



Kraamzorg in beeld

Een kwalitatieve studie naar de betekenis van kraamzorg

In opdracht van ActiZ

juli 2014

Dr. Marie-Josée Smits
ZorgEssentie

Voorwoord

De waarde van kraamzorg laat zich lastig vatten in feiten en cijfers. Wetenschappelijk onderzoek is daardoor dan ook niet eenvoudig. De betekenis van kraamzorg lijkt zich beter te vatten in kwalitatieve waarden. Hoe leg je vast wat het betekent om - in die ingrijpende periode tijdens en na de bevalling - zelfvertrouwen te krijgen in het moederschap? Hoe krijgt de nieuwe moeder en haar gezin de rust en ruimte om vat te krijgen op de nieuwe gezins-situatie? En hoe ervaar je de veiligheid voor de kwetsbare pasgeborene?

ActiZ heeft er daarom voor gekozen om via een kwalitatieve studie op zoek te gaan naar de woorden die de waarden van kraamzorg in beeld brengen. Deze studie valt onder het Werkprogramma 'Vernieuwd Kwaliteitsbewustzijn'. In dit programma worden inzichten verzameld en bij elkaar gebracht over het gebruik van kwalitatieve bronnen (zoals interviews, participatie) voor het verbeteren en verantwoorden van zorg.

Onder gedreven en deskundige begeleiding van dr. Marie-Josée Smits hebben kraamvrouwen en hun partners in focusgroepen openhartig aangegeven wat ze belangrijk vinden in de eerste levensweek van hun pasgeborene en welke betekenis kraamzorg hierin heeft gespeeld. In een focusgroep met kraamverzorgenden is diepgaand gesproken over de deskundigheid die deze professional nodig heeft om die zorg ook te kunnen bieden. In een focusgroep met de ondersteuners van de kraamverzorgenden is verder ingegaan op hoe de deskundigheidsbevordering van de kraamverzorgende wordt vormgegeven. En in de laatste focusgroep waren samenwerkingspartners (verloskundige, gynaecoloog, manager verloskunde van een ziekenhuis en zorgverzekeraars) aan het woord, die vanuit hun eigen perspectief de betekenis die kraamzorg voor hen en voor de geboortezorg in het algemeen hebben besproken.

Uit het rapport komt de betekenis van kraamzorg voor het gezin duidelijk naar voren. Volgens de geïnterviewde draagt kraamzorg bij aan een voorspoedig herstel van de kraamvrouw, een goede start van de pasgeborene en het inspelen op de veranderingen in het nieuwe gezin, zodat het gezin na de kraamperiode haar activiteiten weer volledig zelf kan oppakken. Vanwege de aanwezigheid in gezinnen leveren kraamverzorgenden ook een belangrijke bijdrage aan een vroegtijdige signalering van gezondheids-, opvoedings-, en ontwikkelingsproblemen.

ActiZ zal de uitkomsten van de studie gebruiken in haar activiteiten rondom kwaliteitsverbetering en -verantwoording van de kraamzorg. Daarnaast zullen de bevindingen uit het rapport worden meegenomen in de huidige ontwikkelingen rondom integrale geboortezorg.

Onze dank gaat uit naar alle deelnemers van de groepsinterviews die hun ervaringen zo ruim- en openhartig hebben gedeeld.

Wij wensen u veel leesplezier!

Namens ActiZ, Marlies Buurman

Inhoud

Voorwoord	i
Samenvatting	iii
1 Het perspectief van kraamvrouwen en direct betrokkenen	1
1.1 Aanleiding en context van deze studie	1
1.2 Theoretisch kader en aanpak	2
1.3 Aard en opbouw van het rapport	4
2 Goede kraamzorg: kraamvrouw en gezin in hun kracht	5
2.1 Zelfvertrouwen krijgen	6
2.2 Grip krijgen op het eigen leven	8
2.3 Ervaringen delen en verwerken	12
2.4 Veiligheid ervaren	15
2.5 Rust en ruimte om bij te komen en de nieuwe situatie eigen maken	17
2.6 Zorg die bij hén past	21
2.7 Aansluiten als kern van goede zorg	24
3 Deskundigheid om het goede te doen	25
3.1 Kennis hebben en kunnen overbrengen	25
3.2 Relationele vaardigheden	26
3.3 Flexibel zijn en prioriteiten stellen	27
3.4 Openstaan voor feedback en zelfreflectie	28
3.5 Ondersteuning van deskundigheid vanuit de organisatie	29
3.6 Leer- en reflectiemomenten voor deskundigheidsbevordering	30
4 Kraamzorg: een schakel in de geboorteketen	32
4.1 De specifieke bijdrage van de kraamzorg	33
4.2 Belang van kraamzorg in de geboorteketen	40
Bijlage 1: kennis, vaardigheden en houding	41

Samenvatting

Hoofdstuk 1 • De betekenis van kraamzorg in woorden en beelden

De betekenis van kraamzorg kan op allerlei manieren in beeld worden gebracht. Bijvoorbeeld door cijfers te verzamelen over hoe vaak en hoeveel zich iets voordoet. In dit rapport doen we verslag van een kleinschalige kwalitatieve studie naar de betekenis van kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin op basis van verschillende groepsinterviews (focusgroepen), namelijk met: kraamvrouwen zelf en hun partners; kraamverzorgenden; degene die hen ondersteunen (opleiders, managers, staffunctionarissen) en hun samenwerkingspartners (verloskundige, gynaecoloog, manager van een afdeling verloskunde en zorgverzekeraars). We denken dat door het benutten van kwalitatieve bronnen (zoals interviews) het relationele, complexe en dynamische karakter van kraamzorg goed in beeld kan komen en recht wordt gedaan aan hetgeen kraamverzorgenden voor kraamvrouwen en hun gezin kunnen betekenen. Op basis van de kwalitatieve informatie uit dit rapport kunnen thema's gedestilleerd worden voor het verbeteren en verantwoorden van kraamzorg. Ook is deze informatie te benutten om te spreken over de waarde van kraamzorg in de geboorteketen. De betekenis van kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin is dan het uitgangspunt.

Deze studie is uitgevoerd in opdracht van ActiZ in het kader van het werkprogramma 'Vernieuwd kwaliteitsbewustzijn'.

Hoofdstuk 2 • Goede kraamzorg: kraamvrouwen en gezin in hun kracht

In onderstaand overzicht is de betekenis van kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin samengevat in een aantal thema's. Met behulp van de wetenschappelijke methode van 'focusgroepen', is in eerste instantie aan kraamvrouwen en hun partners zelf gevraagd wat de betekenis van kraamzorg voor hen is geweest. Uit deze informatie zijn onderstaande thema's gedestilleerd die de waarde van kraamzorg voor hen samenvatten. Dit beeld is bevestigd in de andere focusgroepen met kraamverzorgenden, hun ondersteuners en samenwerkingspartners. Voor kraamvrouwen en hun gezin is het vooral van belang dat de kraamverzorgende (met kennis en kunde) de rust en ruimte creëert dat de kraamvrouw kan herstellen en samen met haar gezin in haar kracht kan komen om goed voor de pasgeborene te zorgen en deze te integreren in het gezin. Wat ze daarvoor nodig hebben, is voor verschillende kraamvrouwen en hun gezin verschillend. Daarom is het ook van belang dat de kraamverzorgende de kraamvrouw en het gezin leert kennen om bij hen aan te kunnen sluiten.

In hoofdstuk 1 zijn deze thema's ten aanzien van goede kraamzorg uitgewerkt. We hebben daarbij veel citaten gebruikt om kraamvrouwen en partners uit het groepsinterview zo veel mogelijk zelf aan het woord te laten, met als doel zo veel mogelijk recht te doen aan hun ervaringen.

Kraamvrouwen / partners hebben behoefte aan:	Kraamzorg draagt daaraan bij door:
<p>Zelfvertrouwen krijgen</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ praktische tips en adviezen te geven ■ ouders te complimenteren en te bevestigen ■ ouders mee te laten kijken, daarna zelf te laten doen ■ kracht te geven tijdens en na de bevalling
<p>Grip krijgen op het eigen leven</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ ouders en gezin leren op eigen benen te staan ■ structuur aan te brengen die blijft ■ advies op maat te geven ■ eigen verantwoordelijkheid ouders te respecteren ■ spanningen te signaleren en bespreekbaar te maken
<p>Ervaringen delen en verwerken</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ aandacht te geven aan het bevallingsverhaal ■ angst en ongerustheid te bespreken ■ kraamvrouwen te helpen zichzelf te begrijpen
<p>Veiligheid ervaren</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ hoedster te zijn van moeder en kind ■ signaleren van risico's en tijdig door te verwijzen
<p>Rust en ruimte om bij te komen en de nieuwe situatie eigen te maken</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ kraamvrouwen te verzorgen ■ pasgeborene te helpen integreren in het gezin ■ huishouden / zorg andere kinderen over te nemen ■ bezoek te reguleren ■ eigen ruimte van ouders te respecteren ■ kraamvrouwen te verwennen
<p>Zorg die bij hén past</p>	<ul style="list-style-type: none"> ■ Verwachtingen te bespreken ■ voortdurend af te stemmen / zorgvraag te zien ■ waarden, normen en gebruiken respecteren ■ geen standaardzorg te geven

Hoofdstuk 3 • Deskundigheid om het goede te doen

In alle focusgroepen is – naast de betekenis die kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin heeft - gesproken over de deskundigheid die kraamverzorgenden nodig hebben voor het bieden van goede zorg. In bijlage 1 is een overzicht opgenomen van hetgeen in de verschillende focusgroepen is genoemd. Deze lijst is niet uitputtend, maar geeft een goed beeld van de brede deskundigheid die van kraamverzorgenden wordt gevraagd. In onderstaand schema staan de thema's die gedestilleerd zijn uit het groepsgesprek met kraamvrouwen en partners. Ze vatten samen wat volgens hen belangrijk is. Ze staan in hoofdstuk 2 uitgewerkt.

Deskundigheid nodig voor het bieden van goede kraamzorg

- kennis hebben (en kunnen overdragen) zoals van verzorging en gezondheid(srisico's)
- relationele vaardigheden zoals aandacht, begrip, invoelend vermogen, communiceren
- flexibel zijn en prioriteiten stellen
- openstaan voor feedback en zelfreflectie

In de focusgroep met ondersteuners is - naast de betekenis die kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin heeft en de deskundigheid die kraamverzorgenden nodig hebben om dat te bieden - gesproken over de manier waarop de kraamzorgorganisatie, de deskundigheid van haar kraamverzorgenden kan versterken. Zij geven aan dat standaard aan deskundigheidsbevordering wordt gedaan ten aanzien van risicosignalering en het gebruik van protocollen. Dit betreft met name het eerste thema dat genoemd staat in het schema over 'Deskundigheid voor goede kraamzorg'. Daarnaast wordt met veel inventiviteit en creativiteit ruimte gecreëerd om aan de overige drie thema's te werken, die hierboven in het schema genoemd staan. Deze hebben vooral van doen met 'goed aan kunnen sluiten' bij kraamvrouwen en hun gezin. Elk gezin heeft namelijk iets anders nodig om in haar kracht te komen. Om de houding, vaardigheden en kennis van kraamverzorgenden op dit vlak te ondersteunen wordt vaak gebruik gemaakt van coachende vaardigheden van leidinggevenden en talenten van (staf)medewerkers en opleiders die in dienst zijn. In hoofdstuk 3 staat een opsomming van leer- en reflectiemomenten voor deskundigheidsbevordering die uit de focusgroep met ondersteuners naar voren zijn gekomen.

Hoofdstuk 4 • Kraamzorg: een schakel in de geboorteketen

Het beeld van goede kraamzorg dat uit de focusgroep met samenwerkingspartners naar voren komt, is vergelijkbaar met dat uit de andere focusgroepen, met een aantal nuance verschillen (zie de laatste twee in onderstaand schema). De thema's die uit de focusgroep met hen gedestilleerd zijn staan in hoofdstuk 4 uitgewerkt.

Thema's die het belang van kraamzorg voor samenwerkingspartners weergeven

- Ouders zelfvertrouwen geven
- Ondersteuning bieden bij de bevalling
- Aandacht geven aan het bevallingsverhaal
- Ouders leren op eigen benen te staan
- Angst en ongerustheid bepreken
- Signaleren van risico's en doorverwijzen
- Begeleiden en praktische adviezen geven
- Helpen de pasgeborene te integreren in het gezin
- Voorbereiden van het kraambed als onderdeel van het hele plaatje?
- Huishoudelijke zorg en zorg voor andere kinderen?

Net als uit de andere focusgroepen komt uit het gesprek met samenwerkingspartners naar voren dat het voor kraamvrouwen en hun gezin van belang is dat de kraamverzorgende (met kennis en kunde) de rust en ruimte creëert dat de kraamvrouw kan herstellen en samen met haar gezin in haar kracht kan komen om goed voor de pasgeborene te zorgen en deze te integreren in het gezin. Wat kraamvrouwen en gezinnen daarvoor nodig hebben van kraamverzorgenden, kan steeds anders zijn.

Als het gaat om de waarde van kraamzorg in de geboorteketen, benadrukken zij de signalerende rol die kraamverzorgenden hebben. Situaties signaleren waarin het fout dreigt te gaan, dit voorkomen of adequaat hulp inschakelen als dat nodig is. In dat kader noemen ze dat het jammer is dat sommige kraamgezinnen om financiële redenen (eigen bijdrage) er soms voor kiezen om kraamzorg terug te schroeven. Dat kunnen juist gezinnen zijn waar de kraamverzorgende een belangrijke rol kan vervullen als het gaat om het signaleren van risico's.

Uit de focusgroep met samenwerkingspartners komt naar voren dat voor hen kraamzorg een belangrijke schakel is in de geboorteketen en dat het zaak is dat alle partijen die daarin betrokken zijn goed samenwerken in het belang van de kraamvrouw en haar gezin. Kraamzorg, gynaecologen, verloskundigen moeten zich gezamenlijk inzetten om de samenwerking in de geboorteketen te versterken.

1 Het perspectief van kraamvrouwen en direct betrokkenen

“

Ik ben 31 jaar. Ik heb bijna een half jaar geleden een zoontje gekregen, mijn eerste... De kraamverzorgster zorgt ervoor dat het allemaal gaat lopen rondom het kind en met het kind. Bij een eerste kindje, je weet echt niks, echt helemaal niks. Dan is het zo fijn dat er iemand komt om dingen uit te leggen en dingen van je over te nemen. Bij ons ging het alleen na twee dagen niet helemaal goed met ons zoontje. Dus we moesten weer naar het ziekenhuis... Op zich komt het wel op z'n pootjes terecht. Ook om weer naar huis te gaan. Door de kraamzorg konden we eigenlijk wat sneller weer gewoon naar huis en alles weer oppakken (kraamvrouw).

