

HERA.

MEI 2020

De quarantaine editie

Quarantaine tips

Ervaringsverhaal van Lisa

Tips voor het CGI gesprek

Een interview met moeders voor moeders!

WINACTIE!

INHOUD

- Introductie
- Hoe overleef ik de quarantaine?
- Tips voor het CGI-gesprek
- Leuke initiatieven van praktijken
- Een interview met moeders voor moeders
- Netflix tips
- Ervaringsverhaal Lisa
- Winactie
- Spelletjes

INTRODUCTIE.

Allereest willen wij jullie bedanken voor alle leuke reacties die wij hebben gekregen op de afgelopen HERA-krant! Wij hebben weer een nieuwe krant voor jullie gemaakt. Dit zal de laatste krant zijn die we dit schooljaar zullen uitbrengen. Dit is niet zomaar een krant maar een Quarantaine-krant! In deze gekke tijd is het voor iedereen wennen: online onderwijs, thuis werken, niet meer naar school mogen, stages die niet doorgaan en het gemis van familie, vrienden en vriendinnen.

Het corona virus gooit alles op zijn kop. Daarom zijn wij hard aan de slag gegaan om jullie van wat leesvoer te voorzien, zodat jullie je niet hoeven te vervelen. Hiermee hopen wij dat we jullie een hart onder de riem kunnen steken!

Veel leesplezier.

STAY HOME, STAY SAFE!

Liefs de PR-commissie



HOE OVERLEEF IK DE QUARANTAINE?

Wat te doen als je in quarantaine zit?

Restaurants, cafés en sportscholen zijn dicht. Gelukkig zijn er nog genoeg andere leuke activiteiten om te doen. Wij zet-

Boeken lezen

Heb je een boekenkast waarvan je de helft van de boeken nog niet gelezen hebt? Dit is je kans!

Helpen in de zorg

Meld je aan bij een ziekenhuis bij jou in de buurt. Wellicht kan je hen helpen

Home workouts

Dat sportgelegenheden dicht zijn is geen excuus om dan maar de komende weken stil te blijven zitten. Het is super belangrijk om fit te blijven tijdens de coronaquarantaine. Apps als 7 minute workout, Daily Yoga en Sit Ups zijn aanraders voor thuis!

Probeer een nieuw recept

Kom je normaal niet toe aan het uitproberen van nieuwe recepten? Dan kan dit nu wel!



Stuur een kaartje naar de kwetsbare groep

Omdat op bezoek gaan op dit moment lastig is, kan je anderen wel opvrolijken met een kaartje.





Een rondje lopen

Is die home workout toch iets te heftig voor je? Ga dan lekker een rondje lopen. In het park, langs het water... zolang je maar 1,5 meter afstand houdt!

Vaardigheden oefenen

Verveel je je zo extreem? Pak de richtlijnen en je disposables erbij en ga een middagje vaardigheden oefenen. Zo kun je tijdens je volgende stage je skills laten zien!

Kio: kapster in opleiding

Kun je de uitgroei van je moeder niet meer aanzien? Of heeft je broertje ineens zeer lange manen? Wat houdt je tegen? Kijk wat handige filmpjes op youtube en ga deze nieuwe uitdaging aan! (resultaten mogen gedeeld worden ;p)

Volg een onlinecursus

Vele websites bieden een (gratis) onlinecursus aan. Neem bijvoorbeeld een kijkje op: online-harvard.edu

Deel alle andere cursussen die je kan vinden in je onderwijsgroep, zodat jullie samen slimmer kunnen worden.

Support de locals

Blijf thuis, eet lekker en steun restaurants en shops bij jouw in de buurt!

SUPPORT YOUR LOCALS

Speel gezelschapsspelletjes

Een perfecte periode om de spellenkast open te trekken! Voor al die ontzettend leuke spellen zoals monopoly, risk, colonisten van Catan en noem maar op, heb je nu tijd genoeg voor!



Maak een puzzel

Met een puzzel van 1000 stukjes (of meer!) ben je uren zoet! Heerlijk om even je gedachten te verzetten en nergens over na te denken.

Pubquiz

Helaas kun je niet samen zitten met je vrienden en vriendinnen. Organiseer daarom een leuke pubquiz voor je vriendengroep, pak een biertje of wijntje erbij ét voilà: je eigen kroeg mét pubquiz én je beste vrienden.

Videobellen

Mis je je vrienden en familie al? Bel ze op. Doe dit met de camera aan en je hebt toch een beetje het gevoel dat ze bij je zijn.



Room make-over

Geef je kamer een nieuwe look! Print nieuwe foto's uit en hang ze op. Of verschuif je meubels en zorg voor een andere inrichting. En waarschijnlijk liggen er in jouw kast nog genoeg kleren die je nooit meer aan trekt.. genoeg tijd nu om dit uit te zoeken!

TIPS VOOR HET CGI-GESPREK.

