

Vader Leroy Meijer – vader van een drieling.

Versie 13-07-2021

Inleiding

Dit is het verhaal van LM, die vader van een drieling is geworden. Hij heeft toestemming gegeven om dit interview (inclusief de foto's) op deze website te plaatsen.

Interview

Hoe was het voor jou om vader te worden (eigen verwachtingen; betekenis voor jouzelf, vanuit jouw eigen 'vaderbeeld'; "wat voor vader wil je zijn?")

Hoe dit was, onbeschrijfelijk. Ieder moment dat er een kindje uit de buik kwam, voelde zo verwonderlijk. Dat waren de momenten dat ik naast Linda heb staan huilen. Onvergetelijk! Ik had er van tevoren geen echte verwachtingen bij. Linda en ik waren al een tijdje bezig met zwanger worden, en met iedere keer dat het niet wilde lukken. Op het moment dat er verteld werd dat het wel gelukt was en wel drie, heb ik enkel en alleen maar gelachen. Maar dacht ook, eerst zien dan geloven. Mijn vaderbeeld werd toen wel deels aangepast, want ineens was IK die papa met een drieling. Ik zie ons zelf al helemaal lopen in de bossen en spelen in de speeltuin. Ik wil dan ook een vader zijn die zijn dochters sturing weet te geven en ze kan behoeden voor de negatieve dingen in het leven. Maar ook waar ze dus mee kunnen spelen. Ik laat mijn nagels maar groeien denk ik 😊

Hoe heb je voorbereid (boek gelezen?, welk boek/welke boeken, googelen, praten met andere vaders, ????)

Qua voorbereiding heb ik één en ander opgezocht op internet qua verzorgen en dingen die je met je kleine kunt doen. Maar ook wetende dat het er 3 zijn, wat er allemaal mis kan gaan! Ik wilde de roze wolk ook deels relativeren. Bij de plaatselijke kringloop heb ik wat boeken¹ gehaald aangaande: drielingen, maar ook onderwerpen als: papa worden, verzorging etc. Daarnaast heb ik via social media wat informatie ingewonnen bij een drieling-moeder² over waar op te letten qua auto.

Hebben jullie het onderling (Linda en jij) er vaak over gehad:
vaderschap/moederschap/ouderschap?

Linda wilde praktisch de eerste week dat we verkering kregen (10 maart, 10 jaar geleden) al aan kinderen beginnen. Gelukkig zijn we eerst voor huisje en boompje gegaan. Beestje dat heeft wat voeten in de aarde gehad want toen we er echt klaar voor waren heeft het nog 3 jaar geduurd. Dat hadden we niet verwacht en dat heeft wel een bepaalde druk op de relatie gelegd. Op een gegeven moment ga je ook als man aan jezelf twijfelen. Je ziet je vriendin

¹ Papa worden = ISBN 978-90-447-0456-3
De leukste spelletjes met je baby - 978-9043815178
365 tips voor vaders en moeders - 9789033814082
Je baby wordt 1 = 90 274 9906 3
Zorgen voor je baby op de couveuseafdeling => 978-90-819955-2-8; zie literatuuroverzicht.

² Instagram => Drieling moeder Sientje, Facebook => Drielingen en meer! (groep) Ik lees de verhalen en indrukken van andere ouders. Her en der ook wat gelezen op: nvom.nl

door een malle molen gaan en wat als het allemaal zo ver is, maar jij (ik) het probleem bent? Daar hebben we gelukkig heel open en nuchter over kunnen praten. Je kunt dus zeggen dat we het er al jaren over hebben, met als resultaat de drieling.

Van wie heb jij een goed voorbeeld gekregen als 'papa'?

Jeetje wat een lastige vraag.... Hmmmm. Ik zou dat zo gauw niet weten eigenlijk. Ik vind mijn eigen vader altijd wel een relaxte man, overal zelf induiken als je iets niet weet en altijd anderen helpen en klaar staan voor ze. Ik hoop dat ook door te kunnen geven aan mijn dochters vanuit mijzelf.

Hoe was voor jou de overgang van 'nog-geen-vader' naar all-in vaderschap?

Ja, dat was heel gek eigenlijk. Linda en ik gingen 12 december voor een (dachten we) normale controle naar het ziekenhuis, maar toen de arts vertelde dat er al 5 cm ontsluiting was toen kreeg ik het wel erg snel benauwd. En dacht wel van, dit is het kantelpunt. Vanaf toen is de rollercoaster aangegaan en is de turbulentie gaandeweg heftiger geworden en ook weer deels afgenomen. Maar hij rijdt nog steeds. Het genieten kan hopelijk gauw beginnen als ook Maud thuis is.



