



NIET TE STOPPEN

Hoe lang ga je door met ivf?

Proberen om zwanger te worden via ivf: zo'n onzeker traject heeft veel impact. Maar wat als het keer op keer niet lukt? Kun je dan zeggen: nu is het genoeg geweest? Of ga je door? Want wat als die volgende poging wél slaagt en je hebt 'm niet gedaan?

TEKST: NEELTJE HUIJNE BEELD: STOCKSY

Toen in 1983 de eerste ‘reageerbuisbaby’ werd geboren in Nederland, zoals kinderen die via ivf (in vitro-fertilisatie: bevruchting in glas) ter wereld kwamen toen nog werden genoemd, was dat niet alleen een groot moment voor de wetenschap, maar vooral voor al die stellen die tot dan toe ongewild kinderloos waren. Door buiten het lichaam een eicel te bevruchten met zaadcellen en het embryo in de baarmoeder van de wensmoeder te plaatsen, was er toch weer een kans om zwanger te worden. Een kans die met de jaren alleen maar groter werd: in 2018 was een op de dertig baby’s in ons land een ivf-kind, blijkt uit de meest recente cijfers van de Nederlandse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie (NVOG). Dat is het hoogste percentage tot nu toe. Inmiddels zit dus in bijna elke kleuterklas minstens één kind dat via ivf verwekt is. En dat aantal zal ongetwijfeld nog toenemen, omdat de medische techniek maar voortdendert. Ivf heeft een gemiddeld slagingspercentage van bijna 37 procent. En dat lijkt best veel, maar het betekent tegelijkertijd ook dat twee derde van de ivf-pogingen niet lukt. Maar hoe lang hou je zo’n onzeker traject vol? En wat is dan het moment om te stoppen?

MINDFUCK ‘Ik hoop dat ik het op een gegeven moment gewoon wéét,’ zegt Fleur (37). ‘En dan hoop ik dat ik ook naar dat gevoel kan handelen en kán stoppen. Maar ik sta echt niet voor mezelf in, hoor.’ Fleur en haar man Roel proberen inmiddels ruim drie jaar zwanger te worden en hoewel daar medisch gezien geen aanleiding voor is, lukt dat vooralsnog niet. Sinds de zomer van 2019 zijn ze bezig met ivf en onlangs had Fleur haar derde terugplaatsing. ‘Ik werd daarna niet ongesteld. Drie dagen lang dacht ik voorzichtig dat ik eindelijk zwanger was. De ivf kostte me best wat pijn en moeite: hormonen prikken in de wc op het werk, spanning over de kwaliteit van de eitjes en de embryo’s, buikpijn na de terugplaatsing... Maar dat was ik in die dagen allemaal vergeten. Helaas was het toch weer mis.

Het was de grootste klap tot nu toe, want we hadden zo veel hoop. Nu voelt een baby verder weg dan ooit. We houden nu even pauze en gaan pas over een paar maanden weer een nieuwe poging doen, want we moeten beiden echt even herstellen van deze teleurstelling. Soms vragen we elkaar voorzichtig wat we onszelf eigenlijk aandoen. Maar wat is het alternatief? Daar kan en wil ik nog niet aan denken. Bovendien liggen er nog drie embryo’s in de vriezer.’

Ivf wordt in Nederland vergoed door de zorgverzekeraar. Dat betekent dat je drie puncties mag ondergaan, waarbij vruchtbare eicellen uit je eierstokken worden gehaald om te laten bevruchten. Fleur had uit haar eerste punctie zes goede eicellen, waaruit ook zes prima embryo’s gemaakt konden worden, die werden ingevroren. Als haar drie laatste embryo’s geen zwangerschappen opleveren, kan ze dus nóg twee puncties laten doen, met hopelijk weer net zo veel nieuwe kansen. ‘Daar moet ik eerlijk gezegd niet aan denken,’ zegt Fleur. ‘Dat klinkt gek, maar het lijkt me te zwaar. Want veel mogelijkheden betekent ook veel kans op mislukking. Ik weet niet of ik dat trek. Tegelijkertijd: als je me een paar jaar geleden zou hebben gezegd dat ik nu bezig was met ivf, had ik je niet geloofd. En moet je ons nu eens zien. Als je midden in het traject zit, verschuift je eigen grens steeds meer, is onze ervaring. We willen gewoon heel graag een kind en daar willen we blijkbaar heel veel voor doen. Er kan medisch zo veel, dat wil je dan proberen. Tegelijkertijd heb je geen enkele garantie. Ivf is wat dat betreft één grote mindfuck.’

