

NOMI KREEG EEN DRIELING

‘Eenmaal achter de kinderwagen ben ik zó trots’

Het was even schrikken toen Nomi en haar vriend Rob te horen kregen dat zoon Wolf twee zusjes en een broertje zou krijgen. In één keer. Want een drieling is niet alleen bijzonder, maar ook veel werk.

INTERVIEW NEELTJE HUIRNE FOTOGRAFIE BRENDA VAN LEEUWEN VISAGIE ASTRID TIMMER

Nomi Harmsen (30) en Rob (36) hebben vier kinderen: Wolf (1,5) en Rover, Filou en Bowie (3 maanden, maar 7 weken te vroeg geboren).

Afgelopen week gingen we voor het eerst met Wolf, Rover, Filou en Bowie naar buiten. De baby's in de drielingwagen en Wolf in de draagzak, want die kan nog niet zo ver zelf lopen. Voordat iedereen gevoed en aangekleed op de stoep stond, waren we bijna een uur verder, haha. De tijd dat je zo buiten staat met je kind is voorbij. Maar wat was ik trots toen ik achter de kinderwagen liep, niet normaal. Het is hard werken, vier kleintjes, maar dit moment maakte veel goed.

DRIE MENSJES Ik droomde altijd al van een groot gezin. Ik ben deels opgegroeid in een samengestelde familie met vijf kinderen en zo iets zag ik zelf ook wel voor me. Ik was snel zwanger van Wolf en toen hij er eenmaal was, besloten we niet te lang te wachten met een tweede. Toen Wolf zeven maanden was, was het al raak. Dat was wel een beetje een shock, maar we waren erg blij, want het ging eigenlijk precies zoals we het

voor ons zagen. Althans, dat dachten we. Vanwege corona mocht Rob niet mee naar de verloskundige. Dat vond ik niet zo'n ramp, we wisten wat er ging komen en er zou voor hem ongetwijfeld nog een ander echomoment zijn. Nietsvermoedend lag ik op de behandeltafel. De echoscopist zag het al na dertig seconden: "Oh jeel!" riep ze: "Het zijn er twee! Nee, drie!" Ik wist niet wat ik hoorde. Drie? Ik trilde van top tot teen. Maar ik zag het ook: er zaten drie mensjes in mijn buik. "Ik voel met je mee," zei de echoscopist, die mij volgens mij een beetje zielig vond. Ze keek trouwens haar ogen uit, want zo vaak had ze nog niet een drieling op haar scherm gehad. Dat steuntje in de rug was fijn, want ik dacht even dat mijn leven voorgoed voorbij was. Tegelijkertijd was ik trots, want het was een spontane drieling, en die zijn zeldzaam. Ze komen vaker voor bij ivf-behandelingen waarbij meerdere embryo's worden teruggeplaatst, maar zo vanzelf gebeurt maar één op de zeventuizend keer. Ik belde Rob, die met Wolf bezig was en nauwelijks hoorde wat ik zei. Pas toen ik thuis was, drong het tot hem door. We belandden meteen in een praktische →



‘De echoscopist keek haar ogen uit: een drieling, op haar scherm!’

modus, want we zouden naar een ruimer huis moeten verhuizen en een andere auto moeten kopen – ons hele leven zou veranderen. Het duurde even voor we bekomen waren van de shock, maar al snel waren we er beiden heel gelukkig mee.

DILEMMA Het nieuws ging als een lopend vuurtje. Alle zes verloskundigen uit de praktijk hebben een keer gebeld om te vragen hoe het ging en iedereen om me heen was razend nieuwsgierig. Toch maakte ik er zelf niet zo’n big deal van. Het mag dan uniek zijn, ik voelde me zwanger van Wolf net zo bijzonder. Dat kwam misschien ook omdat de zwangerschap bijna vlekkeloos verliep, vrij bijzonder bij een drieling. Ik had geen last van kwaaltjes, mijn buik werd niet overdreven groot en ik bleef me fit voelen.