Hoe heb jij je vaderschap verder ontwikkeld na de geboorte van de drieling, zeker in hun specifieke (medische) situatie? Door welke ervaringen? Door welke gesprekken? Door welke gedachten?

Wel, ik ben oprecht blij dat er mensen als jij klaar stonden voor mensen zoals ik en mijn vriendin. Daarnaast werden veel handelingen ons geleerd door het ziekenhuispersoneel. Dat was fijn en heeft ons enorm geholpen. Daarnaast gaf het een rustgevend gevoel dat ook het personeel donders goed begrijpt dat dit voor ons als ouders erg aangrijpend is. Ze namen

dan ook alle tijd voor vragen en uitleg. Ook was het fijn om te weten dat de mensen die op bepaalde momenten niet voor onze kindjes zorgden toch alles over ze wisten. Dat gaf een prettig gevoel.

Hoe omschrijf jij nu jouw vaderschap?

Poe.... Das een goeie, wel de eerste is sinds dinsdag 16 februari thuis. Ik voel trots maar ook een bepaalde druk. Ze zijn nog geen 40 weken dus in theorie kan er nog van alles gebeuren. Daarom wil ik er ook zijn voor ze op alle vlakken. Verder voel ik me nu al verantwoordelijk voor hun toekomst.

Wat betekent 'buidelen' voor jou?

Een moment van rust! Je merkt dat het kindje het prettig vindt en helemaal tot rust komt. Dit zijn momenten dat ik zelf ook mijn eigen rust pak! Desnoods door op mijn telefoon te zitten, of iets te lezen. Maar vaak eigenlijk meer om nog dichterbij het kind te zijn. Het te voelen en te troosten als dat nodig is. Het geeft iets beschermend vanuit mij naar het kindje.

Hebben jullie een taakverdeling gemaakt als ouders (als moeder, als vader)?

Niet echt nog, omdat de eerste pas net thuis is, is het vooral behelpen in deze beginperiode. Wel ging de 2^e avond al 2x zo snel als de eerste avond thuis en toen was er nog maar 1 kindje. Tot nu toe valt het ons reuze mee. De ene keer doe ik de luiers en maakt Linda het flesje, en de andere keer andersom. We hebben er samen voor gekozen dus het maakt mij niet zoveel uit hoe 'vies' het klusje is zeg maar. Wanneer ik bijv. de volgende dag moet werken dan doen we wel samen de kinderen in de nacht een flesje geven, maar ga ik bijv. al eerder weer terug naar bed zodat zij nog even opruimt. Ik doe dit weer als het weekend is.

Hebben jullie hulp in kunnen schakelen vanuit jullie familienetwerk?

Ja de moeder van Linda, maar verder ook genoeg andere mensen die zouden willen. We gaan dit rustig aan bekijken en nemen de nodige hulp waar nodig.

Kwam vaderschap in de knel te zitten? (ervaringen op de afdeling neonatologie; bejegening/omgang met ouders vanuit de afdeling)

In de knel? Hmmm, ik vond de afdeling wel ontzettend heftig om voor het eerst op te zijn, zo midden in de nacht. Al die piepjes, schermpjes rode alarmen. Gelukkig werd mij al snel uitgelegd dat wanneer de verpleging rent het menens is. Hier werden wij beiden in gerustgesteld naarmate wij langer op de afdeling zaten.

Welke afspraken heb jij gemaakt/kunnen maken met jouw werkgever t.a.v. afwezigheid en verlof? Hoe liep dat contact?

Dat is wellicht een fout geweest vanuit beide kanten. Beide kanten waren op de hoogte van de komst van de drieling en de daarbij behorende mogelijke vroeggeboorte. Het kwam als donderslag bij heldere hemel waardoor er niets is afgesproken. Bij de eerste kennisgeving was het dan ook een domper voor de baas. Want ja, nu moeten er opdrachten afgehouden worden. Eigenlijk door het moeizame contact in de eerste week van geboorte en begrip- en empathie loze gevoel vanuit werkgever met de daarbij behorende zorg voor de 4 dames (drieling en Linda) dat mij zo veel stress gaf dat ik niet meer wist waar ik goed aan deed dan

wel moest doen. Ik kon op dat moment niet helder nadenken, concentreren of normaal functioneren. Ik heb mij ziekgemeld. Na de directe doorverwijzing naar de bedrijfsarts heb ik van deze bedrijfsarts goedkeuring gekregen en dus een legitieme reden gehad om in de ziektewet te zitten. Dit gaf deels rust maar ik had nog steeds een bepaald loyaliteitsgevoel naar de baas, waarvan ik nu eigenlijk weet dat hij dat niet naar mij had.