”

Dit citaat is van een ex-kraamvrouw. Zij vertelt wat de betekenis van kraamzorg was voor haar kraamtijd. In dit rapport doen we verslag van een kleinschalige studie naar de betekenis van kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin vanuit het perspectief van de direct betrokkenen uit de praktijk. We starten daarbij met de woorden van kraamvrouwen zelf en hun partners. Wat was de betekenis van kraamzorg voor hen? Daarnaast komen andere betrokkenen aan het woord, zoals kraamverzorgenden, degene die hen ondersteunen (opleiders, managers, staffunctionarissen) en hun samenwerkingspartners (verloskundige, gynaecoloog, manager van de afdeling verloskunde en zorgverzekeraars). We laten zien welk beeld van kraamzorg uit hun verhalen naar voren komt.

Als we in dit rapport spreken over kraamvrouwen, partners, kraamverzorgenden, ondersteuners of samenwerkingspartners, dan bedoelen we hen die we gesproken hebben in het kader van deze studie.

1.1 Aanleiding en context van deze studie

De studie wordt uitgevoerd in opdracht van ActiZ als onderdeel van één van de uitwerkingen van Kwaliteitskoers 2.0 waartoe in het najaar van 2011 in de Algemene Ledenvergadering van ActiZ is besloten, namelijk het thematisch werkprogramma 'Vernieuwd Kwaliteitsbewustzijn'.¹ Met deze kraamzorgstudie wordt een bijdrage geleverd aan het verkrijgen van inzicht in de vragen die centraal staan in het werkprogramma. Kan door het benutten van kwalitatieve bronnen (zoals interviews en observaties) de relationele, complexe en dynamische kant van zorgverleners in beeld komen? Kan daarmee op een andere manier een bijdrage geleverd worden aan het verbeteren en verantwoorden van zorg, dan mogelijk is met feiten en cijfers? Op basis van dit rapport wordt – na de totstandkoming ervan – met

¹ Meer informatie over het thematisch werkprogramma staat in de clickable PDF die u kunt vinden op de website [actiz.nl](http://www.actiz.nl) (<http://www.actiz.nl/website/dossiers/kwaliteit/kwaliteit/20130705115200>).

verschillende betrokkenen daarover gesproken. Bovengenoemde vragen worden daartoe aan hen voorgelegd.

Tegelijkertijd en samenhangend met het voorgaande, is het doel van deze studie om inzicht te krijgen in de betekenis van kraamzorg in de geboorteketen. Dit is een belangrijke vraag die op dit moment in de branche voorligt. Op basis van de kwalitatieve informatie uit dit rapport kan de waarde van kraamzorg voor de geboorteketen besproken worden vanuit het perspectief van kraamvrouwen en hun gezin.

1.2 Theoretisch kader en aanpak

Theoretisch kader

De betekenis van kraamzorg kan op allerlei manieren in beeld worden gebracht. Bijvoorbeeld door cijfers te verzamelen over hoe vaak en hoeveel zich iets voordoet. Hoe vaak verwijst de kraamverzorgende door naar anderen? Hoeveel vrouwen geven borstvoeding? In deze studie is een ander perspectief gekozen. Het perspectief van de kraamvrouw, hun partners en direct betrokkenen bij kraamzorg in de praktijk. Wat zeggen zij over de waarde van kraamzorg?

We zoomen in deze studie in op de relatie tussen kraamvrouwen/ partners en kraamverzorgenden, omdat daarin goede zorg tot stand komt.² Daarmee krijgen we inzicht in de vraag wat het betekent voor het welbevinden van de kraamvrouw dat - op dit cruciale moment in haar leven, het krijgen van een kind - de kraamverzorgende haar en haar gezin met betrokkenheid, aandacht en deskundigheid begeleidt en ondersteunt?

Focusgroeponderzoek

De (wetenschappelijke) methode die gebruikt is om de ervaringen van betrokkenen in beeld te brengen heet 'focusgroeponderzoek'.³ Focusgroepen zijn uitermate geschikt om concrete ervaringen met zorg op te sporen die voor mensen zelf - zorgontvangers en zorgverleners - van waarde zijn. Een focusgroep is een groep mensen die betrokken zijn bij een bepaald onderwerp en die daar vanuit hun eigen ervaringen over kunnen vertellen. Met hen wordt een gestructureerd doch open gesprek gevoerd van ongeveer 2,5 uur om diepgaand inzicht te krijgen in hun ervaringen. Dit gesprek wordt gevoerd aan de hand van een gespreksleidraad. Bij de start van de focusgroep is de deelnemers gevraagd om een kaart te kiezen die de waarde van kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin symboliseert.

² We hanteren hier het theoretisch perspectief van de Zorgethiek / presentie.

³ Voor het uitvoeren van de focusgroep wordt gebruik gemaakt van de 'Handleiding focusgroep' van het CBO.

Van het gesprek wordt een transcript gemaakt (letterlijk uitgetypt). Dit materiaal wordt vervolgens geanalyseerd, geordend en gethematiseerd. Op basis daarvan worden inzichten en meningen van de deelnemers in een rapport zodanig in beeld gebracht dat dit recht doet aan hun ervaringen.

Aard van het rapport

Om recht te doen aan de ervaringen van de deelnemers en hen zo veel mogelijk zelf aan het woord te laten, staan in dit rapport veel citaten. Daarmee geven we de lezer tevens inzicht in de materie waarop conclusies getrokken zijn. De citaten zijn zo veel mogelijk letterlijk weergegeven en alleen taalkundig gecorrigeerd. De citaten zijn gekozen als sprekende voorbeelden van vergelijkbare uitspraken van respondenten.

Kwalitatieve gegevensverzameling

Om gegevens te verzamelen zijn vier focusgroepen gehouden:

- Focusgroep met 9 kraamvrouwen en 2 partners, met als doel inzicht te krijgen in de betekenis die kraamzorg voor hen heeft gehad.
- Focusgroep met 14 kraamverzorgenden uit verschillende kraamzorgorganisaties, met als doel inzicht te krijgen in de betekenis die kraamzorg volgens hen heeft voor kraamvrouwen, hun partner en gezin; wat ze zelf in huis moeten hebben om die zorg te kunnen bieden; en hoe ze daarbij ondersteund kunnen worden.
- Focusgroep met 12 ondersteuners (opleiders, managers, staffunctionarissen) van verschillende kraamzorgorganisaties, met als doel inzicht te krijgen in de betekenis die kraamzorg volgens hen heeft voor kraamvrouwen, hun partner en gezin; wat kraamverzorgenden daarvoor in huis moeten hebben; en hoe zij dat kunnen ondersteunen.
- Focusgroep met 5 samenwerkingspartners (één verloskundige die tevens docent en onderzoeker is, een gynaecoloog, een manager van een afdeling verloskunde van een academisch ziekenhuis en twee zorgverzekeraars) uit de geboorteketen, met als doel inzicht te krijgen in de betekenis die kraamzorg volgens hen heeft voor kraamvrouwen, hun partner en gezin; en in de geboorteketen.

Zeggingskracht van de bevindingen

Met deze studie krijgen we diepgaand inzicht in ervaringen van een aantal respondenten en de vraag wat de betekenis van kraamzorg kan zijn. Daarmee pretenderen we niet de gehele werkelijkheid te omvatten. Op basis van de bevindingen uit dit rapport kan wel met elkaar het gesprek worden aangegaan. Kan de lezer zich vinden in de conclusies die op basis van de citaten getrokken zijn? Worden de bevindingen herkend of juist niet? Wat betekenen deze bevindingen voor de kraamzorg die we willen bieden? Welke houding, kennis en vaardigheden hebben kraamverzorgenden nodig om van betekenis te zijn voor kraamvrouwen en hun partner/gezin? Hoe kan de

kraamzorgorganisatie dat ondersteunen? Wat is - gezien vanuit de bevindingen in dit rapport - de betekenis van kraamzorg binnen de geboorteketen?

1.3 Aard en opbouw van het rapport

Uit gesprekken met kraamvrouwen / partners, kraamverzorgenden, ondersteuners en samenwerkingspartners komt een eensgezind beeld naar voren over de betekenis van kraamzorg voor kraamvrouwen. Ze zijn het met elkaar eens over wat goede kraamzorg inhoudt. Dit beeld staat in Hoofdstuk 2 dit rapport.

Vervolgens gaan we in hoofdstuk 3 in op de vraag wat kraamverzorgenden in huis moeten hebben om goede kraamzorg te bieden. Wat kraamvrouwen en hun partners daarover zeggen nemen we als uitgangspunt. Ook bespreken we hoe kraamzorgorganisaties hun kraamverzorgenden daarbij kunnen ondersteunen.

In hoofdstuk 4 bespreken we de betekenis van kraamzorg in de geboorteketen. Daar zijn vooral samenwerkingspartners aan het woord. Tot besluit gaan we kort in op de vraag wat het belang van samenwerking is in de geboorteketen.

2 Goede kraamzorg: kraamvrouw en gezin in hun kracht

Uit de focusgroep met kraamvrouwen en partners komt een beeld naar voren over de betekenis van kraamzorg voor hun welzijn, dat ook door kraamverzorgenden zelf, hun ondersteuners en samenwerkingspartners wordt gedeeld, namelijk dat het voor kraamvrouwen en hun gezin vooral van belang is dat de kraamverzorgende de rust en ruimte creëert dat de kraamvrouw kan herstellen en samen met haar gezin in haar kracht kan komen om goed voor de pasgeborene te zorgen en deze te integreren in het gezin. We vatten dit beeld samen in een aantal thema's die gedestilleerd zijn uit gesprekken met kraamvrouwen en partners. We lichten deze toe in de volgende paragrafen met uitspraken van deelnemers aan de focusgroepen, waarbij kraamvrouwen en partners het eerst het woord krijgen.

Betekenis van kraamzorg voor kraamvrouwen en hun gezin

Kraamvrouwen / partners hebben behoefte aan:	Kraamzorg draagt daaraan bij door:
Zelfvertrouwen krijgen	<ul style="list-style-type: none"> ■ praktische tips en adviezen te geven ■ ouders te complimenteren en te bevestigen ■ ouders mee te kijken, daarna zelf te laten doen ■ kracht te geven tijdens en vlak na de bevalling
Grip krijgen op het eigen leven	<ul style="list-style-type: none"> ■ ouders en gezin leren op eigen benen te staan ■ structuur aan te brengen die blijft ■ advies op maat te geven ■ eigen verantwoordelijkheid ouders te respecteren ■ spanningen te signaleren en bespreekbaar te maken
Ervaringen delen en verwerken	<ul style="list-style-type: none"> ■ aandacht te geven aan het bevallingsverhaal ■ angst en ongerustheid te bespreken ■ kraamvrouwen te helpen zichzelf te begrijpen
Veiligheid ervaren	<ul style="list-style-type: none"> ■ hoedster te zijn van moeder en kind ■ signaleren van risico's en tijdig door te verwijzen
Rust en ruimte om bij te komen en de nieuwe situatie eigen te maken	<ul style="list-style-type: none"> ■ kraamvrouwen te verzorgen ■ pasgeborene helpen te integreren in het gezin ■ huishouden / zorg andere kinderen over te nemen ■ bezoek te reguleren ■ eigen ruimte van ouders te respecteren ■ kraamvrouwen te verwennen
Zorg die bij hén past	<ul style="list-style-type: none"> ■ Verwachtingen te bespreken ■ voortdurend af te stemmen / zorgvraag te zien ■ waarden, normen en gebruiken respecteren ■ geen standaardzorg te geven

2.1 Zelfvertrouwen krijgen

Kraamvrouwen/partners geven aan dat ze - zeker bij een eerste kind - veel onzekerheid ervaren. De kraamverzorgende kan op verschillende manieren bijdragen aan het wegnemen van die onzekerheid.

Praktische tips en adviezen geven over voeding en verzorging

“

Ik ben 31 jaar. Ik ben 4 maanden en een week geleden bevallen van een dochter... Met een eerste kind is het toch een beetje een sprong in het diepe. Je weet niet wat je te wachten staat. Je komt dan 's avonds thuis met een maxi cosi met een kindje erin en je denkt 'Tja, en nu?'. Ik moet zeggen dat de kraamzorg daarin veel voor mij betekend heeft, in de zin van gewoon hele praktische tips, hand- en spandiensten. Dat je eigenlijk met een goed vertrouwen de eerste week doorkomt (kraamvrouw).

Ook die onzekerheid die jij net vertelde, dat herken ik heel erg. Van hoe en wat? ...We waren vrij onwetend, door goede instructies kreeg ik vertrouwen in mezelf (kraamvrouw)

Dat herken ik inderdaad wel ... Zelfs bij een tweede. Ik had zoiets van 'wat moet ze nu nog uitleggen over het bad?', maar ergens ben je het toch ook wel weer een klein beetje vergeten (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden vertellen in de focusgroep dat ze veel aandacht besteden aan het versterken van het zelfvertrouwen van kraamvrouwen en partners om onzekerheid weg te nemen. Zij vinden het belangrijk dat ouders het gevoel krijgen dat ze echt goed voor hun pasgeborene kunnen en zullen zorgen. Ze geven daarom tips, zoals: stel prioriteiten, niks moet, je kindje is het allerbelangrijkste, je kunt maar één ding tegelijkertijd doen, zorg dat je voorraadkast vol staat, zet je telefoon uit.

Ouders complimenteren en bevestigen

Kraamvrouwen geven aan dat complimenten ontvangen een manier is om vertrouwen te krijgen in jezelf. Sommige kraamverzorgenden doen dat met humor en delen cijfers uit aan vaders.

“

Wat heel leuk was, het in bad doen, dan komt alles aan de orde natuurlijk en zij heeft toen mijn man een rapportcijfer gegeven. Dat was humoristisch bedoeld. Hij vond dat helemaal fantastisch. Ik ben vooral heel voorzichtig... Hij had zoiets van 'kom maar op'. Toen kreeg hij dat rapportcijfer en dat werd in het zorgdossier genoteerd. Dat was heel leuk... Ik was nog over die 8 aan het nadenken die mijn man had gekregen. Complimenten geven zelfvertrouwen. En ik denk dat hij zich door dat cijfer ook betrokken voelde (kraamvrouw).

”

Ook kraamverzorgenden noemen in de focusgroep dat zij het geven van complimenten zien als een manier om kraamvrouwen en partners zelfvertrouwen te geven. Het is belangrijk dat ouders vertrouwen krijgen in hun eigen kunnen. Ondersteuners vertellen in de focusgroep met hen dat het

belangrijk is te bevestigen dat ouders zelf de kracht en talenten hebben om hun kind te laten opgroeien in een veilige omgeving. Daar zijn ouders bij een eerste kind vaak niet van overtuigd. Kraamverzorgenden kunnen hen helpen vertrouwen te krijgen in zichzelf, door kennis over te dragen en vaardigheden aan te leren. Maar ook door 'het weten' in zichzelf te activeren. Wat zie je bij je eigen baby? Hoe ziet hij eruit als hij honger heeft? Bijvoorbeeld dat hij dan op zijn vuistje sabbelt. Zo is de kraamverzorgende niet alleen vraagbaak, maar helpt zij de ouders op hun eigen zintuiglijke waarneming vertrouwen.

Eerst meekijken en daarna zelf doen

Kraamvrouwen en partners geven aan dat hun zelfvertrouwen wordt bevorderd als de kraamverzorgende hen stapsgewijs meeneemt: eerst voordoen en meekijken en daarna steeds meer zelf doen en daarbij aanwijzingen en tips geven. Een vader uit de focusgroep verwoordt dat treffend.

