

Zes weken opname



Terugkijkend op zes weken opnamen op de MBU (moeder kind unit) vanwege mijn postpartum depressie. Zes tot acht weken zeiden ze tijdens mijn intake gesprek, en ik dacht alleen maar wat enorm kort. Terwijl ik in mijn omgeving hoorde wat lang zo'n opname. En ik merkte ook al snel aan de andere moeders die er zaten, dat ze het liefste naar huis wilde. Ja dat snapte ik wel, ik zat ook liever thuis. Maar daar voelde ik me veilig, en boven alles, Max was veilig daar. Als het met mij slecht zou gaan dan was er altijd wel iemand in de buurt die het kon overnemen. Dus ik had echt zoiets van laat mij hier maar even zitten. Voor mijn partner was het ook even goed om rust te krijgen van alle stress. Want die moest niet alleen zorg dragen voor Max, maar mij ook

opvangen. En dat breekt op, naast ook nog een volledige baan.

Wennen

Maar de eerste paar dagen moest ik echt wel heel erg wennen. Ik kan me nog goed herinneren, de eerste dag. Ik had een noteboek bij me en ging even buiten zitten. Ik dacht alleen maar even van me afschrijven. Maar er kwam een andere moeder naast me zitten, terwijl ik half huilend daar zat trok ik niet dat ze met haar telefoon aan het spelen was. De geluidjes irriteerde me op dat moment enorm. Ik deed mijn noteboek dicht en stond op, waarop ze vroeg of het wel ging. "Nee" zei ik, "maar laat me maar even" en ik liep weg. Ik ben iemand die heel erg moet wennen aan andere mensen om mij heen. Hoeveel behoefde ik er ook aan heb, maar die eerste begin ik kan het gewoon niet. Die klik vinden, contact maken. En ja dat heb ik zeker later wel gehoord, toen dit beter werd. Toen ik wel uit mijn schulp kwam. Ja ik heb altijd even nodig. En nu mis ik al die mensen om mij heen. Nee hoeft echt niet steeds mensen om mij heen te hebben. Maar daar kon ik mij terug trekken als het nodig was, en wilde ik mensen om me heen kon dat ook. Daarom moet ik thuis nog enorm wennen, en ook de dagstructuur mis ik thuis heel erg.

Dagstructuur

Daar hadden we elke week dezelfde therapieën op dezelfde dagen en tijden. Er zat gewoon structuur in de dag, behalve in Max in het begin nog niet. Omdat hij de fles kreeg wanneer hij erom vroeg. Maar daar kwam ook steeds meer verandering in. En ging hij op vaste tijden zijn flessen krijgen. Dit bracht voor mij nog meer rust mee, en voor Max is het ook prima te doen. Hij heeft er wel de leeftijd voor om vaste tijden aan te houden. Nog altijd wel om de vier uur zijn flessen, dat kreeg hij toen ook. Alleen de tijden waren steeds anders. Ik merkte ook dat zo, n dagindeling wel goed voor me was. En na een aantal weken van weinig slapen en overdag weinig rust, hielpen

ze me met nog wat meer structuur. Om echt naast de therapieën even een dagindeling te maken. Maar er rust ingepland werd. Even werkte dit, maar het rusten werkte gewoon niet. Een reden ervan was dat ik zo onrustig werd ervan om Max los te laten terwijl ik gewoon op de afdeling was. Dat ik steeds de kindjes, en vooral de mijne hoorde huilen als dit voorkwam. (ik sliep naast de kamer waar Max sliep) Maar je kindje hoor je uit duizenden, in het begin was het soms puzzelen hoor wie er nu hilde. Maar later wist je elk huiltje van de kindjes te herkennen.