Wat betekent de drieling voor jou?

Een ontzettende zegening. Linda en ik hebben een lange weg moeten bewandelen met veel ups en downs voor het krijgen van een kindje. Nu zien we het zo: voor ieder jaar van proberen 1.



Benoem jouw sterke kanten als vader.

Rustig, leergierig, lief, zorgzaam, er willen zijn voor een ander. Deze punten maken mij als vader naar mijn kinderen toe sterk, omdat ik ze dit wil bijbrengen.

Hoe kijk je terug op onze gesprekken? Wat heeft dat jou (jullie) opgeleverd?

Deze gesprekken heb ik ervaren als iets zeer positiefs. Het feit dat er iemand is die de paden van de regelgeving weet te bewandelen wanneer ik dat even niet kan. Mij heeft doen inzien en relativeren hoe iets wel of niet is en kan zijn. En dat ik door mij ziek te melden echt het juiste pad heb mogen bewandelen. Bob je hebt ons echt enorm geholpen, ik kan je hier niet genoeg voor bedanken! Ook namens Linda bedankt! Ik wist oprecht van gekkigheid niet meer wat ik in die eerste weken moest doen, het was fijn om de situatie vanuit jouw perspectief te bekijken en terug te seinen naar ons. Het heeft ons enorm veel geholpen!

Heb je een advies voor andere (aanstaande) vaders?

Het is niet erg om hulp te accepteren, er naar te vragen of het te zoeken. Wanneer je iemand om hulp vraagt betekent het niet dat je gefaald heb, het betekent enkel dat je er niet alleen voor staat!

.....(wat je verder nog wilt vertellen)

Nawoord – terugblik – nieuwe ervaringen – tips (juli 2021)

- *Op LinkedIn vond ik een persoonlijk ervaringsverhaal van ook een vader met een verhaal, wel een iets ander verhaal, maar ook dit maakt impact. Daarnaast was / is er voor deze vader de ruimte vanuit werkgever. Het voelt goed om daarmee te zien dat het ook anders kan, ik had ook graag op die manier mijn 'kraam' tijd willen beleven en niet de eerste week met telefoontjes van de baas en bedrijfsarts. Ik ben oprecht blij voor deze persoon dat hij op deze manier de rust heeft weten te vinden, in de voor hem moeilijke tijd.*
- *Afscheid nemen van je huidige baas, juist vanwege jouw ervaring van baas t.t.v. de opname op de ICN (niet als natrappen, maar wel als verstorend effect (arbeidsstress/soort werkconflict' gebrek aan begrip-empathie)*
Het afscheid verliep heel summier. Ook denk ik wegens Corona. Maar het kwam er op neer dat er een kleine meeting was waar hij zelf niet bij kon zijn. Een uur voor deze meeting belde hij nog, je merkte dat er een olifant in de kamer stond. Hij vroeg ook nog de reden van vertrek en hij merkte zelf al op dat ik niet de behoefte meer had om voor een bedrijf te werken dat op deze manier omgaat met de medewerkers.
- *Relevante website(s) t.a.v. verlofregeling(en) waar jij mee te maken hebt gehad.*
Geboorteverlof 5 dagen vrij, volledig doorbetaald³
Aanvullend geboorteverlof (25 dagen à 70% van het loon)⁴
Ziektewet, toen ik mij ziekmeldde.
- *Ontvangen en benutte brochures vanuit de ICN-neonatologie⁵ (Erasmus MC Sophia en evt. ook Albert Schweitzer Ziekenhuis.*

3 Hoeveel vrije dagen krijg ik als partner bij de geboorte van ...

<https://www.rijksoverheid.nl/vraag-en-antwoord/ho...>

⁴ Het aanvullend geboorteverlof is voor partners van vrouwen die pas bevallen zijn. Het duurt minimaal 1 week en maximaal 5 weken. Als partner krijgt u dan een uitkering van 70% van uw dagloon. Er geldt een [maximumdagloon](#). U neemt het op binnen 6 maanden na de geboorte van het kind. Bron:

<https://www.uwv.nl/particulieren/overige-onderwerpen/aanvullend-geboorteverlof-voor-partners/alles-over-aanvullend-geboorteverlof/index.aspx>

⁵ - Geven van sondevoeding aan uw kind thuis.

