevoel in me buik. Steekjes en een soort trekkend gevoel. S, morgens heb ik de grootste moeite een bakje fruit weg te krijgen. Ik ga afleiding zoeken. Ik zou toch al de stad in gaan. Maar het is wel een vreemde dag. Ik koop ballonnen in een feestwinkel voor de verjaardag van Daan. Ik sta gewoon te huilen in de winkel. Daarna loop ik door om een zwangerschap test te kopen. Hoe bizar kan je dag zijn. Ik koop ook nog even een klein cadeautje voor Daan, daarna ga ik weer richting huis. Ik ben moe heel erg moe en verdwijn op bed. Nog altijd heb ik geen bloedverlies gehad.

Take a look at my life 22

Deze week was het weer een week met veel het bed zien, houd het dan nooit is op. Nou ja ik moet nou eenmaal goed naar mijn lichaam luisteren dus houd ik maar mijn rust als die erom vraagt. Gelukkig zijn er af en toe leuke dingen waar ik me op

kan verheugen. Alleen de dagen op bed doorbrengen blijven wel saai, maar andere kant ik heb toch ook weinig zin om iets leuks te doen. Er zal vast wel weer een betere tijd komen. Dan ga ik weer lekker veel sporten en andere leuke dingen ondernemen.



*Maandag en Dinsdag waren geen bijzondere dagen, veel op bed tv gekeken. Eerlijk gezegd dus vrij weinig gedaan.

*Woensdag begon ik de dag met een havermout ontbijtje. Normaal zou ik aan het werk gaan maar ben niet geweest. Was even begonnen met kleuren, maar daar stopte ik al snel mee toen ik

een whatsapp kreeg. Heb toen een lang en goed gesprek gehad met iemand via de whatsapp. Daarna moest ik even naar het ziekenhuis toe, na mijn afspraak even bij de apotheek langs in het ziekenhuis. Nou dat is nooit zo, n pretje omdat je daar lang moet wachten. Maar helaas ik had geen keuze. Nadat ik me recept had ben ik meteen naar huis gegaan. Ik zou s,avonds nog een leuke meeting hebben, maar die werd afgelast. Achteraf was ik wel blij want ik was best wel heel moe.

*Donderdag, dit was mijn uitzicht voor vandaag. De hele dag in me bed gelegen omdat ik niet lekker was.

* Vrijdag kan ik jullie nog niet veel over vertellen maar dat komt binnenkort wel. Heb een heftige ochtend achter de rug, laten we het daar nu eerst maar op houden. Na dat ik de rest van de dag rust heb gehouden zijn we s,avonds nog even weg gegaan. Onze nieuwe auto opgehaald die we een week eerder kochten.

*Zaterdag Dit weekend moet ik me rustig houden dokters voorschrift. Dus dat doen we ook maar. Me lichaam had ook zeker rust nodig. Mijn man kwam thuis met stroopwafel cake, die we samen maakte. We hadden er meer van verwacht, hij smaakte gewoon naar cake. Geen stroopwafel en karamel te bekennen helaas. Maar ondanks dat wel een lekkere cake.

*Zondag Weer een heerlijke rustdag. Wel nog even een kilo kip saté maken. En even aan mijn blog gewerkt. Heb dus weer veel mijn bed gezien.

Iui maand 2

Dag 3 van me menstruatie is aan gebroken en ik heb weer een afspraak in het ziekenhuis staan. Weer ben ik op van de zenuwen. Juist omdat ik bang ben dat er gezegd wordt dat ze niet willen dat ik door ga ermee. Waarom, nou ze weten dat het eigenlijk nogal slecht met me gaat. Het is zo vreselijk dubbel