HAD IK MAAR... ‘Wie met ivf bezig is, stapt op een rijdende trein zonder duidelijk eindpunt,’ zegt Marjolein Grömminger van Freya, de vereniging voor mensen met vruchtbaarheidsproblemen. Zij spreekt veel vrouwen die worstelen met de vraag hoe lang ze nog door willen of kunnen gaan met ivf. ‘Je begint aan een traject dat fysiek en mentaal heel zwaar is en je

‘Een baby voelt nu verder weg dan ooit’

‘Na elke mislukte terugplaatsing voelde het alsof ik een kind verloor’

hebt geen enkele zekerheid dat het een kind oplevert.’ Harde cijfers zijn er niet, maar er wordt weleens gezegd dat ongeveer de helft van de vrouwen die een vruchtbaarheidsbehandeling ondergaat nooit zwanger raakt. Voor sommige stellen is de combinatie van de hoop en het verdriet na een mislukte poging dermate zwaar dat ze midden in een traject stoppen en zich neerleggen bij kinderloosheid. Maar dat zijn er niet veel, weet Grömminger, al heeft ze geen concrete cijfers. Het merendeel, en dan met name de vrouwen, wil doorgaan. ‘Een leven zonder kind is voor hen té erg, hun toekomstbeeld staat daarmee op z’n kop. Het is rouwen, maar dan om iets wat er nooit geweest is, en daar willen ze niet aan. Bovendien: wat nou als de volgende poging wél lukt en je hebt ’m niet gedaan? Er komen immers steeds weer nieuwe behandelopties, en daarmee dus nieuwe hoop. Dan kun je eigenlijk niet stoppen, want wellicht komt jouw kans nog.’ Dit gevoel wordt ‘geanticipeerde rouw’ genoemd en komt veel voor bij ivf: de angst voor het ‘had ik toch maar’-gevoel, voor de ‘hebben we er écht alles uitgehaald?’-vraag. En daarop ‘nee’ moeten antwoorden. Dan liever nog even doorgaan.

NIEUWE KLINIEK, NIEUWE KANSEN

Voor Yvette (39) en haar man was het na drie puncties wel genoeg. ‘Wij waren onverklaarbaar onvruchtbaar: er mankeerde ons fysiek niks en toch werd ik niet zwanger. Vol goede moed begonnen we aan het medische traject, maar ik reageerde heel heftig op de hormonen en had veel buikpijn. Daarnaast lukte het vaak niet om voldoende eicellen te oogsten om embryo’s te kunnen invriezen. Het was slopend, ook al namen we na elke poging ruim de tijd om fysiek en mentaal te herstellen.’ Toen de derde punctie ook geen zwangerschap had opgeleverd, stortte Yvette in. ‘Ik kón niet meer. Mijn lijf was op en ik kon het verdriet niet meer aan. Elke mislukte terugplaatsing was een nieuw rouwproces, ik had keer op keer het gevoel dat ik een kind verloor. We

besloten te stoppen, hoe moeilijk dat ook was. Maar het ging niet meer. Dus trouwden we en gingen reizen, om het gemis te dempen.’ Het leven met z’n tweeën ging vrij goed, tot Yvette twee jaar later via een kennis hoorde over een nieuwe Nederlandse kliniek waar ze de ivf net weer een beetje anders aanpakken. ‘Zij was daar, ondanks veel mislukte eerdere pogingen, wél zwanger geraakt. En dan vlamt de hoop op een kind weer op hè? Mijn kindervens zat er gewoon nog en kwam weer hevig naar boven. Blijkbaar was ik er toch nog niet klaar mee. Voor mijn man hoefde het niet meer, maar hij besloot de keus aan mij te laten. Ik wilde het toch nog één keer proberen, het gevoel hebben dat ik er alles uit had gehaald. Het voelde als een laatste kans.’ En het bleek een gouden kans. Yvette raakt na de tweede punctie in de nieuwe kliniek zwanger.

HEEFT HET NOG ZIN? ‘Dit soort bijzondere succesverhalen geven maar aan hoe lastig het kan zijn om te bepalen waar je grenzen liggen als je in een ivf-traject zit,’ zegt Marieke Verhoeven, gynaecoloog en hoofd van het ivf-centrum van het Amsterdam UMC locatie VUmc. ‘Zwanger worden kán dus soms gewoon, ook al had niemand het meer verwacht. Dat maakt het extra moeilijk om te stoppen, want je weet maar nooit.’ Toch dringt die kwestie zich regelmatig op in de kliniek, onder andere op het moment dat de verzekeraar stopt met vergoeden. Dan gaat Verhoeven samen met de wensouders de behandeling evalueren: zou het, gezien het resultaat tot nu toe, zin hebben om door te gaan? Regelmatig resulteert zo’n gesprek in een zogenaamd stopgesprek. ‘Als wij denken dat een nieuwe behandeling, die stellen dan ook zelf moeten betalen, niet zinvol is, doen we het niet. Daar ben ik open en eerlijk in en ik leg ook precies uit waarom mijn collega’s en ik tot die conclusie zijn gekomen. Sommige stellen snappen dat en besluiten te stoppen, anderen worden boos of verdrietig en willen doorgaan. Ze willen niet →

