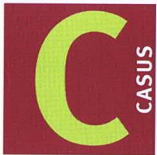




In deze rubriek komt telkens een complicatie aan de orde die in het kraambed kan optreden. KraamSupport raadt je aan altijd de verloskundige of huisarts in te lichten en te overleggen over de gewenste behandeling.

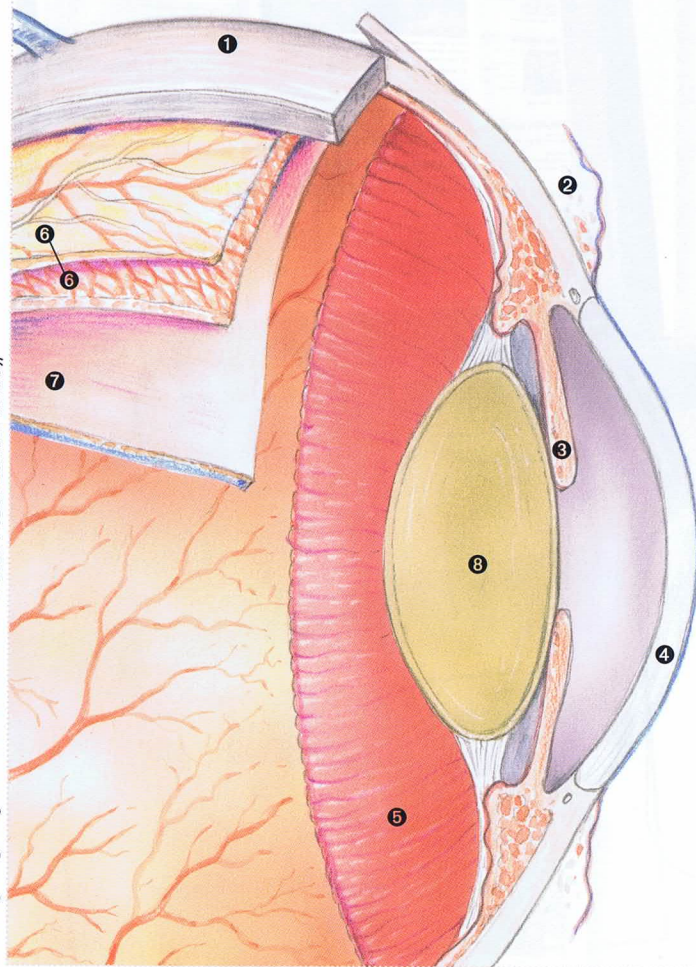
Kramen bij een blinde kraamvrouw



Marianne, een 44-jarige blinde moeder van drie kinderen van 17, 15 en 10 jaar, verzocht achttien jaar geleden het kraambureau om een oudere, zeer ervaren kraamverzorgende te sturen. Ook vroeg ze om extra kraamuren omdat ze bang was dat er iets niet goed zou gaan. 'Ik wilde geen kraamverzorgende die net in het vak zat, maar wat gebeurde er? We kregen een 19-jarige kraamverzorgende waarvoor wij het derde gezin waren. Achteraf een geluk dat we juist haar kregen. Ze had

ervaring met handicaps want ze was opgegroeid met een gehandicapt broertje.' Tijdens de bevalling werd weinig aandacht besteed aan haar visuele handicap. 'De geboorte van je kind is de gebeurtenis van de eeuw. Mijn handicap stond daar buiten. Het is ook geen geschikt moment om met de kraamverzorgende uit te weiden over je blindheid. Dat moet zij ook begrijpen. Je verkeert in een andere emotionele toestand en het hangt van de kraamvrouw af of zij zin heeft om erover te vertellen. Overleg met de kraamvrouw wat ze wil en wat ze juist niet wil. Niets is zo vervelend als iemand die gaat inschatten wat jij wel of niet kunt omdat je niet kunt zien.'

Cataract (Staar)



Normale lens

1. Sclera (harde oogvlies)
2. Bindvlies
3. Iris
4. Cornea
5. Corpus ciliare
6. Choroidea (Vaatvlies)
7. Retina (Netvlies)
8. Troebele lens (Staar)

Nederland telt tussen de 260.000 en 300.000 blinde en slechtziende mensen. De Wereldgezondheidsorganisatie WHO verwacht dat in 2020 het aantal Nederlandse blinden en slechtzienden boven de 400.000 uitkomt en startte met andere organisaties het project Vision 2020 om dat aantal af te laten nemen.

