



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



KRAMEN IN EEN AMERIKAANS GEZIN

Kraamzorg kennen ze niet in de Verenigde Staten. Amerikanen kunnen een doula, midwife, babynurse of nanny inhuren, maar die moeten ze helemaal zelf betalen. Deze mogelijkheden halen het volgens Sanne Bloemink echter niet bij de Nederlandse kraamzorg. Zij kan het weten, want ze beviel van haar eerste kind in Amsterdam en kreeg haar tweede in New York.

Een echte cultuurshock moet het zijn voor Amerikaanse vrouwen die in Nederland bevallen: slechts één keer per maand op controle bij de huisarts of verloskundige, maximaal twee echo's, zelf bepalen of ze thuis of in het ziekenhuis hun kind krijgen, en een kraamverzorgende die bij je in huis komt om voor moeder en kind te zorgen. In de Verenigde Staten zien de zwangerschap, bevalling en kraamtijd er heel anders uit.

'Beide landen gaan verschillend met bevallingen om', vertelt Sanne Bloemink, moeder van twee kinderen, die zowel in Nederland als in Amerika is bevallen. Bloemink is journalist en schreef het onlangs verschenen boek *Hypermama* waarin ze een beeld schetst van het moderne en veeleisende moederschap in de Verenigde Staten en Nederland. 'Dat Nederlandse moeders voornamelijk thuis bevallen, vinden Amerikanen maar gevaarlijk en eng. Ook zijn thuisbevallingen geografisch gezien daar niet mogelijk. In Nederland woont iedereen relatief dicht bij een ziekenhuis en kan daar in geval van nood snel zijn. In de VS lukt dat door de grote afstanden niet.'

Haar zoon Julian kwam in 2004 in een Amsterdams ziekenhuis ter wereld. 'De bevalling begon thuis, maar ik moest op het laatst toch nog naar het ziekenhuis. Twee uur na de geboorte waren we weer thuis.' Dochter Teuntje werd in een Amerikaans ziekenhuis met een keizersnee geboren. Hoewel Amerikaanse vrouwen eerder een keizersnee krijgen dan in Nederland om eventuele complicaties te voorkomen, denkt Bloemink dat ze ook in Nederland een keizersnee had gekregen. 'Ze lag in stuit en drie weken voor de uitgerekende datum bleek tijdens een

echo dat er te weinig vruchtwater was. Een spoedkeizersnee volgde en twee dagen later mocht ik weer naar huis.'

PIJNBESTRIJDING

Amerika staat erom bekend vrouwen eerder en vaker pijnbestrijding aan te bieden tijdens de bevalling. 'De ruggenprik is hier heel normaal. De meerderheid van de aanstaande moeders krijgt het, maar het hoeft niet. In de Amerikaanse ziekenhuizen is in tegenstelling tot Nederland altijd een anesthesist beschikbaar. Je kunt kiezen uit een spinal block of een epidural.' Een spinal block (ruggenprik) is een injectie in de onderrug die het lichaam deels verdoofd en meteen de pijn remt. De injectie werkt één tot twee uur en kan maar één keer gegeven worden. Bij een epidural, ook wel een epiduraal katheter genoemd, plaatst men een dun slangetje vlak bij de rugzenuwen die verantwoordelijk zijn voor de pijngeleiding. Via kleine gaatjes in de katheter komt het pijnremmende middel direct bij deze zenuwen terecht. De barende vrouw kan met een pomp zelf de pijnstilling regelen.

De Amerikaanse benadering van zwangere vrouwen is anders dan de Nederlandse, waar zwangerschap en baring als natuurlijke processen worden gezien. In de VS is een zwangere vrouw vooral patiënt. 'Mijn bloed en urine werden vaak gecontroleerd en ik kreeg veel meer echo's dan tijdens mijn eerste zwangerschap. Ze doen allerlei testen om juridische procedures te voorkomen. Juridische procedures tegen gynaecologen vanwege niet opgemerkte afwijkingen of medische fouten zijn hier heel gewoon.'

KRAAMZORG

Bloemink kreeg na haar eerste bevalling vijf dagen kraamzorg. 'Er kwam een lieve kraamverzorgende die mij en de baby ondersteunde. Een mooie tijd vond ik dat. Ik deed Julian samen met haar in bad. Ze leerde mij hoe het allemaal moest. Dat wilde ik bij mijn tweede kindje ook. Ik had het babybadje met standaard mee naar New York genomen. De doula die ik had ingehuurd, vond het maar gek dat ik de baby in bad wilde doen. Dat doen ze hier de eerste zes weken niet. Ze zijn bang dat het kindje verdrinkt.'

Kraamzorg kent Amerika niet. Als een kersverse moeder niet kan rekenen op hulp van familieleden of vrienden, dan moet ze zelf betaalde hulp inschakelen zoals een doula, midwife (vroedvrouw), babynurse of nanny. Bloemink woont in een rijke buurt

'Ze vond het maar gek dat ik de baby in bad wilde doen.'

in New York en ziet dat veel ouders een babynurse inhuren die een paar weken bij hen inwoont. 'Een soort nanny, maar dan specifiek voor de baby, die het kindje 's nachts voedt met flesvoeding of afgekolfde borstvoeding. Als de kraamvrouw hier

Achtergrond

- In Nederland wonen ongeveer 31.000 Amerikanen. Het aantal Nederlanders in de Verenigde Staten is een stuk groter, ruim 100.000.
- Bijna 70 procent van de Amerikanen in Nederland woont in Utrecht, Zuid-Holland of Noord-Holland. In Noord-Holland wonen twee keer zo veel Amerikanen als gemiddeld in Nederland. Wassenaar spant de kroon. Daar wonen bijna twintig keer zo veel Amerikanen als gemiddeld.
- De Amerikanen die hier wonen zijn relatief jong. Ruim de helft is jonger dan 30 jaar. Slechts 4 procent van de Amerikanen in Nederland is ouder dan 65.
- De meeste Amerikanen komen voor werk of in het kader van gezinsmigratie naar Nederland. De laatste jaren komen er ook steeds meer Amerikanen naar ons land om te studeren.

geen geld voor heeft, dan staat ze er alleen voor. Het ziekenhuis geeft je een folder waarin staat wat er allemaal fout kan gaan en dat is het.' Veel Amerikaanse moeders kopen handboeken over de verzorging en opvoeding van baby's of volgen een cursus.

'Mijn bloed en urine werden vaak gecontroleerd en ik kreeg veel meer echo's.'

Het land heeft namelijk geen consultatiebureau waar de groei en ontwikkeling van de baby en peuter worden bijgehouden, en dat je oproept voor vaccinaties. 'Dat moet je hier allemaal zelf bijhouden en regelen.'

Tips voor kramen in een Amerikaans gezin

- Houd er rekening mee dat Amerikanen zaken rondom zwangerschap en bevallen heel voorzichtig aanpakken. Ze nemen liever het zekere voor het onzekere.
- Leg de kraamvrouw rustig uit hoe ze een baby in bad moet doen. In de Verenigde Staten worden baby's de eerste zes weken meestal niet in bad gedaan uit angst voor verdrinking.
- Amerikaanse vrouwen zijn pijnbestrijding tijdens de bevalling gewend.