“

Ik vond het zien heel fijn. Zij deed als eerste het badje voor. Het staat ook wel in een boek 'je moet d'r zo vasthouden en je moet dat doen', maar ik zie het liever. Dan kan ik beter een beeld krijgen. Dat geeft mij meer vertrouwen... Wat wel iets anders had gemogen is dat de kraamverzorgende het de eerste dag liet zien en de laatste dag ook nog. Ik had graag gewild dat ze in het begin alles deed, zodat ik kon kijken, maar de achtste dag had ik liever gewild dat ik alles deed of mijn vrouw en dat zij er als controle bijstond en adviezen gaf 'let daar nog even op of doe dat nog even'... Achteraf kwam ik erachter dat het vertrouwen er nog niet was. Ik denk ook niet dat je 100% vertrouwen kunt hebben als zij de deur uitstapt. Maar voor mijn gevoel had dat beter begeleid kunnen worden (vader).

”

Kraamverzorgenden noemen ook deze stapsgewijze aanpak. Vaak zien zij dat ouders in het begin alles heel moeilijk vinden, zoals een luier verschonen, maar dat naar een paar dagen de omslag komt. Dan willen de kraamvrouw en haar partner steeds meer zelf doen. De kraamverzorgende kan dan wat meer afstand nemen. Voor kraamverzorgenden is hun doel bereikt als ouders aan het eind van de week het gevoel hebben dat zij het zelf kunnen. Zij moeten alleen verder als de kraamverzorgende de deur uit is.

Kracht geven tijdens en vlak na de bevalling

Kraamvrouwen putten ook kracht uit de aanwezigheid van de kraamverzorgende. Kraamverzorgenden zijn niet altijd bij de bevalling aanwezig. Zeker als dat in het ziekenhuis plaatsvindt. Maar voor sommige kraamvrouwen kan dat absoluut meerwaarde hebben. De kraamverzorgende die als steunpilaar de eigen kracht versterkt. De pasgeborene van één van de kraamvrouwen uit de focusgroep is vlak voor de bevalling overleden. De kraamverzorgende heeft tijdens en na de bevalling veel voor haar kunnen betekenen omdat ze erbij was. Dit punt komt ook in de focusgroep met samenwerkingspartners aan de orde. Als een pasgeborene overlijdt is volgens hen een kraamverzorgende in huis heel belangrijk. Het is de bevestiging dat

je een kind hebt gehad. Dat is waardevol. Bovendien hebben deze kraamvrouwen net zo zeer een 'hormooncrash'.

“

Ik was 40 weken en 2 dagen zwanger en toen was er geen hartslagje meer. Dus ik heb nog evengoed een bevalling en kraamzorg gehad... Bij mij was het echt heel belangrijk dat zij ook bij mijn bevalling was. Ik denk dat dit voor iedereen wel geldt, maar niet per se. Het is ook niet standaard. Je gaat naar het ziekenhuis als het medisch wordt. Bij mij vond ik het wel heel belangrijk. Dus dat was echt luxe. Maar ik dacht echt, als je dat niet hebt, dan is ze niet gelijk die steunpilaar die je anders direct hebt. ... Het gaf me kracht vooral. Ik wist, als ik zo naar huis ga, dan staat zij al weer bij de deur... We waren een echt team met zo'n allen, samen met de kraamzorg. Ik wist niet dat je ondanks zo'n situatie ook mooie momenten kon meemaken (kraamvrouw).

”

Voor deze kraamvrouw had het meerwaarde dat de kraamverzorgende aanwezig was bij de bevalling. In de focusgroep met kraamverzorgenden zijn het vooral de aanwezige kraamverzorgende uit het kraamhotel die ervaring hebben met bevallingen. Hun ervaring is dat kraamvrouwen het belangrijk vinden dat er één iemand bij de bevalling is, die haar door de hele bevalling heen loodst, hen kracht geeft. Dat kan de verloskundige niet zijn, zeker als de kraamvrouw een beetje vroeg naar het ziekenhuis komt, dan kan die er niet bij blijven.

2.2 Grip krijgen op het eigen leven

Door de geboorte van een kind verandert de gezinssituatie ingrijpend. Allerlei gewoontes en routines passen niet meer. Kraamvrouwen en partners vertellen dat het voor hen belangrijk is om weer grip te krijgen op het eigen leven. Daar kunnen kraamverzorgenden volgens hen op verschillende manieren aan bijdragen.

Ouders en gezin leren op eigen benen te staan

Kraamvrouwen en hun partners willen alléén verder kunnen als de kraamverzorgende weer vertrokken is. Daar moet naar toe worden gewerkt.

“

... dat het je echt klaar maakt om het zelf te gaan doen, op eigen benen te gaan staan. Aan het eind van de kraamperiode had ik echt zoiets van 'nu is het goed, nu ga ik het zelf doen'. Dat was heel prettig (kraamvrouw).

Ik had ook een kraamverzorgende die had twee a4-tjes met allemaal tips die deelde ze altijd aan iedereen uit. Dat waren gewoon haar eigen adviezen. Die heb ik echt nog heel lang bewaard, als houvast (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden vertellen dat ze in de kraamweek ouders veel willen meegeven over hoe ze met hun baby om kunnen gaan, zodat ze het zelf kunnen als zij weg zijn. Ze willen hen op weg helpen om het zelf te gaan doen. Kraamverzorgenden geven daarbij aan dat ze het belangrijk vinden dat kraamvrouwen niet van hen afhankelijk worden, aan hen overgeleverd zijn, maar dat ze zelf de regie krijgen en leren op eigen benen te staan.

Structuur aanbrengen die blijft

De komst van een baby brengt veel veranderingen te weeg in de manier waarop het dagelijks leven was ingericht. Allerlei activiteiten zoals de baby voeden, verschonen, badderen, in slaap krijgen zijn niet zonder meer in te passen in de bestaande routines en bezigheden. Een nieuwe structuur is nodig. De kraamverzorgende kan helpen een structuur te ontwikkelen die past bij het gezin.

“

Voor mij, achteraf bekeken, bracht ze heel snel de structuur aan, die je met een kleine moet hebben. Die structuur zit er eigenlijk meteen in, die voert ze meteen in. De structuur bracht rust... Eigenlijk op het moment dat zij weggaat, als zij er niet meer is, dan is de structuur die zij aanbrengt er voor je gevoel nog, die gaat meteen door. Dat geeft gewoon voor jezelf een lekkere rust (vader).

”

Ook kraamverzorgenden noemen dat kraamvrouwen het vaak belangrijk vinden dat zij structuur komen brengen. Ritme is belangrijk, je moet meer plannen met een kind, zoals wanneer wordt gevoed en gerust. Structuur geeft houvast.

Advies op maat geven

Ouders van een pasgeboren baby krijgen altijd heel veel adviezen. Iedereen heeft een mening over wat goed is voor moeder en kind. Voor ouders die nog onzeker zijn over de vraag of ze wel goed voor hun pasgeborene kunnen zorgen, zijn al die adviezen vaak niet prettig. Het maakt de onzekerheid alleen maar groter. Kraamverzorgenden noemen in de focusgroep een aantal redenen waarom hun adviezen beter zijn dan die van opa, oma of buurvrouw, namelijk omdat ze écht op maat zijn.

“

Wij kunnen adviezen beter richten dan opa, oma, buurvrouw of wie dan ook. Wij hebben de nieuwste inzichten... Je ziet hoe de baby is, je ziet hoe de kraamvrouw is, dan kun je juiste adviezen geven, afgestemd... ze zijn onderbouwd.. Ik zeg ook wel eens 'je vriendinnen zullen waarschijnlijk wel andere dingen zeggen, maar dit is hetgeen voor jou belangrijk is, afgestemd op jou, wat voor jou geldt op dit moment'. .. De situaties van vrouwen zijn anders en daarom zijn de adviezen van anderen soms niet van toepassing. Ook adviezen van andere kraamverzorgenden kunnen per dag anders zijn omdat de situatie toen anders was. Dat moet je goed uitleggen (kraamverzorgende).

”

Kraamverzorgenden geven in hun focusgroep aan dat het vastleggen van adviezen in de rapportage belangrijk is, zodat ze daarop terug kunnen vallen. In het dossier kan dan bijvoorbeeld ook worden vastgelegd “Let op, je kindje kan vanavond meer gaan huilen, dat kan door krampjes komen”. Opschrijven wat mogelijk voorkomt en kan gebeuren geeft ouders een gevoel van controle over de situatie.

Eigen verantwoordelijkheid respecteren

Grip hebben op het eigen leven heeft voor kraamvrouwen en partners ook van doen met zelf verantwoordelijk blijven. Kraamvrouwen en partners hechten eraan dat hun eigen verantwoordelijkheid gerespecteerd wordt. Tegelijkertijd vinden zij het ook van belang dat een kraamverzorgende soms “stevig en assertief” is en bijvoorbeeld zegt “en nu naar bed”. Wat het goede is om te doen, zal de kraamverzorgende per moment moeten afwegen.

“

Dus dan werd ik door de kraamverzorgende afgeremd, dan dacht ik ‘hé, er zijn toch wel redenen om dat even niet te doen’. Dat vond ik heel fijn. Maar dat sloeg voor mijn gevoel ook wel door... Ik ken heus wel een beetje mijn eigen grenzen. Daar ging ze op een gegeven moment wel een beetje te ver in door (kraamvrouw).

Vanuit mijn eigen situatie, wil ik zeggen, ook al heb jij als kraamverzorgende de beste bedoelingen, en heb je het beste met mij voor en weet je het theoretisch en misschien ook praktisch het beste, maar ik mag gewoon vinden ‘nu niet meer, hoeft niet’. Dat moet mogen lijkt me. Wat het fijnste voelt is niet altijd per se wat het meest gezond voor je is (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden geven in hun focusgroep eveneens aan dat het respecteren van de eigen verantwoordelijkheid van ouders belangrijk is. Ze geven advies, en geven dat advies nog eens, maar dan is het toch aan de ouders zelf om dat advies al dan niet op te volgen, zo is in onderstaand citaat van een kraamverzorgende te lezen.

“

Je kunt het nogmaals bespreken, maar ja, we werken niet bij de politie. Je kunt het niet verbieden, maar je kan wel de risico's vertellen: als ze niet voldoende rust nemen of contact maken met het kind, vooral met de telefoon bezig zijn in plaats van voeden. Maar de kraamvrouw blijft wel verantwoordelijk voor haar eigen gedrag (kraamverzorgenden).

”

Kraamverzorgenden in de focusgroep geven wel aan - zo is in onderstaand citaat te lezen - dat het van belang is om de redenen te achterhalen die achter een keuze van een kraamvrouw schuilgaan. Dat biedt namelijk aanknopingspunten om te zoeken naar oplossingen die voor de kraamvrouw werken en tegelijkertijd aansluiten bij de kennis en ervaring van de kraamverzorgende zelf (haar eigen professionele opvattingen over wat goed is voor de kraamvrouw op dat moment).

“

Ik leg vaak uit wat de gevolgen zijn van wat mensen kiezen, de keuze laat ik dan wel aan hen zelf. Maar als je weet waarom iemand iets doet, kun je meer kijken naar een oplossing die voor haar werkt. Dan doe je meer dan alleen voorlichting geven. Je kijkt wat er achter haar gedrag zit (kraamverzorgende).

”

Spanningen signaleren en bespreekbaar maken

Een vader noemt dat hij het fijn had gevonden als de kraamverzorgende aandacht had gehad voor het feit dat zijn vrouw het vertrouwen in hem (nog) niet had. Hem had het geholpen, als de kraamverzorgende dat had gezien en erop had ingespeeld.

“

Wat ik ook merkte was dat ik zelf wel veel vertrouwen had, maar dat mijn vrouw nog heel veel vertrouwen in haar partner miste. Dat merkte ik. Het was prettig geweest als ze ons meer samen begeleid had, met z'n drieën. Dat mijn vrouw had kunnen zien hoe ik het deed en dat we vertrouwen krijgen in elkaar (vader).

”

In de focusgroep met kraamverzorgenden en ondersteuners komt het signaleren en bespreekbaar maken van spanningen tussen ouders ook aan de orde. Een van de kraamverzorgende vertelt het volgende in de focusgroep over hoe ze met spanningen tussen ouders omgaat.

“

Belangrijk is dat ze het vertrouwen hebben dat ze zelf voor de baby kunnen gaan zorgen na jouw vertrek; en ook in elkaar. Pa en ma moeten ook nog samen een beetje op een lijn zitten. Bijvoorbeeld als een baby huilt en je geeft de moeder het advies 'laat dat kind even liggen'. Pa komt binnen en die haalt het meteen uit bed, dan zegt zij als hij weg is 'je zou eens met m'n man moeten praten, want die kan dat niet'. Dan zie je waar een beetje spanning zit. Dan praat ik met meneer. Uitleggen waarom een baby huilt. Maar zeg ook dat het goed is dat ze daar samen over praten. Wat ze gaan doen met een verschillende mening: dat als zij boos wordt dat hij het uit bed haalt en hij boos als zij het laat huilen, daar kun je niet mee verder. Ik los het niet voor ze op, maar probeer het begrijpelijk te maken, proberen ze op een lijn te krijgen, zorgen dat ze in gesprek blijven (kraamverzorgende).

Er mogen best verschillen zijn. Je hebt met twee verschillende mensen te maken. Vooral met elkaar in gesprek blijven. Dat is belangrijk (kraamverzorgende).

”

Kraamverzorgenden merken regelmatig dat er spanningen zijn tussen ouders in een gezin. Ouders leren elkaar ook weer opnieuw kennen, door de komst van een nieuw gezinslid. Dat kan spanningen veroorzaken. Bovendien “gieren hormonen door het lijf”. Kraamverzorgenden waarschuwen ouders daar ook voor, dat emoties hoog kunnen oplopen. Ze adviseren om verhitte discussies nog even uit te stellen. Maar ze geven ook

informatie, waarmee meningsverschillen misschien opgelost kunnen worden (waarom kan het belangrijk zijn een baby even te laten huilen?) en ze adviseren en helpen ouders om meningsverschillen bespreekbaar te maken.

2.3 Ervaringen delen en verwerken

Het krijgen van een baby is een ingrijpende en emotionele aangelegenheid. Voor kraamvrouwen is het belangrijk om deze ingrijpende ervaring te kunnen delen en verwerken. Kraamverzorgenden kunnen daarbij van betekenis zijn.

Aandacht geven aan het bevallingsverhaal

Kraamvrouwen vinden het belangrijk dat er aandacht is voor hun bevallingsverhaal, om dat een plek te kunnen geven en te verwerken. Het is een ingrijpende gebeurtenis die aandacht opeist. Zeker als de bevalling moeizaam verloopt. Voor sommige vrouwen heeft het meerwaarde als de kraamverzorgende bij de bevalling is geweest, om die ervaring te delen en verwerken. Anderen hebben hun ervaring goed kunnen delen, ook al was de kraamverzorgende er niet zelf bij. Het delen van ervaringen betekent overigens voor kraamvrouwen niet dat kraamverzorgenden uitgebreid verslag doen van hun eigen bevallingsverhaal. Ze hebben genoeg aan dat van zichzelf.