OORZAAK

Wereldwijd is cataract de belangrijkste oorzaak van blindheid en slechtziendheid. In Nederland is dat echter niet het geval omdat de meeste patiënten tijdig geopereerd worden. Bij cataract worden eiwitten in de ooglenzen afgebroken waardoor onvoldoende licht het netvlies bereikt. De bekendste vorm van cataract is ouderdomsstaar, maar het kan ook bij een baby ontstaan als een moeder tijdens haar zwangerschap rodehond heeft gehad. Cataract verloopt heel geleidelijk en kan in één of beide ogen voorkomen. Ook retinitis pigmentosa (RP) is een grote veroorzaker van blindheid en slechtziendheid. Deze erfelijke aandoening die bij één op de 3500 Nederlanders voorkomt, kenmerkt zich door pigmentophopingen in het netvlies. Nachtblindheid en het niet meer goed vanuit de ooghoeken zien, zijn enkele signalen. Een succesvolle behandeling is nog niet mogelijk. Wel lijken bescherming tegen licht, vitamine A en E en visolie het ziekteproces te remmen.

Maculadegeneratie (MD) komt ook veel voor en wordt ook wel slijtage van het netvlies genoemd. Bij MD neemt de gezichtsscherpte af omdat de macula lutea, ofwel het centrale deel van het netvlies, achteruitgaat of zelfs afsterft. Meestal



Leontien de Kruijf

Medewerker bij de Ooglijn

'Blinde (aanstaande) moeders bellen meestal met praktische vragen over bijvoorbeeld een kraampakket', vertelt Leontien de Kruijf, medewerker bij de Ooglijn, een advies- en informatielijn voor blinden en slechtzienden. 'Ik raad ze altijd aan geen veiligheidsspelden te gebruiken. Dat is sowieso eng maar

'Schildertape is veiliger dan een veiligheidsspeld en superhandig.'

voor blinden of slechtzienden nog enger. Ik raad ze aan om schildertape te gebruiken. Dat is veel goedkoper en superhandig. Luiers, hemdjes, overslag-hemdjes, alles zet je ermee vast. Niemand die het ziet en het scheelt heel wat gefriemel met knoopjes. Ook adviseer ik ze om meerdere broekjes of mail-lotjes in dezelfde kleur te kopen, bijvoorbeeld donkerblauw. Dat past bij bijna alles.

De beste houding voor borstvoeding is voor de meeste blinde vrouwen de rugbystand, zodat ze één hand vrij hebben. Mocht een blinde kraamvrouw flesvoeding geven, dan kan zij gebruikmaken van een sprekende weegschaal voor het afwegen van het poeder, of de flesjes markeren met een stip op de gewenste hoeveelheid. Een sprekende thermometer is ook handig, maar het hoeft niet. Je kunt aan een baby voelen of zijn temperatuur goed is. Als je kindje koude voeten heeft, dan heeft hij of zij het koud. Zijn de voetjes warm, dan is het goed. Als je baby koorts heeft, dan voel je dat ook meteen. Dan is het natuurlijk wel zaak om de dokter te bellen.'

De Ooglijn is op werkdagen te bereiken op telefoonnummer 030 - 2945444 of op internet op www.ooglijn.nl.

wordt dit veroorzaakt door een slechte bloedtoevoer. Slechtziendheid of blindheid kan ook worden veroorzaakt door ziektes als suikerziekte. Zo is diabetische retinopathie een verzamelnaam van oogklachten die het gevolg zijn van slecht behandelde suikerziekte, waardoor onder andere bloedingen in de ogen kunnen optreden. Ook refractieafwijkingen kunnen blindheid tot gevolg hebben. Ongeveer een kwart van de bevolking heeft een zogenoemde refractieafwijking van het oog en draagt een bril of contactlenzen omdat ze bijziend of verziend zijn, of een cilindrische afwijking hebben. De meeste mensen zijn bijziend. Een te hoge druk binnen het oog door een glaucoom kan eveneens mensen het zicht ontnemen. Een glaucoom is een aandoening van de

oogzenuw die waarschijnlijk door een verstoorde waterhuishouding ontstaat. Daardoor knelt de oogzenuw af. Als deze kapot gaat, dan vallen delen van het gezichtsveld uit. Vroege herkenning is daarom van belang. Slechtziendheid of blindheid kan tot slot ook door een ongeval, hersentumor of een infectie tijdens de zwangerschap komen.

