

Zwangerschap dagboek ~Week 19~

Vandaag is echt een mijlpaal, ik heb de 20 weken gehaald van mijn zwangerschap. Eerlijk gezegd had ik dit nooit meer verwacht. Er is echt een moment geweest dat ik dacht dat er nooit meer een tweede kindje zou komen. Dat het gewoon niet voor ons was weg gelegd om een "echt" gezin te zijn. Maar gelukkig groeide het vertrouwen in deze zwangerschap steeds een stukje meer. Het volste vertrouwen heb ik in dit kindje in mijn buik. Ondanks er angsten zijn, maar dat heeft niets met dit kindje te maken. Maar puur door de ervaring met Daan. Ik voel dat het goed zit met dit kindje en hoop dat ik meer rust kan vinden in de angsten die er wel zijn. Ik geniet intens, maar als ik denk aan de 20 weken echo of aan de bevalling kan ik de paniek in mijn lichaam voelen. Dit is ook de reden waarom ik afgelopen vrijdag nog een sessie heb gedaan bij Mirre. De onrust werd steeds erger nu de 20 weken echo echt heel dichtbij komt. Dinsdag is het zover, en wil er graag in rust daar in gaan.

Klachten

Ik had het vorige week er al even over dat er een vermoedde was op een blaasontsteking, nou dat bleek dus echt zo te zijn. Het duurde erg lang voor ik eindelijk medicatie kreeg, nu hopen dat het snel de goede kant op gaat. Want ik merk juist dat ik me er steeds rotter door ga voelen. Heb steeds enorme buikpijn en steken in mijn schaamstreek. Zal blij zijn als dit over zou zijn. Verder begon ik ineens misselijk te worden en kreeg ik last van brandend maagzuur. Hopelijk is dit iets tijdelijks en niet tot aan het einde van de zwangerschap. En toch voelt het alsof ik nog geluk heb dat ik het nu pas heb. Bij Daan begon het al heel vroeg in de zwangerschap en kon ik ook niet volledig plat liggen in bed. Slapen is ook nog altijd

een vervelend iets. Ik slaap gewoon echt niet. Ben de hele nacht aan het draaien omdat ik gewoon niet lekker lig. Alles doet me pijn en daar erger ik me heel erg aan. Pas in de ochtend wordt ik vaak wat rustiger en val ik dan in slaap.

Energie opbouwen

Omdat ik echt zo'n slechte conditie heb sinds ik zwanger ben en weer volledig thuis zit (op de 2 uurtjes werken na dan) Ik heb pijn en ben moe, waardoor ik nergens echt zin in heb. Het is niet alleen lichamelijk moe het is meer emotionele moeheid. Ben natuurlijk heel hard aan mezelf aan het werken waar echt heel veel emotie bij komt kijken. En emotie kan zo vreselijk slopend zijn. Alles wat bij Mirre gebeurt sloopt me echt gigantische. Dan zal je zeggen waarom dan toch doorgaan in de zwangerschap, denk nu gewoon echt daaraan. Maar dat doe ik, alles wat ik nu opruim is voor mij, mijn partner en mijn kindje van belang. Die dingen hoeft mijn kindje dan niet mee te dragen, want die pikt automatische gevoelens van mij op. Alleen door dat ik dus zo weinig energie heb wordt er zorgen gemaakt of ik de bevalling wel aankan, daardoor twijfel ik zelf nu ook wel. Dus ben ik samen met mijn partner de stap gaan zetten om meer te gaan wandelen. Probeer elke dag een half uur te wandelen. Ja soms zitten er dagen tussen dat het even niet gebeurt. Maar waar ik in het begin na 10 minuten al bekaf was, merk ik dat ik toch nu al na twee weken sterker wordt. Ik krijg meer energie van het buiten zijn en echt door het wandelen wordt die extreme moeheid toch verminderd. Nu het nog volhouden, want ik wil vol vertrouwen de zwangerschap verder in gaan en vol vertrouwen de bevalling aangaan.