Het is nog een beetje onduidelijk hoe het CGI-gesprek dit jaar plaats gaat vinden. Het CGI-gesprek is het eindgesprek van leerjaar 1. Het is een gesprek die gevoerd wordt met een student door twee docenten. In het gesprek wordt je portfolio uitgespit. Een docent stelt allerlei vragen over je portfolio, de andere docent luistert en schrijft heel veel dingen op (trek je hier niets van aan). Voorafgaand aan het gesprek heb je feedback gekregen op je portfolio. De docent vraag toelichting op niet-onderbouwde beweringen en ontbrekende informatie. Vaak wordt er “groot” over gepraat, waardoor studenten zich erg druk maken. Dit is helemaal niet nodig, want eigenlijk valt het reuze mee!

Wij hebben wat tips voor jullie op een rijtje gezet:

1. De allerbelangrijkste tip: Wees eerlijk! Naar jezelf toe, maar ook op de antwoorden die je geeft. Zoals we weten hebben docenten op een of andere manier superkrachten. Geloof ons, ze prikken zo door je heen als je niet de waarheid spreekt.
2. Zorg ervoor dat je je eigen portfolio goed kent. Weet wat je erin hebt staan en waarom je het erin hebt staan. Dit is belangrijk, zodat je makkelijk en ook duidelijk antwoord kunt geven op de vragen die worden gesteld.
3. Bedenk van te voren een aantal voorbeelden vanuit je kijkstage, je werk of andere ervaringen die je competenties goed kunnen onderbouwen en concretiseren.
4. Oefen samen via skype of BlueJeans met klasgenootjes. Laat ze jouw portfolio lezen en doorvragen op alles wat je in je portfolio hebt staan. Dit is écht een goede oefening.
5. Last but not least: Ga met zelfvertrouwen het CGI-gesprek in. Maak je vooral niet te druk, want je kan het!

Direct na het gesprek krijg je mondeling een voorlopig advies. Het advies kan voldoende, twijfel of onvoldoende zijn. Als alle gesprekken zijn geweest, krijg je de officiële uitslag. Er zijn enkele studenten die een onvoldoende krijgen en daardoor het gesprek niet halen.

Dit is vaak enorm schrikken en erg vervelend, maar je krijgt nog een kans om alsnog een voldoende te halen. Hierbij is het belangrijk om te vragen waarom ze vinden dat je het niet hebt gehaald. Wat willen ze wel graag zien en wat kun je verbeteren? Ga voor jezelf na: wat had ik anders kunnen doen en hoe kan ik dit de volgende keer beter aanpakken.

Jullie zullen vast al doodgegooid zijn met de volgende woorden, maar het is erg belangrijk: reflecteren, concretiseren en nog eens reflecteren.

"Stilstaan bij je handelen is vooruitgang"

Loesje

Als je een onvoldoende krijgt voor het CGI-gesprek krijg je een herkansing. De herkansing is het herschrijven van je portfolio. Zijn er na het herschrijven nog een aantal dingen onduidelijk voor je beoordelaar? Dan krijg je nog een gesprek. Is alles duidelijk en heb je laten zien dat je klaar bent voor leerjaar 2? Dan is het gesprek niet meer nodig.

Mochten jullie nog vragen hebben over het CGI-gesprek, schroom niet en vraag het aan een ouderejaars of stuur MSV Hera een berichtje!



Wij helpen jullie graag!

LEUKE INTIATIEVEN VAN VERLOSKUNDIGE PRAKTIJKEN TIJDENS DE CORONA-CRISIS.

Door de nieuwe maatregelen, worden we allemaal super creatief en ontstaan er gelukkig ook veel mooie dingen! Hieronder zijn een aantal voorbeelden te zien.

Thuisbevallingen

Het aantal thuisbevallingen stijgt! Wij zien dat meer vrouwen kiezen om thuis te bevallen om juist contact te vermijden met eventuele coronapatiënten in het ziekenhuis.

Bevallen in een hotel

Het Van der Valk hotel in Uden bouwt kamers om tot verloskamers om het ziekenhuis, dat aan de overkant ligt, te ontlasten.





Kraamvisite wordt raamvisite

Dat de kraamvisites worden afgeraden, betekent niet dat families de baby niet meer kunnen zien natuurlijk.

Buiten meekijken

Een verloskundigenprakijk in Twente zet een televisie buiten zodat vaders ook een echo kunnen zien. Via de telefoon horen ze live wat er allemaal gebeurt.



Skype, Bluejeans, Zoom en Teams

Wat moeten we zonder deze platforms? Gelukkig kunnen we hierdoor toch nog met elkaar in contact blijven.

