

Bevallen in het buitenland

“Na de bevalling
recht hebben op een
week zorg is uniek
in de wereld”



Bevallen in het buitenland. In het ene land krijg je standaard een keizersnede, terwijl je elders bij wijze van spreken niet eens recht hebt op een ziekenhuisbed. VertrekNL dook in de wereld van zwangere emigranten. Over Nederlandse kraamzorg in het buitenland, het ondergaan van een glucosetolerantietest en de ruggenprik.

In Nederland kan en mag er veel als je zwanger bent. We zijn dan ook het enige land dat zo veel thuisbevallingen kent. In veel landen is juist een ziekenhuisbevalling populair en dan bij voorkeur door middel van een keizersnede. Deze landen zien een bevalling vaak als iets medisch en dus hoort dat in het ziekenhuis te gebeuren. Geko Woonink is geëmigreerd naar Bolivia en is in november 2011 bevallen. "Een zwangerschap in Bolivia verloopt ongeveer hetzelfde als in Nederland. Je gaat maandelijks op controle bij een particuliere gynaecoloog of in het ziekenhuis via je verzekering. Ook hier krijg je echo's ter controle, net als bloed- en urinetesten." Toch is er ook een opmerkelijk verschil te noemen met Nederland. In Bolivia maakt men bijna altijd het geslacht en de naam van de baby al voor de geboorte bekend. Daarnaast kiezen veel vrouwen voor een keizersnede, zonder dat ze hier een medische reden voor hebben. Zijn ze bang voor een 'normale' bevalling? "Felt is dat ook de artsen in Bolivia de voorkeur voor een keizersnede hebben, puur omdat de verdiensten hiervoor hoger liggen. Een thuisbevalling gebeurt eigenlijk alleen op het platteland als een vrouw niet meer op tijd bij een gezondheidspost of het ziekenhuis kan komen. Hierdoor zag ik het in ieder geval niet zitten om thuis te bevallen. Zo wilde een vriendin, die ook in Bolivia woont, thuis bevallen. Maar geen enkele dokter wilde hier de verantwoordelijkheid voor nemen." Kraamzorg kent Bolivia niet, dus er wordt na de geboorte vooral gebruik gemaakt van een sociaal vangnet. "Heb je geen familie in de buurt wonen, zoals wij, dan doe je het over het algemeen zelf of heb je een nanny (oppas voor de kinderen) aangesteld. Wij hebben de eerste drie weken alles zelf gedaan en vervolgens kwamen mijn ouders kramen. Dat was erg fijn, want het viel ons toch best zwaar."

Ondergeschoven kindje

"Het voordeel van Nederlandse kraamzorg in het buitenland is dat moeder en baby goed in de gaten worden gehouden, ouders meer tot rust komen en men soms sneller ontslagen uit het ziekenhuis wordt. En uiteraard is het voor een Nederlandse vrouw in het buitenland prettig om iemand in huis te hebben die de eigen taal spreekt en alles vanuit 'Nederlands perspectief' bezijkt', aldus Grietje Miedema van kraamzorgbureau Cradle (wieg, red.). "Vanuit mijn eigen ervaring weet ik dat

Nederlandse kraamverzorgenden vaak voorop lopen met hun kennis betreffende onder andere borstvoeding en veilig slapen. Kraamzorg is een Nederlands beroep en bestaat nergens anders ter wereld. Dat geldt in ieder geval voor ons hele systeem van begeleiding bij een zwangerschap. Na de bevalling recht hebben op een week zorg is uniek in de wereld. In Nederland ziet men een zwangere vrouw niet als een medisch 'object'. Dit in tegenstelling tot het buitenland. Daar kent men wel iets van maternity nurse (verpleegster) of baby nurse qua kraamzorg, maar het enige dat zij doen is de baby verzorgen en de ouders daarbij helpen. Een kraamverzorgster doet veel meer dan dat. Voordat Cradle begon in 1998 met het concept 'kraamzorg in het buitenland' kende men het niet of nauwelijks. Doordat ik er ruchtbaarheid aan heb gegeven, weet men dat het bestaat."