“

Belangrijk is dat wat je hebt meegemaakt tijdens de bevalling, dat je dat kunt delen. De kraamverzorgende weet dan waar jij het over hebt... Ik kan me wel voorstellen dat het heel belangrijk is dat zo'n kraamverzorging inderdaad bij de bevalling is. Mijn bevalling heb ik best als traumatisch ervaren. Het ging bepaald niet van een leien dakje. Daar heb ik met mijn kraamverzorgende niet over gesproken. Ook omdat zij er niet bij was. Dan is ze op zo'n moment toch een beetje een vreemde. Ik moet zeggen dat ik er naderhand nog vrij veel mee bezig ben geweest. Wat is er toen allemaal gebeurd? Wat heb ik toen meegemaakt? Wat heeft dat in mij losgemaakt? Daar heb ik bij mijn kraamverzorgende geen gesprekspartner in gevonden. Ik denk dat als zij wel bij de bevalling was geweest, dat het dan veel gemakkelijker was geweest erover te praten (kraamvrouw)...

Mijn kraamverzorgende was er niet bij, maar ik had wel het gevoel dat ik dit met haar kon delen (kraamvrouw).

”

Ook in de focusgroep van kraamverzorgenden en ondersteuners wordt gezegd dat het van belang is om aandacht te geven aan de bevalling. Dat hebben kraamvrouwen nodig om het een plek te geven. Ondersteuners voegen daaraan toe dat het zinvol is als kraamverzorgenden feitelijke informatie hebben over het verloop ervan om het fysieke herstel van de kraamvrouw beter te kunnen volgen.

Angst en ongerustheid bespreken

In de focusgroep met kraamvrouwen en partners wordt gezegd dat het zinvol is als kraamverzorgenden kraamvrouwen uitnodigen om angst en ongerustheid te bespreken.

“

Ik zat bij de tweede nog heel erg met de bevalling van mijn dochter en met de borstvoeding, omdat dat allemaal problematisch verlopen was toen. Daar zat ik bij de geboorte van mijn zoontje heel erg mee. Hoe voorkomen we nou dat het weer zo gaat? Toen kwamen ook alle ervaringen van de vorige keer weer naar boven. Dat heb ik goed kunnen bespreken met de kraamverzorgende. Daardoor kon ik het wat meer loslaten. Dat is toen zo gegaan en dat hoeft zich niet te herhalen (kraamvrouw).

”

Het is voor kraamvrouwen belangrijk om ongerustheid te delen, om ervaringen te verwerken en los te kunnen laten. Voor kraamvrouwen kan het moeilijk zijn er zelf over te beginnen of - zoals de kraamvrouw vertelt die in onderstaand citaat aan het woord is – dat de kraamverzorgende ervoor zorgt dat ik er niet mee wegkom als ik zeg op de vraag hoe het gaat ‘prima’.

“

Als zij het bespreekbaar had gemaakt en had benoemd dan was het voor mij ook een gespreksopening geweest. Dat stukje, net een slagje dieper. Als zij 's ochtend binnen kwam met al haar vrolijkheid en vroeg hoe het met me ging, kwam ik ermee weg als ik riep 'prima'. Dan was dat gesprek klaar. Dat je net een slagje dieper gaat en zegt 'dit kun je vandaag verwachten en dit is wat normaal is en heb je daar ook last van of niet?' (kraamvrouw)

”

Kraamverzorgenden die het gesprek verdiepen, de goede vragen stellen, zijn nodig om ervaringen – angst en ongerustheid – te delen. Bespreekbaar maken van ervaringen, uitleggen wat ‘normaal’ is vinden kraamverzorgenden zelf ook belangrijk. In de focusgroep met hen wordt daarover gezegd: “belangrijk is om er op die manier voor kraamvrouwen zijn en hen het vertrouwen geven dat ze hierover met ons kunnen spreken”.

Kraamvrouwen helpen zichzelf te begrijpen

“

Ik ben zelf kraamverzorgster, maar ik was gewoon een zeef. Heel veel dingen die ik wist, een strakke BH mee naar het ziekenhuis nemen, ik dacht 'waarvoor dat? Oh, ja natuurlijk'. Ik leg het zelf wekelijks uit!! (kraamvrouw).

”

Bevallen is een ingrijpende gebeurtenis, die kraamvrouwen helemaal van hun à propos kan brengen. De kraamvrouw die hier aan het woord is, zelf kraamverzorgende, was tot haar eigen verrassing de adviezen vergeten die ze zelf al honderd keer gegeven had. Ook kunnen hormoonschommelingen na de bevalling kraamvrouwen van hun stuk brengen. Ze begrijpen hun eigen emoties en reacties niet meer. Kraamverzorgenden kunnen helpen, dat kraamvrouwen zichzelf weer meer herkennen en begrijpen. Zo geeft een van de kraamvrouwen aan dat ze zich zorgen heeft gemaakt over haar eigen emoties en reacties na de bevalling. Met de kraamverzorgende bespreken en horen wat 'normaal' is, zou haar geholpen hebben zichzelf beter te begrijpen.

“

Waar ik zelf heel veel aan heb gehad was een boekje dat een vriendin mij in handen drukte. Daar stond per dag beschreven welke hormoonschommelingen je bij jezelf kon verwachten en welke rare capriolen. Dat hielp mij heel erg in het 'ach ik hoef mij geen zorgen te maken, het hoort erbij', het is normaal'. Achteraf dacht ik, eigenlijk heeft de kraamverzorgende het daar nooit over gehad. Het had mij geholpen om die informatie te krijgen (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden geven in hun focusgroep unaniem aan dat zij het belangrijk vinden om aandacht te hebben voor emoties van kraamvrouwen en met hen te bespreken wat 'normaal' is en wat ze kunnen verwachten. Een kraamverzorgende zegt daarover het volgende.

“

Sommige kraamvrouwen, die zijn helemaal hyper. Die moet je soms ook laten gaan, maar wel waarschuwen dat het een keer anders wordt en dat dát ook heel normaal is en ze daar ook aan toe moeten geven. Het is zo'n verschil. De ene stort de eerste dag al in en de ander pas na een week... Dat is hetzelfde als wat je net zegt met die hormonen. Hadden ze me gewaarschuwd, had ik het geweten... het is niet alleen maar leuk. Er zijn ook minder leuke dingen. Dat is wel realistisch... Ik zeg ook heel vaak tegen die kraamvrouwen 'buiten lacht iedere vrouw achter de kinderwagen. Gaat de deur dicht dan janken ze allemaal dat ze die nacht niet hebben geslapen' (kraamverzorgende).

”

2.4 Veiligheid ervaren

Voor kraamvrouwen en hun partners is het belangrijk om zich veilig te voelen, te weten dat de kraamvrouw, baby en eventueel andere kinderen in veilige handen zijn. Kraamverzorgenden kunnen daar op verschillende manieren aan bijdragen.

Hoedster zijn moeder en kind

Onderstaande uitspraak is van een vader. Voor hem was het belangrijk dat - als hij de deur uitging - wist dat zijn vrouw en kinderen in de veilige handen van de kraamverzorgende waren, die álles in de gaten houdt. Om een gevoel van veiligheid te ervaren is het belangrijk dat er een klik is met de kraamverzorgende en dat zij het vertrouwen kan geven dat ze kennis van zaken heeft.

“

Ik zie dan de kraamverzorgster als de oppas, de hoedster over mijn kinderen en mijn lieve vrouw... Iemand die alles in de gaten houdt. Bezoek moet je in de gaten houden, kraamvrouw moet je in de gaten houden, kinderen in de gaten houden, partner in de gaten houden, huisdieren, echt alles ... Veilig voelen door de klik die er is. Veilig voelen doordat iemand weet waar ie het over heeft, kennis van zaken heeft.. Als je een klik hebt met iemand, voelt het vertrouwd. Durf je de dingen over te geven (vader).

”

Signaleren van risico's en tijdig doorverwijzen

Kraamvrouwen en hun partners geven aan dat ze het belangrijk vinden dat kraamverzorgenden voldoende kennis hebben om te signaleren dat er een probleem dreigt te ontstaan én dat kraamverzorgenden erop gericht zijn om problemen te voorkomen.

“

*Belangrijk is dat de kraamverzorgende advies geeft over borstvoeding bijvoorbeeld, waardoor tepelkloven kunnen ontstaan (kraamvrouw).
Of over rust nemen, waarom dat belangrijk is voor jou. Je denkt zelf al snel het gaat wel weer. Het is goed dat je daar dan in wordt afgeremd. Dat ze dan zegt 'er zijn wel redenen omdat even niet te doen'. Dat vond ik fijn (kraamvrouw).*

”

Tijdig doorverwijzen is voor kraamvrouwen ook erg belangrijk. De kraamverzorgende moet weten wanneer ze anderen moet inschakelen voor advies.

“

Voor mij had ze wat sneller mogen doorverwijzen. De borstvoeding, mijn dochter hapte gewoon niet goed. Voordat ik het ziekenhuis uit was, had ik al twee bloedblaren staan. Dat werd al heel snel erger. Ik zat dag twee met een tandenborstel tussen m'n kiezen en tranen over m'n wangen borstvoeding te geven. Waarop de kraamverzorgende zei 'Ze hapt toch gewoon goed aan, gewoon volhouden'... Later, omdat ik het vroeg, is die lactatiekundige telefonisch nog wel even geraadpleegd, maar die heeft nooit meegekeken. Had die dag twee meegekeken dan had ik niet eindeloos met tepelhoedjes hoeven zitten klooiën (kraamvrouw).

”

Tijdig signaleren van risico's is van belang voor het welbevinden van zowel moeder als kind; evenals tijdig doorverwijzen. De kraamverzorgende moet weten wanneer haar eigen kennis te kort schiet en het raadplegen / betrekken van andere deskundigen nodig is. Dat wordt ook door kraamverzorgenden zelf bevestigd. Zij vinden risicosignalering een van de belangrijkste taken. “Dit mag je vet op het bord zetten”, werd gezegd tijdens de focusgroep; evenals tijdig advies inwinnen bij deskundigen.

In de focusgroep met kraamverzorgenden wordt ook gesproken over de vraag waarom met name de kraamzorg een belangrijke signaleringsrol heeft. Dat is – zo wordt gezegd – omdat zij langer achter de voordeur komt dan ander zorgverleners, meedraait in het gezin en ziet hoe het er daar aan toe gaat. Bovendien is de kraamverzorgende door het intensieve contact in de kraamperiode in staat om een vertrouwensrelatie met de ouders aan te gaan. Een kraamverzorgende zegt daarover het volgende.

“

Zodra je binnenkomt in een gezin voel vaak of het goed is of niet. Niet altijd. Soms na een paar dagen denk je 'donder, wat is hier aan de hand? Ik zeg altijd 'ze kunnen het toneelstukje niet acht dagen lang volhouden'. Soms kom ik de eerste dag thuis en zeg ik 'wauw, wat een leuk gezin, echt gezellig, dat wordt een leuke week'. En op dag vier denk ik 'hmm, wat is er gebeurd. Het slaat om' (kraamverzorgende).

”

Problemen voorkomen, ervoor zorgen dat ze niet ontstaan, risico's signaleren (vroegsignalering) wordt ook door ondersteuners en samenwerkingspartners genoemd als belangrijke taak van kraamzorg.

2.5 Rust en ruimte om bij te komen en de nieuwe situatie eigen maken

Kraamvrouwen ervaren de bevalling als een ingrijpende gebeurtenis. Het hele gezin is als het ware (meer of minder) uit het lood geslagen. Daarvan moeten ze bijkomen. Kraamverzorgenden kunnen voor rust zorgen die daarvoor nodig is.

“

Deze tweede kraamverzorgster bracht echt rust. Je ziet een slapend iemand, op een gegeven moment was het hele gezin aan het slapen. Dat is toch fantastisch, dat er zo'n rust is. Ik vind dat echt uniek. Sommige vrouwen vinden het heel vervelend dat hun huishouden wordt overgenomen, maar ik wist al: ik kan dat toch niet allemaal in de hand houden. Ik moet het dan maar loslaten en dat heb ik dan ook maar gedaan. Ik vond het fantastisch (kraamvrouw).

”

Kraamvrouwen hebben niet alleen rust en ruimte nodig om fysiek te herstellen, maar ook om bij te komen van wat ze meegemaakt hebben en nog meemaken in de eerste week na de bevalling. De geboorte van een kind is namelijk ook het markeerpunt naar een nieuwe gezinssituatie, waarin naar een nieuw evenwicht wordt gezocht. Er is een gezinslid bij gekomen dat een eigen plek en aandacht moet krijgen. Ze hebben daarom behoefte aan rust en de ruimte om zich de nieuwe situatie eigen te maken. Daar kunnen kraamverzorgenden volgens kraamvrouwen en partners op verschillende manieren aan bijdragen.

Kraamvrouwen verzorgen

Kraamvrouwen hebben hulp nodig van kraamverzorgenden omdat ze fysiek moeten herstellen van de zwangerschap en bevalling.

“

Ik moest dus echt in bed liggen, omdat ik gehecht was. Ik hoef de details hier volgens mij niet te vertellen, maar ik kon mij heel moeilijk bewegen. Ik had die zorg heel erg nodig (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden noemen in de focusgroep dat ze kraamvrouwen helpen bij het onder de douche gaan “als de kraamvrouw wiebelig op de benen staat”, kleren en kraamverband klaarleggen, ervoor zorgen dat de kraamvrouw ontbeten heeft voor ze onder de douche gaat “omdat ze anders onderuit gaat”, (wond)controles doen. Verzorging van de kraamvrouw is van belang voor haar lichamelijk welbevinden, maar ook om ervoor te zorgen dat ze zich zo goed mogelijk voelt om aan de nieuwe situatie te kunnen wennen en een nieuw evenwicht te vinden.

Pasgeborene integreren in het gezin

Kraamvrouwen en partners geven aan dat een gezinslid erbij een hele andere dynamiek geeft in het leven. Daar wordt met de kraamverzorgende over gesproken. Die kan helpen om de pasgeborene te integreren in het gezin en een nieuw evenwicht te vinden.

“

Ik ben uiteindelijk wel in Utrecht in het geboortehuis bevallen. We waren op tijd daar, zowaar, maar omdat alles heel voorspoedig ging waren we dus ook weer razendsnel terug. Dan krijg je een raar gevoel hoor op de bank... Je zoontje begrijpt er helemaal niets van. Dat is de afgelopen maanden helemaal omgedraaid naar dat 'ie haar helemaal fantastisch vindt. Maar het geeft wel een hele andere dynamiek (kraamvrouw).

”

Ik besprak met de kraamverzorgende, hoe doe ik dat met de baby en het oudste kind erbij? (kraamvrouw).