Loslaten en hulp vragen

Dit waren de twee punten die het meest moeilijk waren. Het liefst deed ik alles zelf. Het begon er al mee, dat ik wist dat de nacht voor hun was. Dit hield in dat als jezelf naar bed wilde om 22.00 of zo, dan droeg je de zorg over aan de verpleegkundigen. Vanaf dat moment laat je je kind volledig los aan hun. Zij zorgen de hele nacht ervoor. Om 7.30 ging mijn wekker, want om 8.00 moesten we als groep ontbijten. Vaak hoopte ik dan dat hij de fles nog niet had gehad, want ik merkte op dat als hun s,morgens de fles deden en hij was nog in de woonkamer dat hij daar lag in zijn slaapzak. Hier kon ik zo niet tegen, dat ik gewoon wilde dat hij voor zijn fles gewassen werd en aangekleed. Daarom wilde ik het liefst s,morgens zelf doen. Maar in het begin had ik daar weinig erg in, omdat hij dan al zo vroeg was geweest dat hij al weer in bed lag. Toen was het een ander verhaal. Dus een tijdje later ging ik hem gewoon voor het ontbijt wakker maken, wat de verpleegkundige soms ook niet waardeerde. Omdat ik hem echt wakker maakte en eigenlijk gewoon tijdens het ontbijt zijn fles deed. En wanneer het dus even teveel was moest iemand het overnemen, ja tijdens het ontbijt. Dit was natuurlijk geen probleem als hij uit zichzelf kwam. Maar dit had echt te maken dat ik sommige dingen gewoon niet kon loslaten. En ja dan het hulp vragen. Daar blijf ik echt slecht in, ik vind dat ik gewoon alles zelf moet kunnen. En dat hoeft natuurlijk

helemaal niet. De eerste keer dat ik echt hulp vroeg, werd me ook gezegd "ik heb liever dat je het nu zelf doet" wel een hele uitleg erbij, maar dat hoorde ik al niet meer want ik voelde mij al afgewezen. Daarna werd hulp vragen een nog groter ding. En deed ik het dus niet meer. Tot er op gemerkt werd dat ik wel heel erg op mijn tenen aan het lopen ben, werd er steeds gevraagd zullen we er even bij blijven als je hem gaat verschonen, of als je de fles doet. Waarop ik zei, "ja mag wel" Eigenlijk mocht ik dit ook niet alleen. Maar ik vroeg er nooit naar. Tot ik merkte dat het me af en toe echt teveel werd en er niemand bij me zat. Dan ga ik door en stop niet om even hulp te vragen. Vanaf dat moment ben ik gaan vragen als ik echt heel moe was, dat er even iemand bij kwam zitten. Zodat ik makkelijker aankon geven of iemand het moest overnemen.

Nu thuis is het hulp vragen nog steeds een probleem, het loslaten was al geen probleem bij mijn partner. Maar dit kan ik nu ook makkelijker bij anderen. Geen probleem als hij naar opa en oma gaat, en ook geen probleem als hij naar de kinderdagopvang gaat. Maar hulp vragen, mag ik nog altijd beter gaan doen.



Wat heeft het mij gebracht

Ik ben veel rustiger geworden, in mijn hoofd maar ook zeker naar Max toe. Ik heb niet meer dat ik het vreselijk vind hem de fles te geven. Ik heb niet meer dat als ik hem de fles geef, dat hij hem snel moet leeg drinken want ik moet nog dit, ik moet nog dat.... Dit had ik altijd maar in mijn hoofd. Nu niet meer, het is nu echt een momentje voor ons samen. Zelfs even een rustmomentje voor mij. Heerlijk even genieten van hem. Ook ben ik rustiger naar hem toe in mijn handelingen, heel soms als het echt even niet goed gaat met mij kan ik nog weleens te snel voor hem zijn even prikkelbaar reageren op hem of wat minder aandacht/spelen met hem. Maar die momenten zijn zo weinig geworden na de opname. Hierdoor is het genieten volop de voorgrond komen te staan. En me niet meer zo vasthouden aan wat ik allemaal nog moet als ik met hem bezig ben.

Ik ben dus heel blij dat ik heel hard heb geroepen dat ik opgenomen wilde worden. En nu achteraf die zes weken waren genoeg, want ze zeiden steeds ook hoe langer je van thuis wegblijft hoe moeilijker het weer wordt om terug thuis te komen. En nu drie weken later, ben ik nog aan het wennen. Dus ja het was goed zo.

Update klompvoetjes

Sinds dat Max gipsvrij is gaat het niet helemaal zo fijn ermee. De gips periode was al best moeizaam. Maar nu dat hij zijn brace heeft is het eigenlijk flink ellende nog. We hopen toch echt dat hij snel nu gaat wennen aan dat ding. Want het is echt noodzakelijk voor hem.

