



Oktober 2018.. dat was het moment dat ons gezinnetje van drie uitgebreid werd met een prachtige dochter, een lieve zus voor ons oudste zontje. Maandenlang naar uitgekeken om ze in mijn armen te sluiten en veel te knuffelen want dat ging ik doen, heel veel knuffelen .. Het was normaal de laatste keer want we vonden 2 kindjes oke dus ik moest en ik zou hiervan enorm hard genieten. De bevalling ging vlot, ik voelde me goed en energiek nadien en ze was een ongelooflijk brave baby. We durfden het bijna niet tegen elkaar te zeggen maar amai wat een droombaby!

Na een paar dagen kwamen de typische krampjes opzetten maar niets wat we niet kenden van bij onze zoon. We knuffelden, wiegden en ze vond troost in mijn armen, op een bepaalde manier kon ik hier zelfs enorm van genieten. Helaas werden die typische krampjes al snel enorme huilbuien, uren aan een stuk en niets hielp meer ... Op alle manieren probeerden we haar te troosten maar ze was niet te sussen. Al snel gingen we met haar naar de kinderarts, een voorgevoel zeg maar, en de diagnose was snel overduidelijk.. ernstige koemelkallergie. Ergens voelde ik een bepaalde opluchting, mijn voorgevoel was bevestigd en er was een reden waarom ze zo huilde, het lag niet aan mij en heel belangrijk, we konden hier iets aan doen. Ik besloot te stoppen met de borstvoeding en ze kwam direct op dieetvoeding. Nu zal het wel snel terug beter zijn, dachten we. De huilbuien bleven, werden intenser en duurden langer. Hoe meer ik haar probeerde te troosten, hoe meer ze zich van me afduwde. Het laatste wat ik voor haar kon doen, haar troost bieden, liet ze me nu ook niet meer toe.

Hoe meer ze begon te huilen, hoe lastiger ik het kreeg, ik voelde me gefaald, schuldig, de angst besloep me meer en meer en ik voelde al snel dat ik mezelf aan het verliezen was. Het eerste moment denk je nog, aha daar zijn die babyblues weer. Omdat ik daar bij de eerste keer ook goed last van gehad had, wist ik dat ik mezelf daar iets meer tijd moest in geven. Maar toch voelde het dit keer anders.. en dat toegeven aan mezelf, dat was het moeilijkste. Ik wist heel goed met mijn verstand dat ik voor haar moest zorgen, want dat is nu eenmaal je taak als moeder maar elke vezel in mijn lichaam kon alleen maar roepen: loop weg! Nu! Dag na dag nam ik meer afstand, elke ochtend was het een opgave om voor haar te zorgen, waarom zou ik haar troosten als ze het toch niet graag heeft. De overtuiging dat ik niet de juiste mama was voor haar en ze beter af was bij iemand anders groeide en groeide. Ik kon lange tijd alleen maar denken: waarom hebben we dit gedaan? Waarom hebben we ons leven zo overhoop gehaald? Het was toch perfect zoals het was? Gevolgd door een enorm schuldgevoel want hoe kon ik nu zoiets denken, ik heb haar toch altijd zo graag gewild en nu ze er was.

Toen ik op de avond van het oudercontact van onze zoon, nooit naar binnen bij de juf ben geraakt, heb ik het besef gekregen dat het zo niet verder kon. Op de parking van de school, wenend in de auto en compleet verlamd van de angst, heb ik aan mijn gynaecoloog een afspraak gevraagd bij de psychiater van de moeder-kindeenheid. Ik was op ... het huilen, de schuldgevoelens, de angstaanvallen, het was me allemaal te veel geworden. Met een klein hartje ging ik naar de afspraak. Daar zei ik twee woorden tegen de psychiater en ze vulde mijn zin perfect aan. Ik voelde me begrepen en dat voelde goed. Medicatie werd opgestart en ik kwam op de wachtlijst voor thuisbegeleiding. En dat was mijn redding. Wat voor iemand anders misschien niet de goede oplossing is, was de medicatie voor mij wel. Er kwam terug rust in mijn hoofd, de angstgevoelens en paniekaanvallen namen af en ik kon terug ademen. Ondertussen begon ons meisje zich eindelijk ook beter te voelen en we konden terug eens genieten van elkaar, terug genieten van een knuffel.

Het heeft uiteraard nog wat tijd gevraagd. De vermoeidheid heeft nog een heel lange nasleep gehad en mijn grenzen waren een lange tijd snel bereikt. Ergens moest ik ook terug leren omgaan met haar gehuil. Het heeft me lang nog getriggerd en mijn hartslag doen kloppen in mijn keel, maar ook dit verdween. Ik vond terug rust, in alles. Ondertussen zijn we enkele jaren verder en zijn we een fantastisch team, ik en die dochter van me. Een geweldige meid, dat is ze! En ik ... ik vertel ondertussen graag mijn verhaal aan wie het horen wil, omdat het zó belangrijk is. Omdat de taboe uit het leven moet, omdat de gevoelens bespreekbaar moeten zijn en omdat iedereen recht heeft op de juiste hulp. Als laatste nog een hele grote dankjewel aan mijn eigen fantastisch team rond me, die dag en nacht overnamen als het nodig was, een luisterend oor gaven en meermaals zeiden dat alles wel goed kwam. Zij gaven mij mee de tijd die ik nodig had, en dat was goud waard.