DE KRAAMTIJD

Marianne (zie Casus) denkt dat blinde of slechtziende vrouwen vooral in de kraamtijd niet betutteld willen worden. 'Het is hun kind en ze weten zelf heel goed wat wel of niet kan. Overleg wat de kraamvrouw wil en wat mogelijk is, maar vul dingen niet voor haar in. Vraag haar bijvoorbeeld of ze zelf een luier wil verschonen of dat ze wil dat jij het doet.' Tijdens de

bevalling wilde Marianne graag voelen. 'Geef een blinde barendevrouw de gelegenheid te voelen of te ruiken. Ik wilde bijvoorbeeld het hoofdje voelen en het vruchtwater opvangen om het te voelen en te ruiken, maar mijn vliezen braken te vroeg, dus dat ging niet door. Ook was ik erg nieuwsgierig naar de placenta en de navelstreng.' De kersverse moeder deed haar pasgeboren baby samen met de kraamverzorgende in bad. 'Ik vroeg haar hoe ze dat altijd deed. Met een washandje, zei ze. Ik wilde liever zeep rechtstreeks op mijn hand doen en daarmee de baby wassen, anders maak ik niet goed contact. Dat kon! Het badderen aan een ander overlaten kwam niet bij mij op. Mijn grootste angst was dat mijn kinderen er vies uit zouden zien. Gelukkig rook of voelde

ik het wel als de baby vies was of had gespuugd.' Het dragen van de baby leerde ze zichzelf aan. 'Ik droeg m'n kindje verticaal met zijn hoofd tegen mijn schouder. Als er een deur of kastdeur open stond,

Tips voor kramen bij een blinde moeder

- Laat het liefst alles op zijn vaste plaats staan.
- Laat de kraamvrouw zelf dingen proberen als ze dat wil.
- Zeg het als je toch spullen hebt verplaatst.
- Vraag veel, vooral als je niet zeker weet wat de kraamvrouw wil.
- Als er kraamvisite komt, vraag dan wie normaal gesproken de koffie inschenkt: de kraamvrouw, de visite, of wil ze dat jij doet?

dan voelde ik dat met mijn vrije hand of stootte ik mezelf eerst.' Een kinderwagen vindt Marianne om die reden ook niet handig. 'Ik heb mijn kinderen lange tijd in een rugdrager gedragen. Met een stok of blindengeleidehond achter een wandelwagen lopen lijkt me helemaal niets.'

ZELFREDZAAMHEID

Marianne was in het begin best onzeker, zoals de meeste nieuwbakken moeders. 'Zou ik wel weten waarom mijn kind huilt? En wat als mijn kind ziek is en ik heb dat niet door? Gelukkig heb je dat als moeder heel snel in de gaten. En ik heb veel geluk gehad: mijn kinderen dronken en groeiden goed.' Aankleden, verschonen en badde-

ren deed Marianne allemaal zelf. 'Ik heb in het begin zelfs nog katoenen luiers gebruikt maar vond Pampers toch makkelijker. Bij het aankleden vond ik boxpak-

'Met een stok of blindengeleidehond achter een wandelwagen lopen lijkt me helemaal niets.'

jes erg handig want dan wist ik zeker dat de kleurencombinatie goed was en ik niet een paars broekje bij een knalgroen truitje aandeed.' Ondanks haar zelfredzaamheid verwacht ze wel dat een kraamverzorgende rekening met

haar blindheid houdt. 'Geen deuren of lades open laten. Geen emmers op de grond of in het looppad. Geen glazen met drinken of vazen met bloemen op de rand van de tafel of het aanrecht, want die stoot je meteen om. Vraag aan de kraamvrouw waar zij wil dat je ze neerzet, anders gaan ze sowieso om. Meestal zal zij je vragen om ze in een hoekje te plaatsen.'

