



Ze zette haar eigen verdriet in als kracht om ook anderen verder te helpen. Desirée van Nieuwenhoven schreef het boek *Stilgeboren* over het verlies van haar zoontjes. „Tom en Tim zijn altijd bij me.”

RIXT OENEMA

Het is net Tom-dag geweest: 10 juni. En 22 augustus is het Tim-dag. Op de geboortedagen van haar zonen trekt Desirée van Nieuwenhoven (50) zich terug met haar herinneringen en haar hartenleed. Dan neemt ze vrij van haar werk, maakt ze een mooie wandeling en zet ze symbolisch bloemen neer voor haar kinderen. Het zijn dagen vol stilte en flarden uit het verleden, die zich aan haar opdringen. „Ik mis ze dan meer dan anders, maar het is op een bepaalde manier ook heel fijn om even verdrietig te zijn.”

Buiten die stiltedagen praat ze juist heel graag over Tom en Tim, haar jongens die ze nooit in levenden lijve ontmoet heeft. „Ik noem hun namen, ik vind dat belangrijk. Ze hebben bestaan, ze zijn altijd bij me. De jongens groeien met me mee. Ze zouden nu pubers zijn. Hoe zouden ze het doen op school? Houden ze van voetbal? Kunnen ze goed met elkaar opschieten? Zulke dingen vraag ik me vaak af.”

Twee zwangerschappen in 2006 en 2007 eindigden in een tragedie voor de aanstaande ouders. Van Nieuwenhoven kreeg beide keren het HELLP-syndroom – ook bekend als zwangerschapsvergiftiging. Ze was zo levensgevaarlijk ziek dat de baby's zich niet goed konden ontwikkelen en overleden in haar buik. „Twee kerngezonde jongens in een ziek lichaam. Daar heb ik me zó schuldig over gevoeld.”

Sterretjes zien. Daar begon het mee toen ze stralend zwanger op vakantie was in Frankrijk. Er kwamen een hoestje en benauwdheid bij. Extreme misselijkheid. Een strakke band om haar buik. Ze voelde zich steeds slechter. Een dollemansrit terug naar huis volgde. Ze belandde in het ziekenhuis in Heerenveen en werd daarna in allerijl overgebracht naar het UMCG in Groningen.

Twee dagen later beviel ze van Tom, de mooiste baby ooit. Ontroerd: „Maar het was zo stil, zo onwerkelijk. Je levenloze kindje baren – het is het ergste dat een moeder kan overkomen.”

Tom werd gecremeerd, haar lichaam genas, haar hart hilde. „Het HELLP-syndroom brengt ook gevoelens van depressie met zich mee. Het interesseerde me toen allemaal niet. Je hoort vaak dat je na het overlijden van een dierbare het eerste jaar door moet zien te komen. Vader- en moederdag, verjaardagen, kerst: dan heb je alle dagen en alle seizoenen gehad.” En met het verstrijken van de tijd groeide opnieuw het verlangen naar een kind.

Een jaar later was Van Nieuwenhoven opnieuw in verwachting. „Ik ver-

Wat helpt? En wat niet?

In de jaren vol verdriet, na de dood van Tom en Tim, kreeg Desirée van Nieuwenhoven de meest uiteenlopende reacties van haar omgeving. Zij weet onbedoeld heel goed hoe je iemand kunt troosten en steunen na het verlies van een kind. **Doen: feliciteren met het moederschap.** „Echt. Het kind is geboren, je bent een ouder geworden. Het is erkenning.” **Wat ook helpt: vragen hoe het gaat, aangeven dat je niet weet wat je moet zeggen, de naam van het kind noemen, attent zijn op bijzondere data.** „Niet een jaar, maar ook daarna.” **Niet handig: ‘Wees blij dat je het niet gekend hebt.’ ‘Wat als..?’ ‘Gelukkig heeft het niet geleeden.’ ‘Je bent nog jong.’**

heugde me er zo open was zo trots op mijn buikje! Ik voelde de baby bewegen.” Maar halverwege de zwangerschap manifesteerden de eerste ziekteverschijnselen zich opnieuw en sloeg de paniek toe.

Terug naar het UMCG, terug naar het allerergste dat ze al had meegemaakt. Ze tartte de medische statistieken toen Van Nieuwenhoven voor de tweede keer het HELLP-syndroom ontwikkelde. „Dat gebeurt bijna nooit, begrepen we.”

Doodziek moest ze opnieuw een overleden baby op de wereld zetten. Tim, haar kleine Tim, 25 weken oud, 510 gram perfectie met tien teentjes en tien vingertjes. „Het raakte me ook toen diep hoeveel liefde je meteen voelt als je je kind voor het eerst ziet en voelt.”