Kraamverzorgenden zien het als hun taak om eraan bij te dragen dat de pasgeborene goed geïntegreerd raakt in het gezin en dat het gezin goed weet in te spelen op de nieuwe situatie. In de focusgroep met hen wordt gezegd dat het belangrijk is dat gezinsleden zich binden aan de nieuwe baby. “Dat de baby een lijntje krijgt met iedereen, niet alleen met de moeder maar ook vader en andere kinderen”. In de focusgroep wordt erover gesproken dat het voor ouders een hele puzzel kan zijn om de baby in de gezinssituatie in te passen, vooral als er al oudere kinderen zijn. De plaats van oudere kinderen in het gezin gaat veranderen en ze moeten de aandacht van vader en moeder gaan delen. Ook voor partners geldt dat hun rolverdeling anders wordt. Vooral bij een eerste kind. Kraamverzorgenden geven in de focusgroep aan dat ze het belangrijk vinden om tijd en aandacht te besteden aan de veranderende gezinssituatie en te helpen om samen te zoeken wat het beste past bij het gezin.

In de focusgroep van ondersteuners wordt bevestigd dat kraamverzorgenden eraan bijdragen dat de pasgeborene geïntegreerd raakt in het gezin. Zij voegen daar nog aan toe dat het bij een eerste pasgeborene vooral gaat om de vraag hoe je je rol als moeder / vader gaat invullen en hoe het kind past binnen de relatie. Een van de deelnemers aan de focusgroep zegt daarover “De kraamverzorgende helpt de kraamvrouw de moeder in zichzelf te herkennen... biedt de ruimte om het baby'tje te verkennen. Bij een tweede kind gaat het vooral om de vraag hoe de baby past in de bestaande gezinssituatie”.

Huishouden / zorg andere kinderen overnemen

Kraamvrouwen en partners geven aan dat door de geboorte van het kind het leven als het ware “op z'n kop staat”. Ze kunnen dan goed iemand gebruiken die ervoor zorgt dat het gewone leven doorgaat: huishouden, zorg voor andere kinderen, huisdieren. De kraamverzorgende doet dat en creëert daarmee de ruimte voor ouders om zich op de baby te richten, te kunnen wennen aan de nieuwe situatie en een nieuw evenwicht te zoeken.

“

De extra paar handen zijn dan fijn als je wilt wennen aan de nieuwe gezinssituatie (kraamvrouw).

Wat ik fijn vond aan de kraamverzorgster, is dat ze ook in de schoonmaak heel veel deed in het huis. Dat gaf mij echt een heel goed gevoel dat ik verder zelf helemaal niet hoefde na te denken over wat ik nog moest doen. Ik was met andere dingen bezig (kraamvrouw).

Mijn man was erg blij dat er gekookt werd. Dat hij dat niet hoefde te doen. Niet dat hij niet kon koken. Ik denk dat daar achter zit dat ook hij ontlast werd, dat er ook voor hem verzorgd werd (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden noemen in de focusgroep het belang van ‘huishouden en zorg voor andere kinderen over nemen’, voor het welbevinden van de kraamvrouw en haar gezin. Uiteraard gaat het er dan om dat het huishouden wordt gedaan. Maar meer nog, dat daardoor rust en ruimte wordt gecreëerd voor ouders om aan de nieuwe situatie te wennen en (te leren) voor de baby te zorgen. Kraamvrouwen kunnen vaak alleen rustig in bed blijven liggen - bijkomen en herstellen - als ze weten dat het huishouden goed loopt en er voor andere kinderen wordt gezorgd. Ondersteuners onderschrijven deze meerwaarde van kraamzorg voor de kraamvrouw en haar gezin.

Omdat kraamzorg ook huishoudelijke hulp en zorg voor andere kinderen omvat, zijn kraamverzorgenden langere tijd aanwezig in het gezin. En juist dat is van belang om de kraamvrouw en haar gezin goed te leren kennen en aan te kunnen sluiten bij hetgeen nodig is, en om risico's voor moeder en kind(eren) te signaleren. “Niemand kan immers zo lang een toneelstukje volhouden”, wordt door een van de kraamverzorgenden in de focusgroep gezegd. In hoofdstuk 4 komen we hier op terug.

Bezoek reguleren

Familie en vrienden komen op kraambezoek. Dat vinden kraamvrouwen en hun partners meestal fijn, maar kan ook te veel worden. De kraamverzorgenden kan dan helpen om bezoek te reguleren.

“

Ze wist van te voren al bij de deur te vertellen 'liever niet op dit moment'. Ik had er zelf best wel moeite mee om dat tegen mijn familie te zeggen. Ze stuurde ze echt heel netjes weg en verzocht om in de avond terug te komen als ik wat beter uitgerust was. Dat deed ze heel goed (kraamvrouw).

”

Kraamverzorgenden vertellen in de focusgroep dat ze zorgen voor koffie en beschuitjes als er (onverwacht) bezoek komt. Maar ook dat ze ervoor zorgen dat kraamvrouwen voldoende rust krijgen en daarom soms aan bezoek vragen om later terug te komen, bijvoorbeeld als de kraamvrouw net op bed ligt om te rusten of borstvoeding geeft.

Eigen ruimte respecteren / privacy

Voor kraamvrouwen en hun partners is het van belang dat kraamverzorgenden de eigen ruimte van de ouders respecteren. Zij moeten privacy ervaren. Soms is het bijvoorbeeld fijn als een kraamverzorgende er gezellig bij komt zitten en gezellig kletst, maar soms ook niet. De kraamverzorgende moet aanvoelen wanneer het ene dan wel het andere gedrag wenselijk is op dat moment. Wanneer ze de eigen ruimte en privacy van de kraamvrouw onvoldoende respecteert geeft dat meer onrust dan rust.

“

Dat herken ik. Het was een hele gezellige drukke vrouw die echt niet stil kon zitten. Als je even een rustmoment had in de woonkamer, dat je niet hoefde te slapen, maar dat je dacht 'even tv kijken', dan was zij de hele tijd aan het kletsen en over zichzelf aan het praten. (kraamvrouw).

”

In de focusgroep vertellen kraamverzorgenden dat ze het belangrijk vinden dat ouders zich op hun gemak voelen, rust ervaren en het gevoel hebben dat het hún huis is. Om dat te realiseren is het belangrijk om met elkaar te praten en het gezellig te hebben, “anders blijf je een vreemde voor het gezin”. Maar ze erkennen ook dat dit niet altijd het meest gewenste gedrag is. Soms moet je een kraamvrouw en haar partner ook alleen laten. In hun focusgroep vertellen ondersteuners dat zij kraamverzorgenden meegeven dat ze de privacy van de kraamvrouw moeten respecteren. “Als zij behoefte heeft om jou even op te zoeken voor de gezelligheid, dan kan ze jouw kant opkomen”.

Kraamvrouwen verwennen

Kraamvrouwen geven aan dat ze het heerlijk vinden om verwend te worden. Dat geeft ruimte om op adem te komen van de ingrijpende gebeurtenis.

“

Je maakt wat mee. En dan vond ik het zo heerlijk, daar word ik nog blij van, ik was zo blij, ik vond het zo heerlijk als ze ontbijt kwam brengen. Omdat het iets langer geleden was, heb ik gisteren nog even het kraamdossier gelezen. Bij de eerste week stond 'Wat is het fijnste moment van de dag: dat de kraamverzorgster komt en mij komt verwennen'. Dat vond ik echt zo heerlijk, dat je dan op bed ligt en dan hoor je de bel en dan komt iemand een ontbijtje brengen. Daar heb ik echt het meeste van genoten (kraamvrouw).

”

Een kraamverzorgende in de focusgroep vergeleek de situatie van kraamvrouwen met de uitputtingsslag van een marathon. “Ze hebben weken niet goed geslapen, daarna de bevalling, de eerste nacht met een baby, weer niet goed geslapen en dan is het feest begonnen”. Hen verwennen zodat ze kunnen bijkomen en herstellen is dan belangrijk. De kraamtijd is ook de start van een nieuw leven, met een nieuw kind. Kraamverzorgenden willen eraan bijdragen dat kraamvrouwen met een goed gevoel aan hun kraamperiode terugdenken. Verwennen hoort daarbij.

2.6 Zorg die bij hén past

Kraamvrouwen en partners geven aan dat goede zorg, voor hen zorg is die aansluit bij wat zij op een bepaald moment nodig hebben. Om die aansluiting te realiseren kan de kraamverzorgende het volgende doen.

Verwachtingen bespreken

Kraamvrouwen en hun partners geven aan dat ze vooraf, bij een intake, graag horen wat ze kunnen verwachten van de kraamzorg en wat ze zelf verwachten, zodat de zorg ook aansluit bij wat ze nodig hebben. Dat het uitspreken van wederzijdse verwachtingen tussen kraamgezin en kraamverzorgenden belangrijk is, wordt ook in de focusgroep met kraamverzorgenden zelf respectievelijk onderstreept.

Eigen verwachtingen uitspreken is bij een eerste kind is voor kraamvrouwen niet altijd gemakkelijk, omdat je eigenlijk niet goed weet wat je te wachten staat.

“

Tijdens de intake is het goed om verwachtingen te bespreken. Wat kan de kraamzorgverzorger doen? En wat wil je dat ze doet?... Maar je kunt alleen hele praktische dingen vragen. De meer huishoudelijke dingen, misschien heb je wel een schoonmaakster. Bij de tweede keer was de intake wel weer wat anders. Toen kon ik zeggen wat ik de vorige keer wel of niet prettig vond, of wat uiteindelijk niet nodig was (kraamvrouw).

Toen we terugkwamen uit het ziekenhuis hadden we nog recht op 2 dagen kraamzorg. Toen zij binnen kwam vroeg ze 'en wat kan ik nu nog voor jullie betekenen'. Dat was heel erg fijn. Toen hebben we dat heel concreet kunnen aangeven. Aan die twee dagen hebben we meer gehad dan aan de kraamzorg daarvoor (kraamvrouw).

”

Belangrijk is ook dat er door de organisatie gekeken wordt naar een match. Past de kraamverzorgende bij het gezin?

“

Het is toch fijn als de kraamverzorgende bij je past. Daar mag de organisatie wel naar kijken wat mij betreft (kraamvrouw).

”

Voortdurend afstemmen / zorgvraag zien

Wederzijdse verwachtingen uitspreken is belangrijk, maar dat moet niet alleen bij de intake en start gebeuren, maar voortdurend, de hele dag door. Kraamvrouwen en partners uit de focusgroep verwachten van kraamverzorgenden dat ze voortdurend kunnen aansluiten bij hun vragen en behoeften, maar erkennen tevens dat dit geen gemakkelijke opgave is.

“

Ik vind het wel belangrijk dat kraamverzorgenden aanvoelen wanneer het overgaat op betutteling. Als ik dus ergens allergisch voor ben, dan is het wel betutteling (kraamvrouw)

Maar toch, er blijven altijd momenten dat je denkt 'nou wil ik wel, of nou wil ik juist niet vertroeteld worden', of nu heb ik juist iemand nodig die zegt 'en nu naar je nest'... Maar ja, wanneer doe je wat? Kijk maar naar je eigen relatie. Ook al ken je je partner nog zo goed, nog loopt dat niet altijd even vlekkeloos (gelach) (vader).

”

Goede zorg vraagt om voortdurend afstemmen op de persoonlijkheid van de kraamvrouw (of partner), specifieke omstandigheden en gewoonten en gebruiken in een gezin. Soms vindt een kraamvrouw het fijn dat een beslissing voor haar wordt genomen “en nu naar je nest”, maar dat kan op een ander moment ook als betutteling worden ervaren. Soms vinden ouders het fijn als de kraamverzorgende assertief is en bezoek wegstuurt, terwijl dat in een ander gezin – of op een ander moment – als ongewenste bemoeienis en inmenging wordt ervaren. Ook kunnen kraamvrouwen en hun partner onderling verschillen ten aanzien van hun verwachtingen van de kraamverzorgende, zoals zichtbaar is in onderstaand citaat.

“

Zij stuurde mij naar bed. Dat was fysiek ook noodzakelijk. En daar was ik haar ook heel dankbaar voor, dat ze dat ook gewoon deed... Maar dat vond mijn man wat minder. Hij zat er trouwens heel anders in dan ik. Wat ik helemaal fijn aan haar vond, vond hij wat minder. Het was echt zo'n assertieve dame. Hij voelde zich niet prettig, om dan zijn ding te doen in huis (kraamvrouw).

”

In de focusgroep met kraamverzorgenden komt ook aan de orde, dat zij voortdurend aftasten wat het goede is om te doen. Een kraamverzorgende noemt dan een goed advies van haar leidinggevende.

“

In het begin deed ik ook heel veel aftasten. Ik heb van mijn leidinggevende steeds meer gehoord: je kunt ook dingen vragen en dan weet je het. Overleggen met hen. Mensen willen ook echt duidelijkheid. Dingen aanvoelen is altijd een beetje een grijs gebied (kraamverzorgende).

”

Waarden, normen en gebruiken respecteren

Zorg die aansluit is zorg die waarden, normen en gebruiken respecteert. Dat geldt niet alleen voor niet-Nederlandse culturen.

“

Wat ik heel erg fijn vond, maar ook belangrijk, is dat de kraamverzorgster die ik toegewezen kreeg, ik weet niet of het te maken had dat ze zelf Indonesisch was, maar veel van culturen wist. Zij wist bijvoorbeeld in mijn cultuur komt de familie zonder afspraken zomaar binnenlopen (kraamvrouw)

Ik ben Nederlandse en er komt een Nederlandse kraamverzorgster, maar dat kan ook iemand zijn die helemaal geen rekening houdt met 'Wie zit hier?' en 'wat wil ze wel en hoe zit die familie in elkaar'. Dat heeft ook met normen en waarden te maken (kraamvrouw).

”

Uit de focusgroep met kraamvrouwen en partners blijkt dat het respecteren van waarden, normen en gebruiken doorspeelt in welhaast alles wat de kraamverzorgende doet: verzorgen, huishouden, begeleiden, ondersteunen. En daarbij is het de kunst - zo komt uit de focusgroep met kraamverzorgenden zelf respectievelijk ondersteuners naar voren – dat de kraamverzorgende haar eigen waarden en normen niet uit het oog verliest. Dat vraagt van de kraamverzorgende de vaardigheid om het goede gesprek te voeren, als de eigen waarden en normen ernstig in het geding zijn. Een ondersteuner zegt daarover het volgende.

“

Dus die kraamverzorgenden komen wel eens in hele andere situaties, dan we eigenlijk normaal bij ons aantreffen. Dat gaat eigenlijk altijd goed, ook al zijn er andere normen en waarden in de gezinnen. Een kraamverzorgende moet de professionaliteit hebben om het te bespreken: dit en dat is er gebeurd, kunnen we er even over praten, want ik vind het lastig. In de praktijk blijkt dat je er praktisch altijd uitkomt met z'n tweeën (ondersteuner).

”

Geen standaardzorg bieden

Kraamvrouwen en partners geven in de focusgroep aan dat ze geen standaardzorg willen. Standaardzorg is de zorg die de kraamverzorgende altijd en overal geeft, al jaren. Voor ouders is het belangrijk dat kraamverzorgenden hen willen leren kennen, om aan te sluiten bij hun wensen en gebruiken.

“

Ik had daar een wat mindere ervaring mee. Het kwam meer over als 'ik doe dit al zo veel jaar, ik doe het bij iedereen op precies dezelfde manier'. Niet aanvoelen waar hebben deze mensen behoefte aan. Heel erg 'ik ga jouw huishouden overnemen, ik ga voor je koken'. Wij dachten 'Koken? Huishouden? Dat doen we allemaal zelf wel.'... De andere, jonge kraamverzorgende, deed dat wel. En het is heel fijn, dat iemand een poging waagt om iemand te leren kennen of te achterhalen 'Is de standaardoplossing een passende oplossing?' (kraamvrouw).