Na het laatste gipsverband krijgt je kindje een voet-abductie

brace die de voeten in de juiste positie houdt. Beide voeten zitten met schoentjes vast op een metalen strip. Dit is ook het geval als je kind maar één klompvoet heeft.

De voetjes worden ongeveer op schouderbreedte geplaatst en de voetjes worden naar buiten gedraaid (70 graden abductie). Als er sprake is van één klompvoetje, dan wordt de 'normale' voet een klein beetje naar buiten gedraaid (40 graden abductie). Verder staat de brace standaard ook afgesteld in 15 graden dorsaalflexie (tenen iets naar boven gericht).

De eerste 3 maanden draagt je kind deze brace dag en nacht. (23 uur) Daarna alleen nog tijdens het slapen 's nachts en overdag (ongeveer 14 uur per etmaal). Deze brace wordt gedragen tot de vierde verjaardag. Doordat je kind groeit, zal het geregeld nieuwe brace-schoentjes krijgen; deze bestelt het ziekenhuis speciaal voor jouw kind.

De eerste ontmoeting met brace

De dag dat hij de brace kreeg werd ik niet heel geweldig geholpen. Hij deed zijn schoentjes aan bij Max en klikte de beugel erop. Dit liet hij me alleen zien hoe het werkte en verder geen verdere uitleg. Ik dacht er nog aardig licht over, Want dit hadden we toch ook met Daan mee gemaakt. Dus dit moest wel goed komen. Maar dat ging even helemaal anders dan verwacht. Dat hij eraan moest wennen ja oke, maar dat het echt krijsen werd hadden we zeker niet verwacht. De dag erna kwam ik er achter dat er iets niet klopte met de brace. Ik was zelf een dag weg zonder Max en zijn papa had de brace even af gehad en weer later aan gedaan. Die avond zag ik dat hij heel anders aan was dan toen ik uit het ziekenhuis kwam. Dit klopte niet, foto erbij gehaald van Daan en die stond ook zoals zijn papa hem nu bij Max aan had gedaan. Dus in het ziekenhuis was er iets niet goed gegaan. Inmiddels zagen we dat zijn ene been helemaal rood, warm en opgezwollen was. En hij had echt veel pijn. Het bleek dat de beste man zijn voetjes de hele andere kant op heeft gezet. Met zijn teentjes naar achteren in plaats naar voren. Ja dan krijg je wel pijn. Zo heeft hij er wel 24

uur in gezeten. Ik ben echt zo boos dat hij zo'n grote fout heeft gemaakt, want hierdoor hebben we alleen maar meer ellende. Inmiddels heb ik een klacht ingediend, waar ik nog wat van zou gaan horen. Ook degene die er normaal altijd is, vroeg zelf de foto die we hadden gemaakt hoe hij voor het eerst is aangedaan. Ik hoop echt dat de man die het zo verkeerd heeft gedaan een flink standje gaat krijgen. Van mij hoeft hij niet meer terug te komen. Hij blijft voortaan uit de buurt van ons kind, dat weet ik wel zeker. De eerste ontmoeting met brace



Zo

hoort het dus niet te zitten

Wennen aan de brace

Nou het wennen eraan is een regelrechte ramp. Inmiddels heeft hij hem bijna twee weken, en nog altijd pikt hij het niet. De

schoentjes heeft hij wel gewoon dagelijks aan, maar de beugel er tussen zetten is echt vreselijk. Het is gewoon echt schreeuwen als dat ding er tussen zit, niet om aan te horen. En zo zielig voor het kleine mannetje. Maar helaas hij moet eraan gaan wennen. Alleen we hebben nu al van alles geprobeerd en zie het echt niet gebeuren. We zijn inmiddels al vaak terug naar het ziekenhuis geweest, zelf een keer op de spoed om er toch een orthopeed naar zijn voetjes te laten kijken. We zijn maar bang steeds dat er iets mis is, maar blijkbaar is het echt puur dat hij er niet aan kan wennen. Dus nu was de oplossing van orthin om het rustiger op te bouwen. De brace moet in 70 graden gaan staan, maar heeft hem nu naar 30 graden gezet om hem steeds een stukje verder te zetten. Nou in het ziekenhuis leek hij het te accepteren. Maar toen we thuis waren was het alweer heel veel huilen. Echt we weten het gewoon niet meer, hoe moeten we hem laten wennen aan iets waar hij alleen maar door gaat huilen. Kan hem moeilijk de hele dag laten huilen. Dit gaat door merg en been, en zo zielig voor hem. Ik snap echt dat hij het niet wilt omdat zijn bewegingsruimte echt beperkt wordt gemaakt erdoor. En hij is zo beweeglijk jochie. Maar het kan niet anders, de brace is er wel voor zijn toekomst. Voor nu is hij dus weer er tussenuit gehaald door ons, en alleen zijn schoentjes aan. Ze moeten maar met een andere oplossing komen. Want dit gaan wij en Max niet trekken.