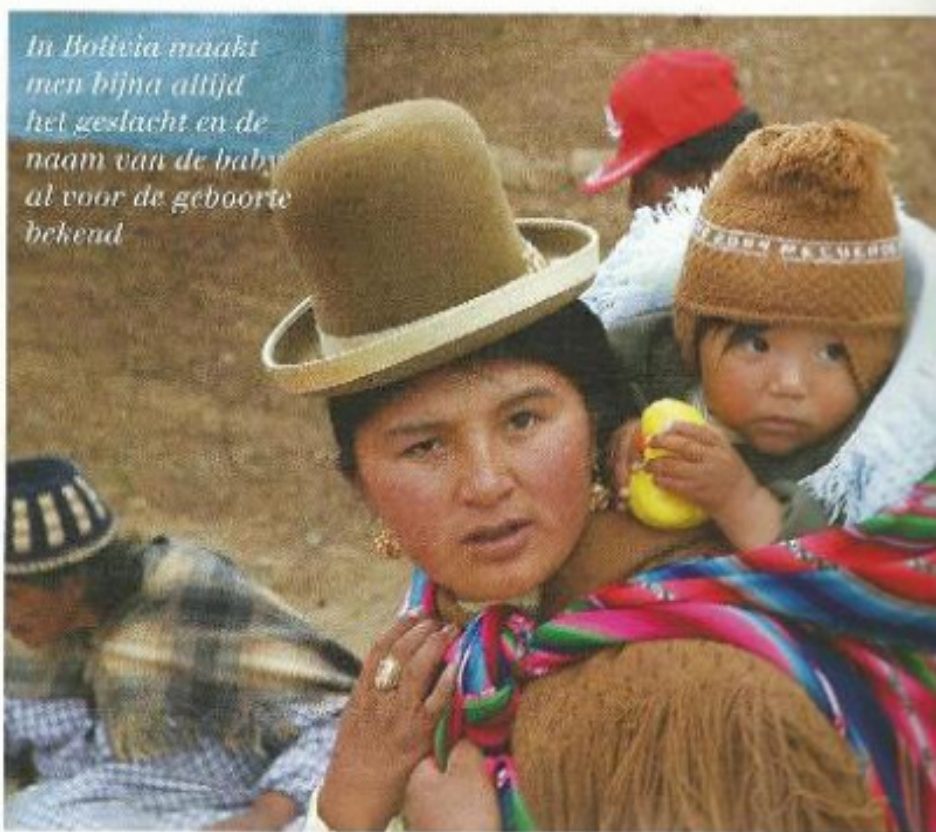
Een keizersnede levert meer geld op

Een van de voordelen van kraamzorg in het buitenland vindt Miedema het complete pakket. "Je krijgt medische checks, begeleiding,

ondersteuning, et cetera. Dat is een groot verschil met andere vormen van hulp die in de wereld worden aangeboden na de bevalling. Maar het belangrijkste is toch dat de ouders rust krijgen en genieten van de baby. Dit bevordert alleen maar de hechting met hun pasgeboren kind."

Heb je een Nederlandse verzekering, dan wordt er altijd een deel van de kraamzorg vergoed. "Je krijgt een bedrag uitgekeerd vanuit de basisverzekering of expat/buitenlandpolis. Soms vergoeden bedrijven, als men gedetacheerd is, in het buitenland reweleens het gehele bedrag of de aanvullende kosten. Er zijn ook gezinnen die het helemaal zelf betalen. Naast de kosten van kraamzorguren zijn er nog de verblijfs- en reiskosten. Voor het vliegticket, zeker naar verre landen wil men nog wel eens een ticket gebruiken dat een gezin krijgt van het bedrijf voor reizen naar Nederland."