je wilt graag een 2e kindje maar je zit ook nog diep in rouw van je 1e kindje. Buiten dat ik het ook heel eng vind om weer zwanger te zijn. Dus wordt van emotie naar emotie geslingerd. Maar het houdt me op de been de gedachten dat er een 2e kindje mag komen. De vraag is alleen nog wanneer. De verpleegkundige liet gelijk weten dat ze had gelezen dat het niet zo goed met me ging. En dat ik met de eerste inseminatie flink in tranen was. Ik dacht daar komt het dan. Ze vroeg heel kalm wat ik er van dacht of ik graag gelijk door wilde gaan of het liever niet wilde. Ze zei ook nog er zijn genoeg vrouwen die er steeds een maand tussenuit gaan en daarna weer verder gaan. Dat is een mogelijkheid. Je bent nog niet zo op leeftijd dat we je dat niet aanraden. Ik kijk haar aan, ik ben vastbesloten om gewoon door te gaan. Ze weet genoeg, dus op naar poging 2. Wat een opluchting dat ze me gewoon de keuze liet maken.

Eerst wordt er weer gekeken via een echo of alles rustig is. Waarnaar ze verteld dat ik weer van start mag gaan met de hormoon Menupur. Vanaf die dag moet ik dus weer elke dag een injectie in me buik zetten. Voor een week later maak ik een nieuwe afspraak. We hadden al uitgerekend dat het weekend waarschijnlijk weer inseminatie is. Maar dit keer liep het anders. Ze ging kijken en het bleek dat er 1 eitje al aardig groot was. Ze had het over 17 mm. Nog even naar de andere kant kijken of die klein gebleven zijn. Gelukkig die zijn erg klein. Nog even kijkt ze naar het eitje die al groot is en merkt dat hij toch iets groter is dan ze eerst zag. 18 mm, waarop ze zegt nou morgen dan maar terug komen voor inseminatie. Ik sta echt versted, een halve week eerder dan normaal.

De volgende dag is het dan weer zover. Mijn 2e inseminatie. Dit keer bleven we wel in het ziekenhuis nadat me partner zijn zaad heeft ingeleverd. De eerste inseminatie zijn we even een rondje stad gaan doen. We gaan even een broodje halen bij het winkeltje en gaan buiten zitten om het op te eten. Helaas het zonnetje verdwijnt zodra we buiten gaan zitten. Toch blijven

we nog even zitten voor we weer naar binnen gaan. We lopen weer rustig naar de afdeling om daar de rest van de tijd te doden.

Eindelijk is het zover, dit keer ben ik niet zo heel zenuwachtig. Gelukkig maar geen buik pijn en geen tranen. Zelfs tijdens de inseminatie nergens last van. Even 10 minuten blijven liggen, dan kom ik zo nog even terug. Zijn er nog vragen, nee zeggen we beide. En ze laat ons alleen. Na 10 minuten komt ze terug en ik mag me aankleden. Weer vraagt ze voor we weg gaan of er nog vragen zijn. Ik doe lacherig en vraag haar wat het wordt...? Ze kijkt me lachend aan en ze zegt "Ik zie roze" Ik schiet echt in de lach. We verdwijnen uit de kamer en gaan naar huis.

Weer die vreselijke wachtweken. De eerste dagen geen probleem. Wat ben ik blij dat ik daarna een week bij me vriendin ben, geen tijd om er veel over na te denken. Heb dan ook geen probleem gehad met 5 dagen van het wachten. Dat weekend kom ik thuis en begin wel weer een beetje de zenuwen te krijgen. Iedere keer als je naar de wc gaat denk je "geen bloed gelukkig" Maar zondag zie ik s,avonds al wat spoortjes van bloed op me wc papier. Ik denk nu al... Nee dit wil ik niet. Ik begin een rot gevoel te krijgen, we gaan er al weer vanuit dat het mislukt is. Toch houd ik stiekem een klein beetje hoop. Ik weet namelijk dat dit ook kan als je wel zwanger bent. Ook de volgende dag blijft het zo door gaan steeds een beetje bloed wat ik zie bij het afvegen. Hoe gaat dit verder, zal het doorzetten of kan ik woensdag gewoon testen.

Voor mijn verstand is poging 2 mislukt, het bloeden is gaan doorzetten. Maar mijn gevoel zeg heel iets anders, ik ben me toch misselijk en een buikpijn die ik heb. Ik zeg tegen mezelf dat het de spanning is. Want heb eigenlijk al besloten om niet te gaan testen en gewoon het ziekenhuis te bellen voor poging nummer 3.