Max heeft klompvoetjes

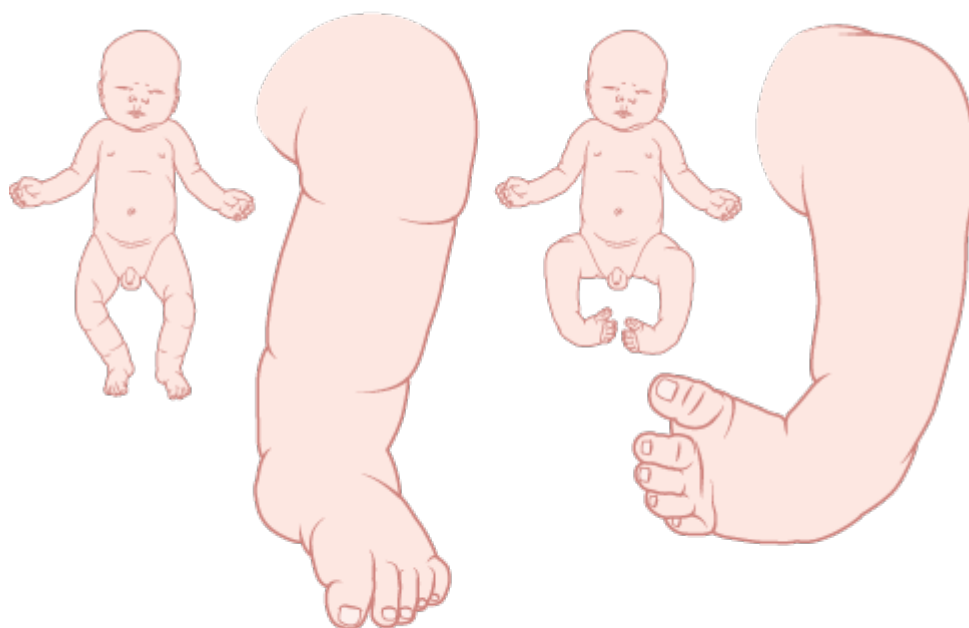
Max heeft net als zijn grote broer Daan klompvoetjes. Dus van te voren wisten we al welk traject we in zouden gaan. Hier was ik in het begin echt heel boos over dat het weer ook bij ons tweede kindje zou zijn. Maar eigenlijk ben ik gewoon heel blij dat hij verder gezond is. Toch is deze afwijking best naar,

omdat de behandeling erg intensief is. Vooral voor mij als moeder, aangezien ik elke week in het ziekenhuis met hem zit. En de meeste afspraken doe ik alleen, zonder mijn partner omdat hij gewoon aan het werk is.

Wat is een klompvoet?

Klompvoeten (pes equinovarus of talipes equinovarus) zijn voeten die normaal ontwikkeld zijn, maar waarbij de stand van de voeten afwijkend is. De naam klompvoet is afgeleid van de Engelse term 'club foot'. Een klompvoet lijkt op het blad van een golfclub. Het voetje van het kind staat naar binnen. Ongeveer de helft van de kinderen die geboren worden met klompvoetjes heeft maar één klompvoetje. Er worden ook kinderen geboren met twee klompvoetjes (bilateral talipes equinovarus). Waaronder onze zoon Max dus.