‘Uiteindelijk kun je alleen zelf bepalen hoe ver je wilt gaan’

horen dat kinderen krijgen waarschijnlijk niet gaat lukken. Dus gaan ze verder, meestal in het buitenland, waar ze soms net iets verder gaan of tot een hogere leeftijd doorbehandelen. Dat kan ik soms nog wel begrijpen ook, ik weet uit ervaring dat je niet meer altijd logisch kunt nadenken als je kinderwens zo groot is.’

ROUWPROCES Fleur heeft soms ook moeite met de ongebreidelde mogelijkheden die er zijn om een kind te krijgen. ‘Ik voel me soms een verwend prinsesje als ik het ziekenhuis in kom. Waarom moet ik zo nodig al deze toeters en bellen om mijn zin te krijgen, denk ik dan. Maar ja, ik zeg nu wel dat ik geen drie puncties wil, maar het zou me ook niks verbazen als ik over een paar jaar in een kliniek in Spanje zit omdat alle pogingen hier mislukt zijn. Want die kinderwens zit heel diep vanbinnen en daar kan ik niks tegen doen.’ Gynaecoloog Marieke Verhoeven krijgt regelmatig de vraag: ‘Wat zou u doen? Stoppen of doorgaan?’ ‘Ik laat me daarover nooit een uitspraak ontlokken, want ik kan en mag het niet voor wensouders bepalen. Ik kan wel het dilemma en het verdriet erkennen. Geen kinderen kunnen krijgen, gaat veel verder dan geen baby hebben. Je zult ook nooit een afstuderen of eerste baan meemaken, je wordt geen grootouders... Je zult je hele leven geconfronteerd worden met het feit dat je kinderloos bent gebleven en dat is echt een langdurig rouwproces.’ Sommige stellen zijn daar nog niet, merkt Verhoeven weleens, terwijl zij en haar collega’s dan eigenlijk allang weten dat verdergaan weinig zin heeft. Die koppels biedt ze soms een zogenaamde ‘vaarwelbehandeling’ aan, een allerlaatste poging, als een soort afscheid. ‘Ik hoor vaak dat ze het na die laatste keer echt konden afsluiten, dat het minder hard was. Dat gun ik iedereen.’ Ook Marjolein Grömminger van Freya zal stellen nooit adviseren om te stoppen of door te gaan. ‘Al zie ik genoeg stellen waarvan ik denk: denken jullie wel voldoende aan jezelf? Sommige mensen gaan echt

ten onder aan hun eigen grenzeloosheid. Dat vind ik moeilijk om te zien. Soms lijkt stoppen het beste, zeker voor een buitenstaander, maar uiteindelijk kunnen stellen alleen zelf bepalen hoe ver ze gaan. Freya heeft allerlei lotgenotengroepen waarin gesproken wordt over stoppen met ivf, of over het accepteren van kinderloosheid.’ Yvette, inmiddels de trotse moeder van Levi (2), weet het in elk geval zeker: voor haar nooit meer ivf. ‘Ik gun Levi echt een broertje of zusje, maar ik kan een nieuw traject niet meer aan. Ik voel na een paar slapeloze nachten heel goed dat ik geen dertig meer ben en wil de komende jaren graag nog een fitte moeder zijn. En dat ben je niet als je met ivf bezig bent, zeker mentaal niet.’ Fleur en Roel gaan voorlopig nog even door. ‘We zijn nog maar net begonnen. Maar ik hoop echt dat ik in staat ben er geen tien jaar van mijn leven aan te wijden. Dat ik terugkijk op mijn leven en moet erkennen dat ik jaren ongelukkig was omdat ik geen kind kon krijgen. Dat wil ik niet. Maar ik sluit inmiddels niets meer uit.’ ♦

Hoe accepteer je het?

In de documentaire *Heb jij kinderen?*

gaat Inés ten Berge op zoek naar een antwoord op de vraag hoe je accepteert dat je geen kinderen kunt krijgen in een wereld waarin alles medisch-technisch mogelijk lijkt. Ondertussen vertelt ze ook over haar eigen sterke kinderwens en over hoe haar vruchtbaarheidsbehandelingen op niets zijn uitgelopen.

Te zien op NPOStart en 2doc.nl. Nog meer zien? Op anderetijden.nl staat een mooie reportage uit 2003 over twintig jaar ivf in Nederland.

‘Ik zeg nu wel dat ik geen drie puncties wil, maar wie weet zit ik over een paar jaar in een kliniek in Spanje’