Maar voor de drieling was de zwangerschap niet zonder risico’s. Drielingen worden bijna altijd te vroeg geboren, waarbij de kans op complicaties en een ontwikkelingsachterstand groot is. Bovendien moeten ze alle drie gehaald worden als het met eentje slecht gaat. Er werd ons daarom gevraagd of we de zwangerschap met alle baby’s wilden doorzetten. Het was ook een optie om de twee meisjes, een tweeling, niet geboren te laten worden. Zij deelden een placenta en liepen daardoor extra risico op het Tweeling Transfusie Syndroom (TTS), waarbij één baby veel bloed geeft aan de ander, maar bijna niets terugkrijgt. Dat kan leiden tot de dood.

Ik vond het een moeilijke vraag en verdrietig om te horen wat onze kinderen kon overkomen. Maar om daarom twee vooralsnog gezonde baby’s weg te laten halen, vonden we wel een heel grote stap. Toch heb ik er, met Wolf in mijn achterhoofd, heel even over nagedacht. Straks kregen we één of meer kinderen die veel zorg nodig hebben en dan zou hij te weinig aandacht krijgen. Dat vond ik een onverdraaglijke gedachte. Maar het ging goed met de baby’s. Ze ontwikkelden zich zoals het hoorde. Rob vond daarom dat we ook stil

moesten staan bij het feit dat het een spontane drieling was. Ze waren ons gegund en hoorden eigenlijk al bij ons, vond hij. En daar had hij gelijk in.

TOCH MIS Toen we eenmaal hadden besloten dat we drie baby’s zouden krijgen, viel er een last van me af. We verlieten Amsterdam voor een ruim huis met een tuin in Eindhoven en ik besloot me zo min mogelijk zorgen te maken over alle mogelijke complicaties, al was ik bang dat ze veel te vroeg zouden komen. Maar vooralsnog bewogen ze vrolijk met z’n drietjes in mijn buik. Drie paar bewegende armen en benen voelt wel anders dan één baby, ik kon echt voelen dat het drie verschillende mensjes waren en wist ook wie waar lag. Zonder kleerscheuren – ik heb niet één keer plat hoeven liggen en kon zelfs Wolf nog tillen – kwamen we aan in week achtentwintig, een cruciale week voor meerling-zwangerschappen. Vanaf dat moment wordt de kans op complicaties kleiner en is de kans dat de baby’s het na een vroeggeboorte overleven groter. Vanaf toen ging het met mij alleen juist wat minder. Mijn vader maakte een einde aan zijn leven. Heel onverwacht en verdrietig, maar er uitgebreid bij stilstaan vond ik moeilijk, want mijn zorgen om de baby’s hadden de overhand. Daarbij sliep Wolf niet, hij kreeg tandjes en was voortdurend snotterig. En dus sliep ik ook niet. Ik werd er niet fitter op en moest rust nemen. Ik ben zelfs een tijdje opgenomen om bij te kunnen komen. Ik voelde me schuldig ten opzichte van Rob en Wolf, omdat ik er niet voor hen kon zijn. Onzin natuurlijk, maar zo voelde het toen wel.

Toen ik drieëndertig weken zwanger was ontdekten de artsen dat de tweeling toch het TTS-syndroom had, mijn grootste angst. Filou kreeg te veel bloed van Bowie en had daardoor een verdikte hartspier. Ze moesten gehaald worden. Rob was aan het werk, en ik was te zenuwachtig om uit mijn woorden te komen. De gynaecoloog nam de telefoon over en vertelde dat ik een keizersnee kreeg, maar dat ze zouden wachten tot hij er was. Zo lief. →



**‘Eenmaal met mijn bed
tussen drie couveuses
kon ik alleen maar huilen’**



‘Gelukkig kunnen we erom lachen als we als zombies boven hun bedjes staan’

En toen waren ze er ineens, een wonder. Ze hebben alle drie even bij me kunnen liggen, heel bijzonder. Vlak daarna lag ik helaas alleen op de uitslaapkamer, terwijl Rob met de drieling mee was naar de neonatologie-afdeling. Dat voelde zó eenzaam. Eenmaal met mijn bed tussen drie couveuses kon ik alleen maar huilen. De spanning van de zwangerschap en de bevalling en het verdriet om mijn vader kwamen er ineens uit. Wat waren ze immens klein en wat zaten er veel slangetjes en apparaten aan ze vast. Ze kregen zuurstof en medicatie, om ze stabiel te houden. Heel moeilijk en beangstigend om te zien. Door de pijn na de keizersnee kon ik ze de eerste dagen ook niet goed vasthouden, terwijl dat het enige was dat ik wilde: mijn kinderen bij me hebben en ze beschermen.