GOED VOORBEREID

Kraamverzorgende Bauwien de Jong die bij Marianne kraamde, vond dit niet moeilijker dan anders. 'De kraamvrouw vertelde duidelijk wat ze van haar en de kraamtijd verwachtte. Ze is blind maar zelfstandiger dan de meeste vrouwen. Ze had zich goed voorbereid en

haar gehoor, reuk en tast zijn erg goed ontwikkeld. Zo wist ze vaak sneller dan ik dat haar kind had gepoept.' Het kramen bij een blinde kraamvrouw heeft volgens Bauwien geen uitgebreide voorbereiding. 'Je moet geen wasmand voor de trap zetten, maar dat gaf ze zelf duidelijk aan. Zet alles terug zoals het stond. Verder vertelde ik veel wat ik deed, meer dan tegen iemand die wel ziet. En ik gaf haar de gelegenheid dingen zelf te doen.' Bauwien nam ook iets over van Marianne. 'Sinds ik bij haar kraamde, was ik de baby's niet meer met een washandje maar doe ik dat met zeep op mijn handen.' •

De naam van Marianne is om privacyredenen gefingeerd.



Test je kennis

Elk goed antwoord levert één punt op. Tel al je punten bij elkaar op en bekijk de uitslag!

1. Wat is wereldwijd de meest voorkomende oorzaak van blind- en slechtziendheid?

- A Cataract.
- B Retinitis pigmentosa.
- C Maculadegeneratie.

2. Hoeveel blinden en slechtzienden zullen er naar schatting in 2020 in Nederland zijn?

- A 260.000.
- B 300.000.
- C 400.000.

3. Wat is het belangrijkste om te doen als je kraamt bij een blinde moeder?

- A Vertellen.
- B Overleggen.
- C Uitleggen.

4. Waar moet je rekening mee houden bij een visueel gehandicapte kraamvrouw?

- A Geen deuren of lades open laten staan.
- B Geen wasmanden voor de trap zetten.
- C Zowel A als B.

5. Wat moet je tijdens de bevalling van een blinde of slechtziende vrouw aanbieden?

- A Een spiegel.
- B Gelegenheid om te voelen en te ruiken.
- C Geen van beide.

6. Kunnen blinde vrouwen hun baby zelf in bad doen?

- A Ja.
- B Nee.
- C Alleen met hulp.

7. Wat is een goed alternatief voor veiligheidsspelden?

- A Luiertape.
- B Schildertape.
- C Geen van beide.

8. Wat is de beste borstvoedingshouding voor blinde vrouwen?

- A Rechtop.
- B Liggend.
- C Rugbyhouding.

Antwoorden
1 A
2 C
3 A
4 B
5 C

Uitslag

0-3 goed

Je weet nog niet voldoende.

3-6 goed

De belangrijkste dingen weet je.

6-8 goed

Je hebt het helemaal begrepen!

KRAAMSUPPORT-PANEL

WAT VIND JIJ?

+ ACUTE ZORG +

ACUTE ZORG BIJ ONGEVALLLEN MET KINDEREN



ELSEVIER Gezondheidszorg

KRAAMSUPPORT ZOU NIETS ZIJN ZONDER HAAR LEZERS:

JOUW MENING EN ERVARINGEN ZIJN VOOR ONS ONMISBAAR!

Graag willen we jou dan ook uitnodigen om lid te worden van ons KraamSupport-panel. Wat betekent dat? Wij leggen jou een aantal keer per jaar een vraag voor over werkgerelateerde onderwerpen zoals borstvoeding en flesvoeding, problemen in je kraamgezin, aandoeningen bij de kraamvrouw of haar kind, indicatiestelling en protocollen. Jij reageert vervolgens per mail op de vragen.

Als jij je aanmeldt als KraamSupport-panellid krijg je het boek Acute zorg ter waarde van € 15,95 thuisgestuurd!

Geef je op door een e-mail te sturen naar kraamsupport@y-publicaties.nl onder vermelding van KraamSupport-panel. Vergeet niet je voor- en achternaam, je werkgever en je adres te vermelden.