De toekomst van buitenlandse kraamzorg blijft voor Miedema een groot vraagteken. "Kraamzorg in het buitenland is helaas een ondergeschoven kindje en hierdoor loopt men vaak tegen betonnen muren op. Cradle heeft zich tot doel gesteld om iedere Nederlandse vrouw in het buitenland te voorzien van kraamzorg. Het zou dan vergoed kunnen worden vanuit het verzekeringspakket of



In Bolivia maakt men bijna altijd het geslacht en de naam van de baby al voor de geboorte bekend

een pakket voor expats als ze naar het buitenland gaan via het bedrijf, maar dat is vaak niet gelukt. Er zijn een aantal internationale bedrijven die kraamzorg in het pakket hebben, maar verder zal er voorlopig niets veranderen. Mijn tip voor zwangere emigranten en expats is dan ook om via via naar vragen te vragen. Of ga bijvoorbeeld eens op een informaticavond om te netwerken."

Bestweek

Marthe van den Berg is in januari 2012 bevallen van haar eerste kindje en woont in Finland. Als zwangere word je in Finland intensief begeleid door een zuster op een speciale afdeling van een gezondheidscentrum. In Finland worden er regelmatig echo's gemaakt om de gezondheid van de baby te controleren. Een echo wordt hier twee keer gemaakt, rond de twaalf en twintig weken, maar ook uitgebreide bloedonderzoeken maken bij de procedure en je moet verplicht een glucosetolerantietest (om eventuele zwangerschapsdiabetes op te kunnen sporen) ondergaan. Bij het centrum heb je, naast de bezoeken aan een verpleegkundige, ook meestal drie keer een afspraak met een arts. Deze maakt meestal ook nog een echo met inwendig onderzoek."

In Finland bevalt iedereen in het ziekenhuis.

"Het is, voor zover ik weet, niet mogelijk om thuis te bevallen. Na de bevalling van je eerste kindje word je ook niet meteen uit het ziekenhuis ontslagen, maar blijf je er standaard een paar dagen. Voor een eerste bevalling is dat gemiddeld drie dagen en na een keizersnede minstens vier."

Ook Finland kent geen kraamzorg. Tijdens de eerste dagen in het ziekenhuis leert de verpleging de kersverse vader en moeder van alles over de verzorging van de baby. "Verlofregelingen in Finland zijn gelukkig wel een stuk beter geregeld dan in Nederland. Zo krijgt de vader met de bevalling drie weken bevallingsverlof. Hij kan daarnaast na de bevalling ook nog een paar maanden van het verlof van de moeder opnemen."

Pijnbestrijding is hetzelfde geregeld als in Nederland. "Toch heb ik het idee dat de rugprik wel vaker toegepast wordt, omdat je toch al in het ziekenhuis bent. Ik ben onder controle bij een ziekenhuis in Helsinki, dat



Het gaat hier misschien allemaal wat anders dan in Nederland. Maar het is ook een leuke uitdaging om in een ander land zwanger te zijn en te bevallen

gespecialiseerd is in alles betreffende zwangerschap, vruchtbaarheid en geboorte. De hoeveelheid controles en tests is misschien wat overvloedig, maar liever te veel dan te weinig. Het ziekenhuis probeert alle risico's te vermijden en Finland heeft het laagste sterftecijfer van moeders en kinderen van de hele wereld."

Nel Visser is eigenaresse van Kraamzorg NL en heeft kraamzorg in het buitenland hoog in het vaandel staan. "En dan bedoel ik met kraamzorg de zorg voor moeder, baby en de rest van het gezin. De start met een deskundig iemand om je heen, maakt het een stuk gemakkelijker. Meestal krijgen Nederlandse expats/immigranten alleen een langer verblijf in het ziekenhuis qua kraamzorg aangeboden. Dat is niet verkeerd, maar voor rust en veiligheid niet altijd de beste plek." Volgens Visser ontdekken vooral via het internet veel Nederlandse vrouwen de voordelen van kraamzorg in het buitenland. "Naast deskundigheid breng je het voordeel van de eigen taal mee, een niet onbelangrijk gegeven op een moment dat alles nieuw in je leven is. Op een dergelijk moment willen de ouders vaak alleen maar met iemand praten, uitleg krijgen over diverse zaken en typische Nederlandse gebruiken handhaven, zoals het eten van beschuit met muisjes." Wanneer je als geëmigreerde vrouw wel in Nederland verzekerd blijft, wordt kraamzorg meestal