De afwijking van een klompvoet begint al onder de knie, de ontwikkelde spieren en pezen zijn in het onderbeen anders dan wanneer er geen sprake is van een klompvoet. Daarnaast zijn de botten in de voet vaak veranderd van vorm. Vooral bij het sprongbeen wordt vaak een afwijking gezien.



normaal voetje

klompvoetje

Hoe gaat het met Max zijn voetjes

In eerste instantie ging de behandeling best wel goed. Er werd verteld dat 1 van de voetjes iets wat stug is, dat houd in wat lastiger met behandelen. Maar zeker niet onmogelijk. Het is vijf weken prima verlopen met het gips en je zag echt prachtig de verandering in stand van zijn voetjes. Alleen omdat het toch wat stug is, wilde ze nog twee weken extra gipsen. Wat natuurlijk niet leuk is, maar wel beter voor het resultaat. Maar helaas toen ging het mis, het zesde gips viel er een dag na het gipsen er ineens van af. (aan een kant) Ik belde het ziekenhuis om het te melden en ze wilde dat ik diezelfde dag terug kwam nog. Ondertussen viel de andere kant er ook af. En Max had aan beide kanten allemaal blauwe plekken op zijn voetjes. In het ziekenhuis vertelde ze me dat ze toch even rust wilde inlassen vanwege de blauwe plekken. Dus het mocht er die week niet meer omheen.

Ik baalde ervan, want zo ging het alleen maar langer duren de behandeling. Maar dacht laat ik dan maar even genieten van dat er geen gips omheen zit. De dinsdag erna weer terug naar het ziekenhuis en het gips werd er weer omheen gezet. Ze had nu een streep met pen in het gips gezet tot waar de teentjes stonden. Zo kon ik makkelijk zien of hij zijn voetjes terug trekt erin. En ja hoor die avond zag ik al dat hij alweer wat terug getrokken was. Dus ik zag het alweer gebeuren. Maar in de avond kan je niet bellen en kan er dus niets aan gedaan worden. Ja en wat zouden ze dan moeten doen...? De volgende dag lag het er dus alweer af en ik belde het ziekenhuis. Ze wilde gewoon weer dat ik kwam om het erop nieuw omheen te laten doen. Waar ik het niet mee eens was. Want wat heeft het voor zin, elke dag naar het ziekenhuis omdat het 1 dagje houd. Nee dank je... Dus er werd overlegd met de arts, en het moest er maar weer eraf blijven tot de volgende afspraak. Dus inmiddels sinds woensdag zit hij weer volledig zonder gips. En wat er nu verder gaat gebeuren, geen idee. Ik heb momenteel niet het vertrouwen in de manier van het gipsen, ben echt bang dat het

zo nooit gaat lukken. Ik heb dan maar de vraag neergelegd of er geen overleg kan zijn met een andere arts. Daar hoop ik snel nog een antwoord op te krijgen of onze arts daar open voor staat. Want misschien willen ze dinsdag de achillespezen gaan door klieven (waar het echt nog te vroeg voor is, omdat zijn voetjes niet in de goede stand staan) of gewoon weer gipsen met het risico dat het de volgende dag er weer af ligt.

We zijn dus eigenlijk helemaal terug bij af met zijn voetjes, want die zijn weer bijna terug in de stand waarin ze stonden bij geboorte.



Hoe is mama eronder

Het maakt mij zo verdrietig als ik zijn voetjes zo zie en dat we niets zijn opgeschoten. Ik baal echt flink en het maakt me echt heel boos dat we gewoon niet onbezorgd kunnen genieten van de kleine. Dat er gewoon weer grote zorgen zijn. Hij is dan wel gezond, maar als zijn voetjes niet in orde komen zal hij nooit kunnen lopen. En dit maakt me echt grote zorgen. Ik wil ook helemaal niet dat hij de operatie krijgt, want als ze gewoon goed zouden gipsen naar mijn idee is die operatie helemaal niet nodig. Ik ben dus druk in mijn hoofd hiermee bezig, en er speelt al zoveel in mijn hoofd. Ik wou dat het gewoon niet waar was dat er iets met zijn voetjes is. Maar dit is echt onmacht en zelf kan ik er helemaal niets aan doen. Het liefst ga ik naar een andere arts, maar de afstanden zijn daar te ver weg voor dat het gewoon niet mogelijk is om te doen.

Mama is er dus niet zo heel goed onder met deze zorgen.
Hopelijk komt het allemaal goed met zijn voetjes.