



DE EERSTE 2000 DAGEN VAN EEN KIND

De meest vormgevende periode in een mensenleven
Deel 2: Alles rondom geboren worden

Anna Verwaal



SAMEN VOOR **RYAN**

INHOUD

Inleiding	2
Zorg voor jezelf	4
Wetenschappelijke leermeesters	5
Hormonen rondom de geboorte	8
Zoogdierengeboorte	9
De hormonencocktail	10
Verandering in de geboortezorg	12
Beelden in de media	14
Te vroeg, te ziek of te klein geboren baby'tjes	15
Allemaal in de couveuse	22
Vorbereiding op de zwangerschap	24
Het nieuwe normaal of toekomstmuziek	25
Als je meer wilt leren	26

Deze reader is onderdeel van Samen voor Ryan van de gemeente Steenwijkerland.
Projectgroep De eerste 2000 dagen van een kind, Deel I: De Eerste Negen Maanden

Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande toestemming van Anna Verwaal © Anna Verwaal

INLEIDING

Beste lezer,

Dit is deel twee van de scholing rondom conceptie, zwangerschap en geboorte. In de eerste reader heb ik aangegeven dat in de wetenschap ontdekt is dat kinderen al vanaf de conceptie en de zwangerschap imprints meekrijgen die kunnen leiden tot patronen. Hier is al tientallen jaren wetenschappelijk onderzoek naar gedaan. Baby's nemen herinneringen mee uit die periode.

In deze reader ga ik meer in op het proces van de geboorte. Als je zwanger bent en de geboorte komt dichterbij, als je nog zwanger wilt worden, wat ga je doen? Welke vragen komen er in je op? Welke vragen zou je moeten stellen? Hoe zorg je voor jezelf en je kind? Waar gaan jullie bevallen?

Wat is het natuurlijke proces van een geboorte voor moeder en kind? Als het niet is gelopen zoals je zou willen, wat kun je achteraf doen?

Deze reader is een inleiding, waarin ik een aantal praktische handvatten geef en wetenschappelijk onderzoek naar voren laat komen.

Als je jezelf hier verder in wilt verdiepen ben je van harte welkom in vervolgcursussen.



**“De twee belangrijkste dagen in je leven
zijn de dag dat je geboren bent en
de dag dat je erachter komt waarom.”**

- Mark Twain

“Een spontane bevalling bij een gezonde vrouw is een gebeurtenis die wordt bepaald door een aantal processen die zo ingewikkeld en zo perfect op elkaar afgestemd zijn dat elke interventie alleen maar afbreuk kan doen aan het optimale karakter.

Het enige wat omstanders moeten doen, is respect tonen voor dit ontzagwekkende proces door de eerste regel van de geneeskunde te volgen:

Nil Nocere. (doe geen schade)”

- Prof. Dr. G.J. Kloosterman, 1982