Rouwen is een eenzaam proces, heeft Van Nieuwenhoven gemerkt. „Het is zo persoonlijk, zo heftig. Ik ben jarenlang bang geweest dat ik Tom en Tim zou vergeten als ik het verdriet zou loslaten. Ik kon het leven niet oppakken: dat voelde als verraad. Ik ben zo boos geweest op mijn



titel *Stilgeboren*
auteur Desirée van Nieuwenhoven
prijs 22,08 euro (191 bladzijden)
www.stilgeborenbaby.nl



Desirée van Nieuwenhoven: „Blijf de naam van je overleden kind noemen. Dat is zó belangrijk. Ze hebben bestaan, je draagt ze mee.” FOTO CORNÉ SPARIDAENS

lichaam ook. Ik was het vertrouwen in mijn lijf helemaal kwijt, omdat er zoiets verschrikkelijks in woekerde.”

En dan was er nog de onthutste omgeving – vrienden, collega's, familie – die zoiets óók nog nooit hadden meegemaakt. Wat konden ze zeggen? Hoe te troosten? „Daar ontstond wel frictie. Mensen begonnen soms met 'Ik ken iemand die...' Of: 'Je bent nog jong'. Maar een kind kan niet vervangen worden. Ook zoiets: 'Het is beter zo'. Ik ging er altijd van uit dat ze het goed bedoelden, dat ze verdriet weg wilden nemen. Maar zo'n opmerking voelde verschrikkelijk. Net als de gebeurtenissen negeren.”

De zoektocht naar nieuw levensgeluk bracht haar tot het schrijven van een boek. Van Nieuwenhoven deed in 2008 al een eerste poging om de herinneringen aan Tom en Tim op schrift levend te houden. Die strandde al na twee pagina's, vertelt ze glimlachend. „De emoties zaten veel te hoog joh.” Van Nieuwenhoven (ze woont nu in Groningen, eerder in Heerenveen) is focusmanager voor ondernemers die vastlopen. Ze draaide in 2021 een „oké jaar”, maar haar bedrijf en heronden tevredenheid hadden toch altijd een rafelrandje. „Ik was nooit helemaal blij. Ik moest iets doen, anders zou mijn leven als een nachtkars uitgaan.”

Ze stortte zich in 2021 opnieuw op het schrijven en dit keer vloog het verhaal eruit. „Ik heb mijn verdriet in de ogen gekeken en het was een kracht.”

„Ik ben een moeder met een missie”, zegt ze. *Stilgeboren* is een persoonlijk verhaal over haar grootste nachtmerrie, maar het is ook een boek over zelfliefde en een praktische gids over hoe je de omgeving kunt bijstaan.

„Ik wil mijn verhaal graag delen, anderen steunen. Misschien biedt het troost, herkenning of inzicht. Ik heb het geschreven uit liefde voor Tom en Tim – ik voel me moeder van twee prachtige jongens. Maar het is ook het verhaal van vele ouders die een kind verloren zijn.”

Desirée van Nieuwenhoven is erg gelukkig. Haar werk, haar ouders en vrienden, haar bonuskinderen: er valt zoveel te beleven. De rouw is opgeruimd, al is ze veroordeeld tot levenslang. Want zo is het óók. „Je blijft toch dat verlangen houden: hoe zouden ze nu zijn? Je mist alle eerste stapjes in hun levens. Ik word nooit oma, realiseerde ik me laatst. Soms overvalt het verdriet me, dan barst ik in tranen uit. Maar ik ben dankbaar dat ik leef, dankbaar dat ik kan genieten. En Tom en Tim zijn altijd bij me, dat is een rijk gevoel.”

Over het HELLP-syndroom

Eén op de twintig vrouwen krijgt in de zwangerschap te maken met het HELLP-syndroom (of pre-eclampsie). Klachten zoals een hoge bloeddruk, hoofdpijn, sterretjes of lichtflitsen zien, een knelend gevoel in de bovenbuik, misselijkheid en vocht vasthouden kunnen voortekenen zijn. HELLP kan zich gestaag, maar ook razendsnel ontwikkelen. Er is geen medische behandeling die HELLP kan stoppen. Klachtenbestrijding is de enige behandeling. Omdat zwangerschap de ernstige ziekte veroorzaakt, is de zwangerschap beëindigen de enige manier om het syndroom te bestrijden. Omdat HELLP levensgevaarlijk voor de moeder kan zijn, wordt er bij het inleiden van de bevalling (of een keizersnede) niet afgewacht of een baby al groot en sterk genoeg is om geboren te worden. Patiëntenorganisatie: www.hellp.nl