- Voedingsbeleid ICN

- Folder: Vereniging van Ouders van Couveusekinderen; Kwetsbare Kinderen – Krachtige Ouders;

www.couveusekinderen.nl

- www.lilzz.nl – babyuitzet, voorbeelden.

- Slaap veilig – slaap lekker; www.veiligheid.nl

- Gaat u met uw vroeggeboren baby naar huis? – www.top-eop.nl

- Medisch-wetenschappelijk onderzoek; algemene informatie voor proefpersonen – Uitg. Min. VWS.

- ROP screening; www.oogartsen.nl ; www.nedrop.nl

- Borstvoeding

- Flesvoeding

- Kliniek neonatologie intensive care (ICN) - www.neonataalcentrumrotterdam.nl

- Overplaatsing naar een ander ziekenhuis

- Voor het eerst naar huis met uw baby

- Afkolven van moedermelk

- Screening bij pasgeborenen: Hielprik – Gehoortest – Uitg. RIVM/Min. VWS.

- www.draagpracht.nl/prematuur

- www.draagdoekconsulenten.nl

Ik heb de nodige folders niet meer voor de geest, heb er her en der wat kunnen lezen. Wat ik me nog herinner vanuit Albert Schweitzer Ziekenhuis waren de vele kleine folders van max. vier pagina's die uitleg gaven over bijvoorbeeld: de sonde.

- *Soort eenzaamheid als man/vader op de afd./in het ziekenhuis (beschrijven).*

Ja pfoe, hmmm ondanks dat ik de eerste 5 dagen vrij was (wettelijk gezien) heb ik er niet echt van kunnen genieten. Mede door het feit dat uit het eerste telefoongesprek met de baas al bleek dat er weinig tot geen empathie en begrip was. Ik moest gewoon komen werken. Ik wist daarom in die eerste dagen ook niet waar ik goed aan deed behalve bij de kinderen zijn, met jammer genoeg vaak de gedachte van de baas in het achterhoofd. Veel mensen in mijn omgeving: vrouw, familie, verpleging vertelde allemaal dat het niet de normaalste gang van zaken is zoals dat bij mij is gegaan en dat is spijtig. Ik heb me er met veel moeite en na uiteindelijke goedkeuring van de bedrijfsarts (waar ik als ware van in de ziekte wet mocht zitten) bij neergelegd en een klein beetje rust gevonden. Maar deels zat er altijd in mijn hoofd is dit wel de juiste weg, was er geen andere weg geweest. Waar ik me voornamelijk eenzaam in heb gevoeld is het gebrek aan handvaten en houvast. Ik weet dat heel veel steun is geweest vanuit familie, en ook van jou Bob. Maar ik miste voor mijn eigen gevoel de handvaten van de wet. Iets waar ik autoritair gezien aan kon vast klampen. Dan was het voor mij goed geweest, een stukje zekerheid. Achteraf echter kan ik niet begrijpen dat ik er voor me zelf zo moeilijk over na heb moeten denken. Ik had de focus bij mijn vrouw en kinderen moeten hebben maar ik was goed de kluts kwijt waarbij niet de zorg voor de kinderen maar het gezeur met de baas de overhand had. Ik was die balans zoek.

- *Hoe is het gelukt om thuis toch een soort ritme op te bouwen, toen de kinderen een voor een thuiskwamen?*

Dit ging ons heel natuurlijk af. De kinderen zijn vanuit het Albert Schweitzer Ziekenhuis naar huis gekomen. Bij het eerste kindje mochten we samen in een aparte kamer 'proef' slapen. Om een klein beetje te wennen. De dag erna mocht het eerste kindje mee naar huis. De dag erna mocht het 2^{de} kindje mee naar huis. Vanuit het ziekenhuis was er per kindje een aardig ritme qua verschonen, eten en slapen opgebouwd. Dit hebben we per kindje thuis doorgezet en zijn we langzaam gaan mengen met elkaar zodat we niet ieder uur 1 kindje een flesje moesten geven maar dat we ze alle 3 in hetzelfde ritme kregen. Dit ging ons geleidelijk af, de ene dag kwam de een eerder dan anders en andersom. Het verloop hiervan verliep eigenlijk heel natuurlijk. Ik kan dit niet echt beschrijven, het gebeurde gewoon terwijl we handelden.