”

In de focusgroep met kraamverzorgenden kwam eveneens aan de orde dat het belangrijk is om aan te sluiten bij de wensen en gebruiken van een ouders; en een beetje bij te sturen als de kraamverzorgende denkt dat dit goed is voor het welzijn van de kraamvrouw. Een kraamverzorgende zegt daarover het volgende.

“

Ik zie het als een samen-op-weg-situatie. Ik laat de ouders vertellen wat ze verwachten, wat hun wensen zijn. Ik loop daar achteraan en stuur daar waar nodig een beetje bij bijvoorbeeld als ze dingen eigenlijk helemaal nog niet kunnen (kraamverzorgende).

”

Geen standaardzorg bieden maar kijken wat wenselijk is, komt in allerlei facetten van kraamzorg aan de orde - zo geven kraamvrouwen en kraamverzorgenden aan - van de was doen tot rust nemen of al dan niet borstvoeding geven.

2.7 Aansluiten als kern van goede zorg

“

Een kraamverzorgster, daar heb ik zoveel respect voor, je moet een kameleon zijn. Elke keer een ander huishouden waaraan je je aan moet passen aan moet voelen. Eigenlijk onzichtbaar mensen door de kraamperiode heen helpen. Zelf signaleren wat nodig is. Ik denk dat je beter ergens algemeen directeur kunt wezen dan een kraamverzorgster. Als ik hier (in de focusgroep) zo zit te luisteren, dan denk ik, hoe iedereen over zichzelf praat daar moet de kraamverzorgenden zich aan aanpassen. Nou! (vader).

”

Om voor kraamvrouwen en partners het goede te doen, vragen zij van kraamverzorgenden dat die aansluiten bij wat zij nodig hebben. En dat is geen sinecure, zoals de vader in voorgaand citaat verwoordt. Niet alleen omdat iedere mens anders is en iets anders nodig heeft, maar ook omdat de situatie waarin het kraamgezin zich bevindt in verandering is door de geboorte van het kind. Er wordt gezocht naar een nieuw evenwicht, nieuwe routines en verhoudingen tot elkaar.

De behoefte van kraamvrouwen en partners aan zorg die aansluit, is aan de orde bij alle thema's die in dit hoofdstuk besproken zijn. Bijvoorbeeld als het gaat over het versterken van zelfvertrouwen van ouders, hen helpen om grip te krijgen op het eigen leven. De ene kraamvrouw wil dan liever eerst vijf keer meekijken als de kraamverzorgende de baby in bad doet en het daarna pas zelf doen. Terwijl een andere kraamvrouw niets moet hebben van meekijken, maar meteen zelf haar baby wil badderen en daarbij eventueel aanwijzingen wil krijgen van de kraamverzorgende. Kraamverzorgenden moeten kunnen inschatten en aanvoelen wat op welk moment het goede is om te doen.

In de focusgroep met kraamverzorgenden, respectievelijk ondersteuners en samenwerkingspartners werd bevestigd dat goede kraamzorg vraagt om een verzorgende die goed kan aansluiten bij kraamvrouw en haar gezin en wat zij op een bepaald moment nodig hebben.

3 Deskundigheid om het goede te doen

In het vorige hoofdstuk hebben we laten zien wat de betekenis van kraamzorg is voor kraamvrouwen en hun partners. De betekenis die kraamzorg voor hen heeft wordt onderschreven door kraamverzorgenden, hun ondersteuners en samenwerkingspartners. Goede zorg is zorg die kraamvrouwen en hun gezin (weer) in hun kracht brengt. Daarvoor is zorg nodig die aansluit, die bij hén past. Dat vraagt van de kraamverzorgende dat ze er voortdurend op gericht is om het goede te doen, voor deze kraamvrouw, op dit moment. In dit hoofdstuk bespreken we welke deskundigheid - kennis, vaardigheden, houding - daarvoor nodig is.

In de focusgroepen met respectievelijk kraamvrouwen en partners, kraamverzorgenden en ondersteuners is gesproken over de deskundigheid die kraamverzorgenden nodig hebben voor het bieden van goede zorg. In bijlage 1 is een overzicht opgenomen van hetgeen in alle focusgroepen is genoemd. Deze lijst is niet uitputtend, maar geeft een goed beeld van de brede deskundigheid die van kraamverzorgenden wordt gevraagd. In dit hoofdstuk noemen we de thema's die uit de gesprekken met kraamvrouwen en partners zijn gedestilleerd. Daarnaast geven we aan hoe kraamzorgorganisaties die deskundigheid kunnen ondersteunen.

Deskundigheid nodig voor het bieden van goede kraamzorg

- kennis hebben (en kunnen overdragen) zoals van verzorging en gezondheid(srisico's)
- relationele vaardigheden zoals aandacht, begrip, invoelend vermogen, communiceren
- flexibel zijn en prioriteiten stellen
- openstaan voor feedback en zelfreflectie

3.1 Kennis hebben en kunnen overbrengen

Voor kraamvrouwen en hun partners is het belangrijk dat de kraamverzorgende over kennis en vaardigheden beschikt om goed voor hen te kunnen zorgen en dat ze gezondheidsrisico's bij hen herkennen. Daarbij hoort ook dat ze moeten weten wanneer haar eigen kennis te kort schiet en ze anderen moeten inschakelen. Als kraamverzorgenden deze kennis hebben, veel weten, geeft dat vertrouwen en rust.

“

Beide keren hebben we twee verschillende kraamverzorgenden gehad. En degene die het langst kwam, beide hele jonge meisjes, wonderbaarlijk dat je op je 22^e er zoveel vanaf weet en dat ook weet uit te stralen en daarmee vertrouwen geeft en rust creëert (kraamvrouw).

Ze had eigenlijk de lactatiekundige moeten bellen. Als ze belt voor advies geeft je dat het vertrouwen dat ze weet wat ze doet (kraamvrouw).

”

Voor kraamvrouwen en partners is het tevens belangrijk dat kraamverzorgenden hun kennis kunnen overbrengen aan hen, door het geven van instructies en advies, zodat ze die kennis kunnen benutten om vertrouwen in zichzelf te krijgen; dat ze goed voor hun baby zullen zorgen. Dat kraamverzorgenden over de vaardigheden moeten beschikken om kennis over te dragen, wordt ook in de focusgroep van ondersteuners genoemd.

“

Als het goed is trekt de kraamverzorgende zich steeds meer terug en nemen de ouders het steeds verder over. Dus geef je ze het vertrouwen dat ze het gewoon zelf kunnen ... Deskundigheid zit ook in het overdragen van kennis. Het is niet alleen bekrachtigen van ouders dat ze het goed doen, maar door het overdragen van kennis kun je vertrouwen geven (ondersteuner).

”

In de focusgroepen met kraamverzorgenden respectievelijk hun ondersteuners wordt de (protocollaire) kennis genoemd die kraamverzorgenden nodig hebben voor het bevorderen van gezondheid van moeder en kind, het signaleren van risico's en de verzorging van moeder en kind. Deze kennis moet toegepast worden op de specifieke situatie van de kraamvrouw en de pasgeborene. Ook is kennis van het huishouden belangrijk: wassen, eten koken, verzorging van meubels etc., evenals zorg voor andere kinderen. Ook die kennis moet toegepast worden op de specifieke situatie van het gezin, en hun gewoonten en gebruiken.

3.2 Relationele vaardigheden

Kraamverzorgenden moeten bereid zijn tot en de vaardigheid hebben om contact te maken. Daardoor kunnen kraamvrouwen en partners gekend worden, zodat kraamverzorgenden weten wat de ouders nodig hebben. Daarvoor moeten zij beschikken over vaardigheden als 'interesse' en 'oprechte aandacht'.

“

De kraamverzorgende moet iemand zijn die gevoel heeft bij 'wie heb ik tegenover me?'. Vragen waar jij behoefte aan hebt... iemand die interesse heeft in jouw specifieke situatie .. en oprechte aandacht kan geven (kraamvrouw).

”

Het belang van relationele vaardigheden komt ook in de focusgroep met kraamverzorgenden aan de orde. Kraamverzorgenden geven aan dat 'de ander leren kennen' nodig is om het goede te doen. In de focusgroep met ondersteuners worden relationele vaardigheden als 'begrip', 'invoelend vermogen' en 'communiceren' genoemd als belangrijke voorwaarden voor goede zorg die er onder andere op gericht is om zelfvertrouwen van kraamvrouwen te versterken en in te kunnen spelen op wat nodig is in het gezin.

“

Een kraamverzorgende moet vooral begrip en invoelend vermogen hebben voor de gezinssituatie. Als de kraamvrouw zich begrepen voelt, krijgt ze meer zelfvertrouwen. Ook als zij weet, de kraamverzorgende begrijpt mij en kan inspelen op mijn behoefte. Je kan iemand versterken in zijn zelfvertrouwen als de kraamverzorgende aanvoelt als er heel veel onzekerheid is of als er bepaalde situaties in het gezin zijn waarop zij in kan spelen en begeleiden (ondersteuner).

Ook terugpakken als je ergens niet aan toegekomen bent, waarom dat zo is en dat je dat de volgende dag oppakt, bijvoorbeeld omdat de borstvoeding prioriteit had. Dan kom je weer uit op communicatie (ondersteuner).

”

Ondersteuners van kraamverzorgenden geven aan dat de kraamverzorgende de professionaliteit moet hebben om die relatie tot stand te brengen. Daarbij moet ze zich realiseren dat deze relatie een ander doel dient, dan de relatie met vrienden. Daarnaast wordt het belang van de relationele vaardigheid ‘afstemming’ genoemd door ondersteuners.

“

Als een kraamverzorgende die afstemming niet goed maakt vanaf het begin van de zorg, dan kan ze nog zo goed haar expertise in huis hebben en haar werk doen. Ik denk dat daar ook heel veel klachten uit voortkomen (ondersteuner)

De kraamverzorgende moet haar ‘tomtom’ kunnen aanzetten. Waar vind je elkaar? Het is elke keer een hele nieuwe situatie waarin iemand terecht komt. Hoe zorg je dan dat je in contact komt met de ander (ondersteuner).

”

3.3 Flexibel zijn en prioriteiten stellen

Van kraamverzorgenden wordt veel flexibiliteit gevraagd. Dat is een kwaliteit die in alle focusgroepen veel aandacht krijgt. Die vaardigheid is essentieel om af te kunnen stemmen op (veranderende) behoeften van de kraamvrouw, in te voegen in het reilen en zeilen van het gezin, mee te bewegen in de dynamiek van een eerste kraamweek (en alle bezoekers die dat met zich meebrengt). Tegelijkertijd is het van belang om bij al dat ‘afstemmen, meebewegen in inpassen’ prioriteiten te stellen. Wat doe ik eerst (bijvoorbeeld te tijd nemen om met de kraamvrouw te praten over haar emoties) en wat doe ik daarna (de was). Een kraamverzorgende omschrijft dat treffend in onderstaand citaat.

“

Vaak heb je een dagplanning, dat loopt soms echt helemaal faliekant fout. Dan 's morgens kom je bij wijze van spreken binnen en dan tref je de kraamvrouw aan in kraamtranen. Dat zit ik soms een uur of anderhalf uur. Dan denk ik ‘de was komt straks wel weer’. En dan haar ook kunnen laten voelen van ‘dat halen we straks wel in of niet, maar dit is nu het belangrijkste’. Niet opgejaagd denken, ik moet nog dit, ik moet nog dat. Dat werkt natuurlijk niet (kraamverzorgende).

”

3.4 Openstaan voor feedback en zelfreflectie

Voor kraamvrouwen en hun partners is het belangrijk dat de kraamverzorgende open staat voor feedback en naar hun eigen handelen kunnen kijken. Wanneer kraamverzorgenden hun eigen handelen ter discussie stellen, dan biedt dat ouders de ruimte om terug te geven wat voor hén belangrijk is. Feedback geven vinden kraamvrouwen namelijk niet altijd gemakkelijk, om verschillende redenen. Ze voelen zich in bepaalde mate afhankelijk van de kraamverzorgende en zijn bang dat feedback (kritiek) van invloed is op de relatie. Bovendien staan kraamvrouwen in de eerste week na de bevalling vaak niet stabiel genoeg in hun schoenen om kritiek te uiten of goed bedoelde adviezen naast zich neer te leggen. Ook wordt in de focusgroep genoemd dat het vervelend kan zijn om kritiek te uiten “omdat kraamverzorgenden zo hun best doen”.

“

Het lastige is dan dat je inderdaad net als met die koolbladeren, zo iemand loopt dan toch in je huis rond en dan denk je 'om daar nou gelijk nee tegen te zeggen en dan je eigen gang te gaan'. Dat doe je ook niet, dus dan doe je het maar niet. Je wilt zo iemand toch niet tegenspreken, bovendien ben je zo labiel als de pest natuurlijk... Je weet het zelf niet. Iemand zegt het heel stellig, dus dan denk 'dan zal het wel'... Om die discussie aan te gaan, dan moet je even een drempeltje over. Op zo'n moment heb je geen zin in dat drempeltje (kraamvrouw).

Volgens mij werd het om de dag geëvalueerd en dan zeg je toch 'alles is goed', tja, niet goed eigenlijk (kraamvrouw).

Dan wilde ik eigenlijk dat ze weg ging uit de huiskamer, maar dan vond ik het wel moeilijk om te zeggen 'even wat minder kletsen, of ga even wat doen of zo' (kraamvrouw).

”

Het onderwerp van 'open staan voor feedback' kwam ook in de focusgroep met kraamverzorgenden zelf aan de orde, evenals het belang van zelfkennis.

“

Ik had nog zelfkennis. Vind ik ook wel een belangrijke. Dat heb je vooral nodig om je grenzen aan te geven, denk ik. Je moet weten waar zelf je zwakke punten zitten (kraamverzorgende).

Zelfkennis is ook belangrijk om je vooroordelen los te laten (kraamverzorgende).

”

Kraamverzorgenden noemen dat 'jezelf kennen' nodig is om te weten wat je wel en niet kunt en dus ook weten wanneer je anderen om advies moet vragen of moet inschakelen. Jezelf kennen is ook nodig om te weten wanneer je vooroordelen hebt en om deze vooroordelen los te kunnen laten. Je kunt pas aansluiten bij vragen en behoeften van anderen, als je je eigen waarden en normen kent.

In de focusgroep met ondersteuners wordt gezegd dat het nodig is, dat kraamverzorgenden weten wat voor type kraamverzorgende ze zelf zijn, hoe ze naar zichzelf kijken, welk beeld ze van zichzelf hebben, dat ze weten wat ze

wel en niet goed kunnen. Met een beter beeld van zichzelf, kunnen ze beter aansluiten bij de vragen en behoeften van de kraamvrouw en haar gezin.