Finland heeft het laagste sterftecijfer van moeders en kinderen van de hele wereld

vergoed. "Is men erhter niet meer in Nederland verzekerd, dan wordt kraamzorg niet vergoed. Men kent het niet en dus is het geen onderdeel van een verzekeringspakket. Maar of ik nu in Parijs of in Kaapstad aan het werk ben, dat doet er niet toe. Overal zijn de wensen en behoeftes van ouders gelijk. Ik probeer er voor het kersverse gezin altijd een leestweek van te maken."

Of er ooit kraamzorg in het buitenland zal komen, is ook voor Visser onbekend. "Als men slim is, grijpen ziekenhuizen hun kans. Maar het zal nog wel even duren voordat zorgverzekeraars bereid zijn om iets te vergoeden wat ze niet kennen. Het is ook maar de vraag of er verpleegkundigen en verzorgenden worden opgeleid voor deze functie."

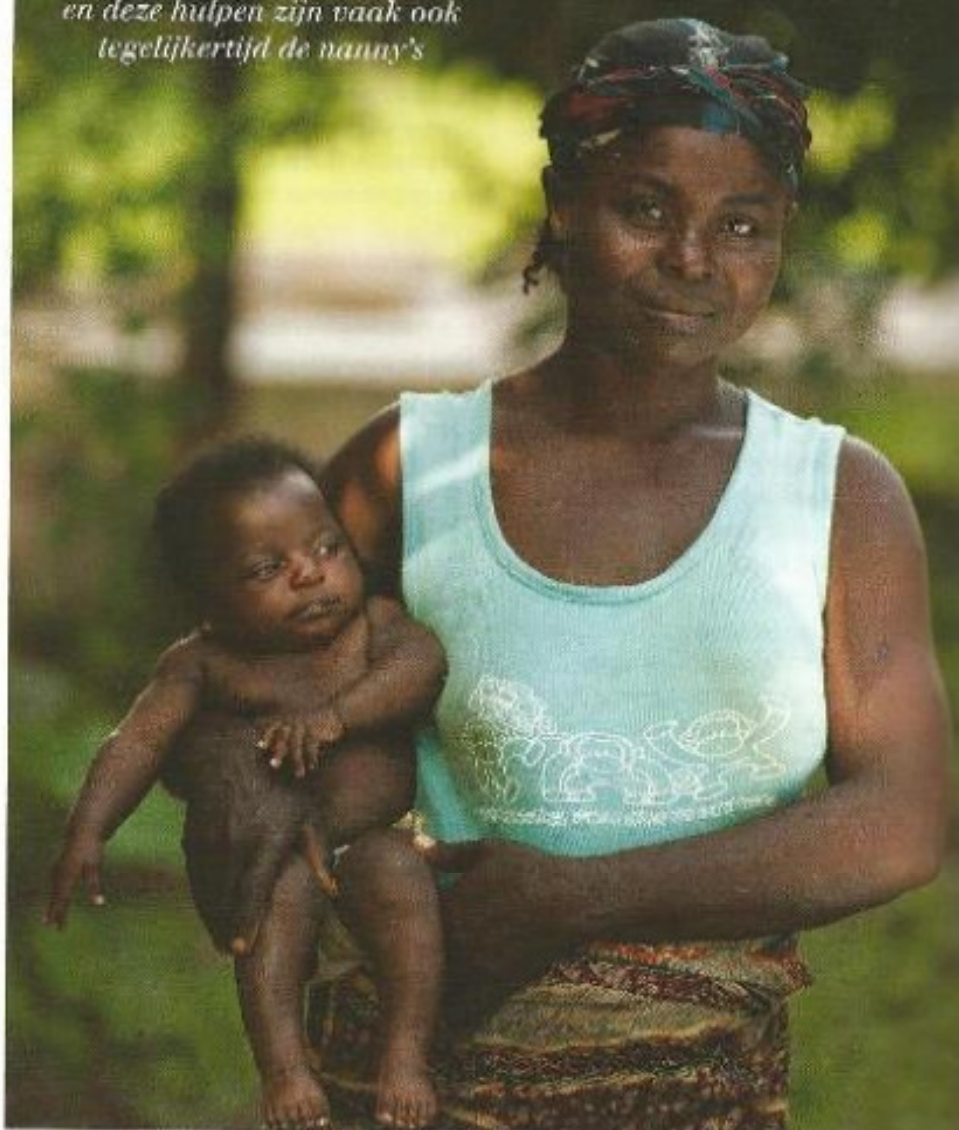
Keizersnede

Mirjam Hattingh is hoogzwanger en woont in Newcastle (Zuid-Afrika). "Zwangere vrouwen zijn hier vaak bij de huisarts onder controle, tenzij er medische redenen zijn om naar een gynaecoloog te gaan. Als alles normaal verloopt, zal de huisarts ook de keizersnede in het ziekenhuis uitvoeren en wordt een gynaecoloog alleen ingeschakeld bij complicaties. Kraamzorg kennen ze hier niet, maar wat mij betreft mogen ze het hier ook invoeren."

Kraamzorg is een typisch Nederlands beroep

Thuisbevallingen komen in Zuid-Afrika weinig voor. "Doordat je meestal in het ziekenhuis bevalt, blijf je daar gemiddeld drie tot vier dagen en krijgen je baby en jij daar alle zorg en uitleg. Na een keizersnede blijf je tot ongeveer vijf dagen na de bevalling. Veel mensen in Zuid-Afrika hebben een hulp in de huishouding en deze hulpen zijn vaak ook tegelijkertijd de nanny's. Wij hebben geen nanny, maar ik wil de baby ook