Mijn vriendin en ik zijn begonnen met het proberen in verwachting te raken vanaf 2017. Na een aantal maanden / jaar ga je je toch dingen afvragen. Schiet de man losse flodders of is er iets anders bij mevrouw aan de hand? Mijn vriendin is toen naar een fertiliteitspoli gegaan en al snel werd duidelijk dat de eitjes niet groeiden waardoor ze niet springen (ovulatie). Door middel van Menopur⁶ te prikken bij mijn vriendin gingen de eitjes groeien. We

⁶ Menopauzagonadotrofine bevat twee soorten hormonen: follitropine (FSH) en lutropine (LH). Deze hormonen laten bij vrouwen eicellen rijpen en bevorderen de eisprong. Ook zorgen ze dat een bevruchte eicel zich kan nestelen in de baarmoeder. Bij mannen stimuleren ze de aanmaak van zaadcellen. Bron:

<https://www.apotheek.nl/medicijnen/menopauzagonadotrofine?product=menopur>

moesten hiervoor meermaals per week naar de poli om te controleren of de eitjes al groot genoeg gegroeid waren. Wanneer ze rond de 20mm waren mocht mijn vriendin een andere prik spuiten: Ovitrelle⁷. Hiermee zou het eitje springen en bevrucht kunnen raken bij de geslachtsgemeenschap. Hiervoor hadden wij 3 pogingen nodig. 1 poging heeft een traject van meerdere weken.

Literatuur - documentatie:

- Bakker, A (2019). *Ik houd je vast. De kracht van aanraking van je kind* – Utrecht: Kok Boekencentrum
- Borman, D. (2013) – *Aanpakken voor aanstaande vaders; praktische tips voor de zwangerschap, de bevalling en de kraamtijd* – Uitg. Het Spectrum.
- Jong, Shanna de (2020) – *Handboek Vroeggeboorte, voor ouders van prematuren. Informatie en tips uit de praktijk, wetenschappelijk onderbouwd* – Antwerpen/Utrecht: Kosm.s Uitg.
- Koning, D. de (2021) – *Baby's onder stress - Stressbegeleiding van (aanstaande) ouders in de geboortezorg* – Amsterdam: Uitg. SWP.
- Leij, Stephen van der (2020) - 'Daddycation, toegewijd vader zijn' – Heerenveen: Uitg. Ark Media.
- Raadt, B. de, (2018). 'Huidhonger' vraagt om betrokken vaders; *Vroeg, Vakblad over vroegsignalering en integrale vroeghulp* 35/2:4-5, zomereditie.
- Raadt, B. de (2020) – Omgaan met emoties aan het kraambed; in: *Vakblad VROEG; jg. 37-winter-nr.4:19-20*.
- Raadt, B. de (2021) – *Vaderschap – in de context van sociale verloskunde en sociale neonatologie (MKC): een dynamische verkenning* – (brontekst - interne notitie; eigen beheer).
- Raadt, B. de (2021) – Zorgverlenen met ogen, oren en hart; in: *VROEG – Jg38, zomer:30-32*.
- Raadt, B. de, D.H. Stuit, A. Hamberg (2018) – Doen of (los)laten - Ouderbegeleiding in het kinderziekenhuis; in: *Ouderschapskennis, 21/1: 42-50, maart, Amsterdam: Uitg. SWP; ISSN 2210-7398*.
- Raadt B. de, Kemp, M.⁸, m.m.v. Bockel van, J. (2018) – Carpe Diem. Hoe terugkijken helpt om vooruit te kijken – in: *Ouderschapskennis – 21/3: 28-33. Amsterdam: Uitgeverij SWP – ISSN 2210-7398*.
- Tilburg, R. van (2020) – *Kickstart je vaderschap – over vader worden en de beste start creëren als gezin* – Breda: VADER Magazine.
- Warren, I, C. Bond (2016) *Zorgen voor je baby op de couveuseafdeling; handboek voor ouders* – ISBN 978-90-819955-2-8; www.kleinekanjers.nl
- www.nvom.nl ⁹
- <https://www.connect2grow.info/>
- www.bobderaadt.nl
- www.vadermagazine.nl

⁷ Humaan Chorion Gonadotrofine (HCG) is een lichaamseigen hormoon. Bij vrouwen stimuleert HCG de eisprong en zorgt het dat een bevruchte eicel zich kan nestelen in de baarmoeder. Bij mannen stimuleert het de rijping van zaadcellen en de ontwikkeling van de geslachtsorganen. Bron: <https://www.apotheek.nl/medicijnen/humaan-choriongonadotrofine?product=ovitrelle>

⁸ Mitchel vertelt in dit artikel over zijn zoonschap in de relatie tot zijn ouders, zeker in de periode van ziek-zijn en behandeling en daarnaast over zijn eigen vaderschap.

⁹ De NVOM maakt zich sterk voor de belangen van ouders van meerlingen op het gebied van zorg en rechten.