3.5 Ondersteuning van deskundigheid vanuit de organisatie

In de focusgroep met ondersteuners (opleiders, managers, staffunctionarissen) is gesproken over de manier waarop zij deskundigheid van kraamverzorgenden ondersteunen en de kracht van teams versterken. Daarbij werd benadrukt dat de kraamverzorgende een solistische functie heeft en dat het juist daarom belangrijk is dat ze kan terugvallen op collega's uit haar team. Dat geldt ook voor begeleiding en advies van de leidinggevende en andere collega's. Ook moet ruimte zijn om op het eigen handelen te reflecteren. Er zijn immers geen collega's aanwezig in het kraamgezin, die je kunnen attenderen op de consequenties van je gedrag.

Standaard wordt aan deskundigheidsbevordering gedaan ten aanzien van risicosignalering en protocollen. Ruimte voor deskundigheidsbevordering - ten aanzien van het versterken van relationele vaardigheden, flexibel zijn (meebewegen) en prioriteiten stellen, geven en ontvangen van feedback en zelfreflectie, nodig voor het bieden van goede - wordt met veel inventiviteit en creativiteit gecreëerd. Daarbij wordt vaak gebruik gemaakt van coachende vaardigheden van leidinggevend en talenten van (staf)medewerkers / opleiders die in dienst zijn.

In de focusgroep met ondersteuners komt ook aan de orde dat het jammer is, dat weinig ruimte beschikbaar is voor dergelijke scholing, training, coaching. Zij geven aan dat dit niet alleen de kwaliteit van de kraamzorg kan verbeteren, maar ook het werkplezier van kraamverzorgenden.

“

Naast die technische dingen zou je juist aandacht moeten hebben voor de zachte kant. Dat voorkomt in de toekomst ook ziekteverzuim. Ik denk zeker dat dat helpt. Als jij goed onderlegd bent en goede tools hebt om goed te communiceren en te onderhandelen, dat scheelt voor kraamverzorgenden heel veel stress... Als iemand altijd maar op zijn tenen loopt en altijd maar net op de grens van zijn eigen kunnen zit, dan krijg je op den duur ziekteverzuim. Mensen haken op een gegeven moment af en gaan het vak uit. Het sneue ervan is, dat zijn vaak de meest verantwoordelijke kraamverzorgenden. Die gaan te lang door (ondersteuner).

”

3.6 Leer- en reflectiemomenten voor deskundigheidsbevordering

Onderstaand een overzicht van voorbeelden van leer- en reflectiemomenten die genoemd zijn in de focusgroep met ondersteuners om deskundigheid van kraamverzorgenden te versterken.

- In begeleidingsgesprekken als leidinggevende vragen stellen (zoals “wat is jouw werkwijze? Hoe flexibel ben je?”).
- Als leidinggevende voortdurend spiegelen (“Goh, realiseer je je dat je inderdaad veel praat of druk bent?”).
- Als leidinggevende het goede voorbeeld geven (“Zelf niet gelijk een oordeel, mening of advies hebben, maar eerst LSD gebruiken: luisteren, samenvatten en doorvragen”).
- Beschikbaar zijn als leidinggevend voor feedback op momenten dat het uitkomt voor de kraamverzorgende, en dat is vaak niet tussen 9 en 5 uur (“Dan willen ze eigenlijk feedback vanuit een veilige omgeving, van achter de eigen keukentafel bijvoorbeeld als ze iets willen bespreken waar ze zich onzeker over voelen”).
- Stimuleren dat ze van elkaar leren, elkaar opzoeken (“appen is heel gewoon tegenwoordig, dat kun je veel meer benutten om kraamverzorgenden onderling meer in contact te laten komen, veen community vormen”).
- Kennisuitwisseling in het team (“Er was een kraamvrouw met borderline in zorg. Toen is gezegd: We willen ons verdiepen in die kraamvrouw met borderline. Wie weet daar meer over? Welke deskundigen kunnen we uitnodigen in het team?”).
- Intervisie in het eigen team (“Ik vind het moeilijk met deze mevrouw in contact te komen, hou zou ik dat kunnen doen?”). Soms wordt een methode daarbij gebruikt (bijvoorbeeld incidentmethode) of is een intervisiebegeleidster extern getraind.
- Oefenen in het team in vrij communiceren (“leren objectieve en concrete vragen te stellen”).
- Bespreken van casuïstiek in het eigen team (“Ik kwam dit tegen in een gezin, hoe ga ik daarmee om? Hoe reageer ik daarop?”).
- Oefenen in het herkennen van oordelen (“Op het moment dat iemand een mening geeft of een oordeel uitspreekt, dan geef je de ander dat balletje”).
- Video-interactie (“Video opnames maken van interactie momenten tussen een kraamverzorgende en kraamvrouw / gezin en dat nabespreken met de kraamverzorgende of in het team”).
- Leren communiceren / gesprekstraining (met inzet van externe acteurs)

- Oefenen in gesprekstechnieken met eigen acteurs (“Wij hebben het met vroegsignalering gedaan. Hoe ga je het gesprek aan met die ouder. Wat voel ik, wat zie ik, wat ruik ik? Het is heel verhelderend als iemand uit de organisatie dan die rol van de kraamvrouw speelt”).
- Training effectief communiceren (“Daarin hebben wij klantentypes aangeduid. Ze hebben geleerd dat je met vier klanttypes te maken kan hebben en de do’s en dont’s per klanttype. We hebben hen ook gevraagd zichzelf te typeren, zodat je weet wat je valkuilen en sterke kanten van jezelf zijn”).
- Training onderhandelen met cliënten (“Als cliënten over je grenzen gaan, hoe kun je dat dan oppakken door te onderhandelen, dat je er samen goed uitkomt”).
- Teamtraining (“Wij hebben de teamrollen van Belbin gebruikt, in sessies met acteurs. Dat wordt iedere twee jaar in alle teams herhaald. Dat creëert een hoop begrip voor het anders denken van anderen. Dan krijg je ook meer inzicht in waarom het in sommige gezinnen meteen klikt zonder dat je er wat voor hoeft te doen en dat je in sommige gezinnen heel hard moet werken.”).
- Meelopen met kraamverzorgenden (“Dat zouden we eigenlijk meer willen doen. Een dagdeel meelopen en alleen maar kijken en luisteren. Dan heb je daar vervolgens een gesprek over en daar haal je heel erg veel uit”).
- Trainingen / themabijeenkomsten over onderwerpen die kraamverzorgende als mens raken (“Zorg voor je zelf en zwanger zijn; zorg voor je zelf en de overgang; zorg voor jezelf; combineren van werk en privé; en ik dan?”).
- In het team resultaten van enquêtes bespreken (resultaat van beleving van cliënten).

4 Kraamzorg: een schakel in de geboorteketen

“

Geboortezorg is teamwork en de kraamzorg hoort uiteraard in dat team... In het team zitten allerlei disciplines. De kraamzorg is er heel erg voor de care. Wat wij heel erg laten liggen, denk ik, is het stukje na die bevalling en die zwangere denk ik zelf ook een beetje. Die bereidt zich voor op die zwangerschap en de bevalling en dan houdt het op... Ja, dat kraambed goed begeleiden, de borstvoeding is daar denk ik ook een heel belangrijk aspect van, het hele plaatje eigenlijk (samenwerkingspartner).

”

In de voorgaande hoofdstukken is met name vanuit het perspectief van kraamvrouwen en partners gekeken naar wat goede kraamzorg inhoudt. Dat perspectief is aangevuld met hetgeen kraamverzorgenden en hun ondersteuners (opleiders, managers, staffunctionarissen) daarvan vinden. Alle partijen zijn eensgezind over wat kraamverzorgenden voor kraamvrouwen en hun gezin kunnen betekenen; en wat ze daarvoor in huis moeten hebben. Dat beeld is ook terug te zien in de verhalen van samenwerkingspartners (gynaecoloog, verloskundige, manager afdeling verloskunde, zorgverzekeraars) die met name in dit hoofdstuk aan het woord komen. In dit hoofdstuk gaan we in op de vraag: Wat betekent dit beeld van goede kraamzorg nu voor de specifieke bijdrage die kraamverzorgenden hebben in de geboorteketen?

In onderstaande schema staan de thema's die uit de focusgroep met samenwerkingspartners gedestilleerd zijn.

Thema's die het belang van kraamzorg voor samenwerkingspartners weergeven

- Ouders zelfvertrouwen geven
- Ondersteuning bieden bij de bevalling
- Aandacht geven aan het bevallingsverhaal
- Ouders leren op eigen benen te staan
- Angst en ongerustheid bepreken
- Signaleren van risico's en doorverwijzen
- Begeleiden en praktische adviezen geven
- Helpen de pasgeborene te integreren in het gezin
- Voorbereiden van het kraambed als onderdeel van het hele plaatje?
- Huishoudelijke zorg en zorg voor andere kinderen?

4.1 De specifieke bijdrage van de kraamzorg

Samenwerkingspartners zien een belangrijke bijdrage voor kraamzorg aan de geboorteketen. Daarom wordt ook genoemd dat het jammer is dat sommige kraamgezinnen om financiële redenen (eigen bijdrage) er soms voor kiezen om kraamzorg terug te schroeven.

“

Het is ontzettend jammer dat de mensen die het het hardste nodig hebben, niet het volledig inkopen om financiële redenen. Dat is echt zo. Als je op de langere termijn denkt, dan zou het heel verstandig zijn om het bijna op te dringen, om het maar even zo te zeggen, omdat kraamverzorgenden heel veel kunnen betekenen (samenwerkingspartner).

”

In het vervolg van deze paragraaf schetsen we het beeld van de waarde van kraamzorg voor kraamvrouwen en haar gezin, vanuit het perspectief van samenwerkingspartners. Daarbij worden twee verschillen genoemd ten opzichte van het beeld uit hoofdstuk 3.

Ouders zelfvertrouwen geven

Samenwerkingspartners noemen, net als in andere focusgroepen is gezegd, dat kraamverzorgenden er aan bij kunnen dragen dat ouders het vertrouwen krijgen dat ze goed voor de pasgeborene kunnen zorgen. Zij kunnen ouders informeren over wat ‘normaal’ is en hen helpen hun kind te leren kennen.

“

In de eerste plaats vind ik natuurlijk dat de kraamverzorgsters in de gaten moeten houden of alles goed loopt met moeder en kind, maar haar taak is ook om de ouders te leren wat normaal is in situaties. Hoe normaal zijn buikkrampjes? Hoe normaal is het dat een kind spuugt? Hoe normaal laat je het zijn of een kind 's nachts doorslaapt of niet? Het is ook een leerproces om dat kind te leren kennen (samenwerkingspartner).

”

Een samenwerkingspartner geeft in onderstaand citaat aan, dat kraamverzorgenden ouders zelfvertrouwen kunnen geven door te erkennen dat het allemaal niet gemakkelijk is.

“

Oké, het was een miserabele nacht, maar het is wel normaal, jullie hebben het goed opgelost. Prima je loopt met ogen op steeltjes, dat mag, dat hoort erbij (samenwerkingspartner).

”

Ondersteuning bieden bij de bevalling

Samenwerkingspartners noemen dat het door kraamvrouwen gewaardeerd wordt als kraamverzorgenden bij de bevalling aanwezig zijn. Dat komt naar voren uit evaluaties van het ziekenhuis.

“

Als een kraamverzorgende bij de partus is geweest en naar huis heeft kunnen gaan, als die lijn geëffectueerd is, dat dat heel prettig is geweest. We weten gewoon dat dat een heel belangrijk iets is, de kraamzorg thuis... even los van de principiële vraag of je vindt dat dat moet en kan (samenwerkingspartner).

”

Deze waardering van kraamverzorgenden leidt er niet zonder meer toe dat samenwerkingspartners in de focusgroep vinden, dat de kraamverzorgende ook bij de bevalling zou moeten zijn, thuis of in het ziekenhuis. Aan die vraag kleven allerlei praktische en financiële bezwaren. Ook een inhoudelijke vraag is aan de orde, namelijk of de kraamverzorgende daar dan wel of niet gespecialiseerde kennis voor nodig heeft.

In de focusgroep met samenwerkingspartners komt aan de orde dat thuisbegeleiding, begeleidt door de verloskundige en kraamverzorgende, er wellicht toe zou kunnen leiden dat minder vrouwen om pijnstilling vragen waarvoor ziekenhuisopname nodig is.

“

Eén van haar sterke punten kan zijn het mee begeleiden van die vrouw in de ontsluitingsfase thuis. Ik denk nog steeds dat op het ogenblik dat een kraamverzorgende en een verloskundige in huis zijn, dan vraag ik met af hoeveel vrouwen nog door zouden willen gaan voor pijnstilling (samenwerkingspartner).

Dat is absoluut zo, dan is die pijnstillingsgrens een stuk minder. De kraamverzorgenden zijn daarvoor opgeleid of daar kunnen ze beter voor bijgeschoold worden (samenwerkingspartner).

”

Aandacht geven aan het bevallingsverhaal

In de focusgroep met samenwerkingspartners wordt gezegd dat het vooral de kraamverzorgende is, die de kraamvrouw kan helpen de bevalling te verwerken. Hierover wordt het volgende gezegd.

“

De mensen hebben enorm ook iemand nodig die zegt 'goh, het is allemaal wat geweest hé, dit is gebeurd en dat is gebeurd'. Om woorden te geven aan hetgeen allemaal voorgevallen is. Zelf denk je 'oh laat maar zitten, het zal allemaal wel niet zo erg zijn geweest'. Maar juist iemand die daar de tijd voor neemt om dat weer even terug te halen, wat er allemaal gebeurd is. Dan denk je, ja, dat kan de kraamverzorgende zijn... (samenwerkingspartner)

”

Zoals ook uit de focusgroep met kraamvrouwen en partners aan de orde kwam, is het voor kraamvrouwen van belang dat ze hun bevalling kunnen verwerken, een plek kunnen geven. De kraamverzorgende kan daarbij helpen. Zij kan de tijd nemen om daar met de kraamvrouw over te praten en vragen over te stellen.

Ouders leren op eigen benen te staan

Het komt ook uit de focusgroepen met kraamvrouwen en partners, kraamverzorgenden zelf en ondersteuners naar voren, en ook samenwerkingspartners benadrukken dit: de meerwaarde van kraamzorg in de geboorteketen is dat zij ouders leren op eigen benen te staan. Dat is een aspect van kraamzorg dat bijzonder op prijs wordt gesteld.

“

Dat is wel een facet wat heel erg op prijs gesteld wordt door iedereen. Als een kraambed afloopt dan weten de mensen dat de praktische zaken... Dat moet ook gewoon een belangrijke doelstelling zijn, dat op het moment dat de kraamverzorgende het pand verlaat, dat je weet dat ze het alleen kunnen (samenwerkingspartner).

”

Angst en ongerustheid bespreken

Samenwerkingspartners vinden het van meerwaarde voor de geboorteketen als de kraamverzorgende met kraamvrouwen het gesprek aangaat over angst en ongerustheid; en dat ze daarbij de goede vragen kan stellen.

“

Wij hebben in het ziekenhuis besloten dat we vinden dat kraamverzorgsters een soort communicatietraining moeten krijgen. Onder andere om vrouwen niet weg te laten komen met zo'n verhaal van 'nee, prima'. Hoe vlieg je het dan aan om net daaronder te komen (samenwerkingspartner)?