graag helemaal zelf verzorgen. Wel komen mijn ouders na de bevalling hun kleinkind bewonderen en zal mijn moeder mij de eerste weken helpen met de baby. In de grote steden kan je ook kiezen voor de hulp van een 'doula'. Dit zijn vrouwen die getraind zijn om jou emotioneel en lichamelijk voor te bereiden op en

Veel mensen in Zuid-Afrika hebben een hulp in de huishouding en deze hulpen zijn vaak ook tegelijkertijd de nanny's



te ondersteunen bij de bevalling. Ze ondersteunen je eventueel ook met borstvoeding en hielden, indien gewenst, na zorg wantter je weer thuis bent. Doula's zijn niet medisch opgeleid. Een doula wordt niet dus vergoed door de medische verzekeringen en is een particuliere service."

"Het is zelfs zo dat in Zuid-Afrika vooral in de 'private hospitals' (waar men heen gaat als ze een medische verzekering hebben, red.) 80% van de bevallingen met een keizersnede gebeurt. In de 'government hospitals' echter is maar rond de 20% een keizersnede. In de Zuid-Afrikaanse zwangerschapslectuur lees ik wel dat natuurlijke bevallingen steeds meer gestimuleerd en aangemoedigd worden. Voor mij is een thuisbevalling geen

optie, omdat ons kindje via een keizersnede geboren zal worden in een private hospital. Alle mogelijkheden qua pijnbestrijding zijn aanwezig in het ziekenhuis. In mijn geval met de keizersnede zal dat een epidurale (ruggenprik) of een spinale anesthesie (verdoving) worden. Het gaat hier misschien allemaal wat anders dan in Nederland. Maar het is ook een leuke uitdaging om in een ander land zwanger te zijn en te bevallen." ■

Mirjam Hattingh is op 8 maart bevallen van zoon Kiran Eln. Lotte van den Berg is in januari bevallen van zoon Seppe. Gefeliciteerd!

Meer informatie vindt u op www.cradle.nl / www.kraamzorg-nl.nl