NAAR HUIS En dat was hard nodig, want met Filou ging het slecht. Haar hart functioneerde niet goed door de verdikte hartspier. De artsen moesten alle zeilen bijzetten om haar in leven te houden. Rob ging steeds bij haar kijken. Filou in dat bedje, opgezet van het vocht, met al die toeters en bellen en voortdurend minstens vier mensen om haar heen, het was de eerste keer dat ik hem in tranen zag. Ik kon niet makkelijk naar haar toe, want ik was nog niet mobiel. Verschrikkelijk. In mijn hoofd praatte ik voortdurend tegen haar en ik heb in die dagen wat afgebeden om ervoor te zorgen dat ze het zou redden. Na drie dagen kwam Filous arts ineens onze kamer binnen om te vertellen dat hij die dag tijd had gehad om koffie te halen. Dat betekende dat het de goede kant op ging met Filou. We waren zo opgelucht. Maar het was ook bizar: vlak daarvoor dacht ik nog dat we onze dochter zouden verliezen en nu ging het zo goed. Een wonder, noemden de dokters het. Voor mij voelde het anders: ik kon de overgang mentaal nauwelijks bijbenen. Dat we vier weken later naar huis mochten, was voor mij ook een grote stap. Het ging hartstikke goed met de drieling, ook met Filou. Haar

hartspier zag er weer normaal uit en vormde geen gevaar meer. Er was dus geen reden meer om ze in het ziekenhuis te houden. Ik vond het behoorlijk eng: drie baby's mee naar huis. Maar we moesten het echt zelf gaan doen. Dus daar zaten we, met drie prematuurtjes op de achterbank. Echt bizar, maar ook gaaf. Eenmaal thuis werden we verrast door onze familie, met ballonnen en cadeautjes, terwijl Wolf als een kip zonder kop rondrende. Tel daarbij op dat de baby's honger kregen, terwijl we niets hadden kunnen voorbereiden... Het was één grote stress-toestand. Tot de kraamverzorgende zei: "Denk je dat ze in het ziekenhuis al hun voedingen stipt op tijd kregen?" Dat was zo'n geruststellende opmerking.

FULLTIMEBAAN Eigenlijk is het gewoon een fulltimebaan, zo'n drieling. Tot voor kort waren we ruim anderhalf uur bezig met een voeding. 's Nachts doen we die samen, we slapen gemiddeld vier uur per nacht. Gelukkig kunnen we vaak om de situatie lachen als we weer eens als zombies boven die bedjes staan. Wolf vindt zijn broer en zusjes superleuk, zeker nu ze steeds meer beneden zijn. We hielden ze de eerste weken vooral boven, die rust hadden ze nodig. Als Wolf ze hoort door de babyfoon, zegt hij "Baby!" en inmiddels kan hij ook "aaien" zeggen, wat hij ook zó lief bij ze doet. Nu de baby's wat sneller drinken, komt er ook wat tijd om uitgebreider met ze te knuffelen, voorheen lukte dat niet altijd. Ik moet zelf ook af en toe eten, of onder de douche, en dan dient de volgende voedingsronde zich weer aan. Dat vind ik soms moeilijk, doe ik ze niet tekort omdat het soms nog zo als een taak voelt? Maar dat is wel een belangrijke: ik moet ervoor zorgen dat ze groeien en gezond blijven, want dat laatste blijft een zorg. En daar doe ik alles voor. Het is een droom die uitkomt, dit grote gezin en ik verheug me ontzettend op later: een eettafel vol kinderen met allemaal verhalen, of op mooie vakanties samen. En op slapen. Dat eerst.' ♦