”

Samenwerkingspartners geven aan dat juist kraamverzorgenden in de situatie zijn om met de kraamvrouw over haar emoties te spreken. Ze benadrukken wel dat zij daarvoor over communicatieve vaardigheden moeten beschikken, waarvan ze zich afvragen of elke kraamverzorgende die wel heeft.

Signaleren van risico's en doorverwijzen

Belangrijke taak van kraamzorg in de geboorteketen is het signaleren en opvolgen van risico's.

“

Ik zou er nog wel iets aan toe willen voegen, het signaleren van de situatie waarin het niet goed gaat. En hoe dat dan verder moet. Dat vind ik toch een hele belangrijke taak van de kraamverzorgende (samenwerkingspartner).

”

Samenwerkingspartners noemen een aantal signalen waar kraamverzorgenden alert op moeten zijn: veiligheid van moeder en kind, binding met het kind, psychische klachten van de moeder.

“

De kraamzorg ziet, dit is een situatie waarin het dan echt niet goed is en je zorgen hebt over de veiligheid. Ook vooral die vrouwen die de bevalling niet goed kunnen verwerken, hoe laat je die achter?.. als die post traumatische stress een rol gaat spelen, wil je vroeg interventie kunnen plegen... Soms zie je dat toch al in de eerste zeven dagen (samenwerkingspartners).

”

Belangrijk is dat kraamverzorgenden risico's kunnen signaleren en in dergelijke situaties weten wanneer ze moeten doorverwijzen en naar wie. Checklists kunnen daarbij helpen, geeft de samenwerkingspartner in onderstaand citaat aan.

“

Wat helpt zijn toch checklistjes... Op het moment dat je op zoveel punten uitkomt heb je ook makkelijker een reden om het te bespreken. Dat soort tools zouden kunnen helpen om het duidelijker te hebben ... Maar neemt de kraamverzorgende ook de stap om te zeggen of de verloskundige of de huisarts of de gynaecoloog zelf moet komen zien? Aangeven, die vrouw moet gewoon eerder voor nacontrole komen om die bevalling nog een keer na te bespreken of heeft hulp echt nodig om dat te doen (samenwerkingspartner).

”

Van belang is ook dat kraamverzorgenden het gesprek met de kraamvrouw zelf kunnen aangaan, wanneer ze een niet-pluis-gevoel hebben. Samenwerkingspartners vragen zich daarbij af welke rol de kraamverzorgende daarbij heeft.

“

De kraamverzorgsters zijn zo goed als allemaal wel extra geschoold op die vroegsignalering, dat gaat allemaal over niet pluis. Het is nooit zo zwart wit, het is juist dat onderbuikgevoel. Je ziet dan ook wel dat ze dan geschoold zijn om te kijken.... Proberen dat te concretiseren, dat is al ingewikkeld genoeg. Wat signaleer je dan daadwerkelijk, kun je dat concreet maken? Waar de bottle neck zit bij de kraamverzorgende, dat is wat ik altijd begrijp, daadwerkelijk dat gesprek aangaan met die kraamvrouw. Dat is ingewikkeld. De vraag is ook of je dat aan de kraamzorg over moet laten. Het zijn toch mbo-3 geschoolden (samenwerkingspartner)...Ik vraag me af of dat zo ingewikkeld is. Het is natuurlijk heel makkelijk om dat te overleggen met de verloskundige. Die is wel geschoold om dat verder op te pakken en het gesprek aan te gaan met de mensen. Dat zijn niet de makkelijkste gesprekken. Maar je zult er toch iets mee moeten. Hoe dan ook, want dat formulier wordt wel ingevuld van die vroegsignalering (samenwerkingspartner)... De verloskundige is ook eindverantwoordelijk voor het kraambed. Dat moet je vasthouden (samenwerkingspartner).

”

Begeleiden en geven van praktische tips en adviezen

Net als in andere focusgroepen, noemen samenwerkingspartners het de kracht van de kraamverzorgende, dat zij de tijd neemt om met kraamvrouwen te spreken over voeding en verzorging van de pasgeborene; en praktische tips en adviezen daarover kan geven.

“

Als ik kijk naar de obstetrie verpleegkundige in vergelijking met de kraamverzorgende, dan is dat al zo'n wereld van verschil. Het verschil is dat door kraamvrouwen veel meer op prijs wordt gesteld dat die kraamverzorgende er is. Hulp bij borstvoeding bijvoorbeeld. Borstvoeding is zo'n item altijd. De verpleegkundige heeft lang niet het geduld erbij zitten, bij dat soort zaken. De oprechte aandacht van de kraamverzorgende is zo'n meerwaarde. Die oprechte aandacht voor het kind, voor de kraamvrouw, voor de hulp bij borstvoeding, hoe gaat het met kolven, wat zijn post partum eigenaardigheidjes? Dat is toch een wezenlijk verschil, is mijn ervaring ... Er is een verschil tussen care en cure. De kraamverzorgende is veel meer gericht op dat care gebied, terwijl die obstetrie verpleegkundige en gynaecologie verpleegkundige kijkt naar de spuiten en dergelijke (samenwerkingspartner).

”

Helpen de pasgeborene te integreren in het gezin

Samenwerkingspartners noemen het een meerwaarde van kraamzorg in de geboorteketen, dat kraamverzorgenden kunnen bijdragen aan de integratie van de pasgeborene in het gezin. Dit noemen ook kraamvrouwen, kraamverzorgenden en hun ondersteuners.

“

Re-integratie in de rest van het gezin is belangrijk. Ik denk ook dat het voor de moeder vooral belangrijk is dat de eerdere kinderen goed reageren op de komst van de nieuwe baby (samenwerkingspartner).

”

Vorbereiden van het kraambed als onderdeel van het hele plaatje?

Voorgaande onderdelen van goede kraamzorg als onderdeel van de geboorteketen, zijn ook in de andere focusgroepen aan de orde gekomen. Vanuit de focusgroep met samenwerkingspartners wordt daar nog aan toegevoegd dat de kraamzorg ook een rol zou kunnen spelen in het voorbereiden van de kraamvrouw op het kraambed, als onderdeel van het hele plaatje: voorbereiden, tijdens en na de bevalling.

“

Ik denk, in een team zitten allerlei disciplines, de kraamzorg is er heel erg voor de care. Wat wij heel erg laten liggen, denk ik, is het stukje na die bevalling en die zwangere zelf denk ik zelf ook een beetje. De zwangere die bereidt zich voor op die zwangerschap en de bevalling en dan houdt het op. Ja, ik denk dat het voorbereiden op het kraambed, wat echt niet die roze wolk is, dat de kraamzorg daar een hele grote rol in kan spelen. En ook, ja goed, dat kraambed inderdaad goed begeleiden, en daarna de borstvoeding is daar denk ik ook een heel belangrijk aspect van. Ja, eigenlijk het hele plaatje (samenwerkingspartner).

”

Uit de focusgroep met kraamvrouwen en partners kwam de vraag aan de orde of het zinvol is om vóór de eerste bevalling veel informatie te geven over het kraambed. Het is volgens hen niet goed voor te stellen wat dat betekent als je het nooit hebt meegemaakt. En hoewel samenwerkingspartners dat het zinvol vinden als kraamvrouwen die informatie van de kraamverzorgende krijgen, vragen ze zich tegelijkertijd ook af of die informatie wel aankomt bij de kraamvrouw.

Huishoudelijke zorg en zorg voor andere kinderen?

In de focusgroep met kraamvrouwen en in die met kraamverzorgenden komt aan de orde dat het van waarde is voor het kraamgezin als kraamzorg kan bijdragen aan het huishouden en de zorg voor andere kinderen. Dat is een manier om rust te creëren, zodat kraamvrouwen de tijd en ruimte hebben om te herstellen en bij te komen van de bevalling en samen met hun gezin een nieuw evenwicht te vinden. Dat wordt ook herkend door een deelnemer aan de focusgroep met samenwerkingspartners.

“

Dat een vader naar de kraamverzorgster gaat van 'ja, je trekt hier zo maar alle kasten open!'. Maar hoe wil ze anders weten waar de koffie staat en waar de handdoeken liggen? Er zijn ouders die daar heel veel moeite mee hebben en dan toch de vijfde dag zeggen 'goh, wat doet ze eigenlijk veel in huis. Ik kan nu een kind in bad doen'. Daar ook van terug komen (samenwerkingspartner).

”

In de focusgroep met kraamverzorgenden is daarnaast gezegd dat huishoudelijke hulp en zorg voor andere kinderen, naast verzorging en controle van moeder en kind, als het ware de legitimatie is om langere tijd in een gezin te zijn, waardoor behoeften en problemen eerder gesignaleerd kunnen worden.

In de focusgroep met samenwerkingspartners wordt de meerwaarde van huishoudelijke hulp door sommigen betwijfeld. Wanneer gekozen moet worden, wegens beschikbaar budget, dan noemt een van de samenwerkingspartners dat haar voorkeur ernaar uitgaat dat een kraamverzorgende de bevalling begeleidt in plaats van huishoudelijk werk verricht.

“

Dat een kraamverzorgende bij de bevalling is vind ik belangrijker dan dat iemand staat te strijken (samenwerkingspartner).

”

4.2 Belang van kraamzorg in de geboorteketen

Het beeld dat uit de focusgroep met samenwerkingspartners naar voren komt, over de waarde van kraamzorg in de geboorteketen, is vergelijkbaar met dat uit de andere focusgroepen, op twee uitzonderingen na (zie hiervoor). Vervolgens is in de focusgroep gesproken over de waarde van kraamzorg in de geboorteketen. Zij geven aan dat de verschillende disciplines die een rol spelen in de geboorteketen ieder afzonderlijk goed verankerd zijn in de Nederlandse geboortecultuur. Dat geldt voor de kraamzorg, verloskundigen en gynaecologen. Ook de intenties om geïntegreerde geboortezorg te realiseren zijn vergelijkbaar. Echter, goede samenwerking is nog niet gerealiseerd. Bij de start van de focusgroep is de deelnemers gevraagd om een kaart te kiezen die de kraamzorg in de geboorteketen symboliseert. Een van de deelnemers aan de focusgroep van samenwerkingspartners heeft een kaart gekozen met voetballende kinderen. Dat typeert volgens haar de stand van zaken met betrekking tot de geboorteketen in Nederland. Tot besluit van dit rapport een citaat over samenwerking in de geboorteketen, waar kraamzorg deel van uitmaakt.

“

Het symboliseert voor mij teamwork. Geboortezorg is teamwork en de kraamzorg hoort uiteraard in dat team. Het zijn jonge jongetjes, het is nog een jong team, ze moeten echt nog wel leren samen spelen, zoals dat bij jongentjes als ze klein zijn is en het natuurlijk vooral om het ego gaat, want ik denk inderdaad dat dat in de geboortezorg zeker ook een rol speelt. We moeten dat team nog gaan vormen. In dit plaatje is de bal in het midden. Maar af en toe is nu nog de patiënt wel een beetje de bal die heen en weer wordt gespeeld. De bal is wel het centrale in dit plaatje. Het is niet de bedoeling dat wij de patiënt van de ene discipline naar de andere discipline spelen. Ik denk: we moeten werken aan een team (samenwerkingspartner).

”

Bijlage 1: kennis, vaardigheden en houding⁴

Kennis en vaardigheden m.b.t. verzorging en gezondheid(srisico's), zoals:

- protocollen
- gezonde voeding
- borstvoeding / flessenvoeding
- gezondheid moeder; over wat er in je lijf gebeurt / hormonen
- gezondheid kind
- kennis van partus, kraamvrouw, pas geborene
- voorkomen en signaleren van gezondheidsproblemen
- risico's signaleren
- oog hebben voor veiligheid in het algemeen (bedje, kruik)
- verzorging van moeder en kind / medische zorg
- controles kunnen uitvoeren bij moeder en kind
- kennis van huishouden
- organiseren van huishouden / zorgen dat de dag goed verloopt

Vaardigheden om kennis over te dragen (advies / instructie / begeleiden), zoals:

- pedagogische vaardigheden en didactische vaardigheden
- inzicht krijgen in de zorgvraag
- advies kunnen geven (bv dat het belangrijk is om 's middags te rusten en afspraken te maken over bezoek)
- coachen
- begeleiden
- vertrouwen geven
- aanspreekpunt zijn / vraagbaak zijn
- duidelijk en helder zijn
- voorlichting / instructies / voorbeelden geven

Vaardigheden om samen te werken, zoals:

- contact kunnen leggen met de verloskundig en anderen uit de eerste lijn (consultatiebureau, jeugdzorg)
- elkaar leren kennen, uitspreken wat je aan elkaar hebt, wederzijdse verwachtingen uitspreken

Relationele vaardigheden, zoals:

- (oprechte) aandacht kunnen geven
- mensenkennis (mensen kunnen 'lezen')
- communicatieve vaardigheden (luisteren, feedback geven) / met iedereen – alle lagen en standen en culturen – kunnen communiceren
- inlevingsvermogen / empathisch vermogen

⁴ Er is in de vier focusgroepen veel gezegd over deskundigheid van kraamverzorgenden. Dat is in deze lijst samengevat onder een aantal thema's. Deze lijst is niet uitputtend, maar geeft wel een goed beeld van wat onder deskundigheid van kraamverzorgenden wordt verstaan als dat wordt gevraagd aan kraamvrouwen en partners, kraamverzorgenden, hun ondersteuners en samenwerkingspartners.

- respect voor normen en waarden
- openheid / open staan voor vragen
- sociale vaardigheden

Vaardigheden om te kunnen afstemmen / invoegen / aanpassen, zoals:

- oog hebben voor het hele gezin
- alternatieven zoeken
- aanpassingsvermogen
- anticiperen (adequaat reageren, voorkomen)
- prioriteiten stellen (kiezen uit verschillende bezigheden)
- flexibel zijn (reageren op wat zich voordoet; kunnen meebewegen met wat voor iemand belangrijk is op dat moment)
- kunnen inspelen op
- geduld hebben
- nuchter zijn
- gemakkelijk in omgang
- onrust voorkomen
- een gladde rug hebben (bv van af laten glijden dat jij de schuld op je neemt / stuurt bezoek weg)
- creatief en inventief zijn
- overzicht hebben
- rustig overkomen
- betrouwbaar zijn
- klantvriendelijke zijn
- respectvolle houding
- gastvrij zijn

Vaardigheden om jezelf te kennen / reflecteren / feedback vragen, zoals:

- kunnen loslaten (er is een grens aan je verantwoordelijkheid)
- plezier hebben / zin hebben in je werk en dat uitstralen
- sores van jezelf thuislaten
- grenzen kennen
- vooroordelen kennen
- zorg evalueren
- vragen naar aandachtspunten
- situaties met collega's bespreken
- feedback kunnen vragen
- evenwicht bewaren tussen distantie en betrokkenheid
- omgaan met waarden en normen

Professionele houding, zoals:

- zelfstandig kunnen werken
- je vakgebied bijhouden / jezelf blijven bijscholen
- leergierig zijn
- open staan voor nieuwe werkwijze
- 'liefde' voor het vak hebben / enthousiasme
- geen 5-uurs mentaliteit
- respectvol zijn
- advies kunnen vragen aan leidinggevende / collega's
- advies kunnen vragen aan andere deskundigen