Gratis webinar over de zwangerschap en bevalling

Tijdens deze bizarre tijd kunnen er natuurlijk geen voorlichtingsavonden plaats vinden of zwangerschapscursussen. Daarom biedt een verloskundige praktijk in Eindhoven aan om gratis webinars te geven, zodat je als zwangere en partner toch up to date blijft

EEN INTERVIEW MET:

MOEDERS VOOR MOEDERS

Moeders voor Moeders: waarschijnlijk hebben jullie er allemaal al wel eens van gehoord. Maar, wat doet Moeders voor Moeders nu precies? En wat kunnen wij, als verloskundige in opleiding, betekenen voor Moeders voor Moeders?

Wij kregen de kans om in deze drukke tijd een kort interview te doen met Debby van Laerhoven. Debby werkt als Fieldmanager bij Moeders voor Moeders en weet dus alle ins en outs van dit mooie initiatief.

Wie is Moeders voor Moeders?

Moeders voor Moeders is een landelijk actieve organisatie en maakt deel uit van het farmaceutische bedrijf Aspen Oss B.V. Moeders voor Moeders wil graag stellen met vruchtbaarheidsproblemen helpen. Het verhaal begint in 1931 onder de titel “Urine inzameling Organon’. Wat later gevolgd door de officiële benaming: ‘Pregnyl acquisitie’. Vijfendertig jaar later, op 1 oktober 1966, werd het: Moeders voor Moeders.

Wat doet Moeders voor Moeders?

Wij zamelen urine in van zwangere vrouwen. Uit deze urine wordt het hCG-hormoon gewonnen.
Dit hormoon wordt door farmaceutische bedrijven gebruikt voor het vervaardigen van geneesmiddelen die worden gebruikt bij vruchtbaarheidsbehandelingen.

Hoe werkt het?

De zwangere kan zich aanmelden voor deelname vanaf het moment dat ze weet dat ze zwanger is tot en met de 11e week van de zwangerschap. Meedoen kan vanaf de 6e tot en met de 16e week. In deze periode bevat de urine namelijk het meeste hCG-hormoon.

Wat doet Moeders voor Moeders voor VIO's?

Ieder jaar staat Moeders voor Moeders op de bedrijvenmarkt om VIO's te informeren over het belang van Moeders voor Moeders.

Dit jaar gaat Moeders voor Moeders voor het tweede jaar een stagebeurs aanbieden om studenten te ondersteunen die stage gaan lopen in het buitenland.

Van zowel de verloskunde Academie in Rotterdam als Maastricht wordt per schooljaar 1 winnaar gekozen. Studenten maken vlogs en blogs, zodat iedereen kan zien hoe de stage in het buitenland bevalt. Dus neem zeker een kijkje tussen de blogs op de website om te zien wat studenten meemaken in het buitenland.

Op dit moment zijn de reizen naar Michigan, Aruba en Denemarken terug te vinden.

Wat zouden VIO's kunnen betekenen voor Moeders voor Moeders?

Het is heel belangrijk dat Moeders voor Moeders al bekend is onder de studenten. Zij zijn de toekomst en komen als eerste in contact met zwangere vrouwen. Het informeren van deze zwangere vrouwen is cruciaal om het concept te kunnen laten werken.

Het is interessant voor studenten om zich eens goed te verdiepen in Moeders voor Moeders en een begin te maken in het informeren van zwangere vrouwen die zij tegen komen in hun stage praktijk.

Studenten zien in de praktijk veel vrouwen waarbij het al gelukt is om zwanger te raken. Het is daarom heel zinvol om je eens te verdiepen in hoe het is om ongewenst kinderloos te zijn of moeite te hebben met zwanger raken.

Hoe werven jullie zo veel mogelijk zwangere vrouwen voor Moeders voor Moeders?

Moeders voor Moeders zet informatrices in om contact te zoeken met verloskundigen in hun werkgebied. Zij voorzien de verloskundigen praktijken van informatiefolders en alles wat de verloskundigen nodig hebben om nieuwe deelneemsters te informeren.

De informatrices zijn ook het aanspreekpunt voor de deelneemsters.

Daarnaast proberen wij zo veel mogelijk actief te zijn op sociale media.

Hoe gaan jullie om met het corona virus?

Wij hebben onze werkwijze veranderd om te voldoen aan de richtlijnen van het RIVM en doen de intake met zwangere vrouwen telefonisch. Wij merken wel dat men wat terughoudend is om zich aan te melden en misschien wordt een kinderwens nu wel even uitgesteld vanwege het coronavirus.

Gelukkig doen er nog steeds veel zwangere vrouwen mee mee aan ons concept. Wij hebben het, achter de schermen, erg druk vanwege het coronavirus. We moeten veranderingen doorvoeren in onze werkwijze procedure en rekening houden met de registratie van geneesmiddelen en grondstoffen.

Wij zijn blij dat iedereen heel flexibel is en fijn meewerkt.

Deelneemsters die niet besmet zijn met het coronavirus, en waarvan ook gezinsleden niet besmet zijn kunnen hun urine gewoon blijven doneren. Aanmelden blijft ook mogelijk dus ook het werven van nieuwe deelneemsters kan gewoon door blijven gaan.

Contact

Neem eens een kijkje op de website! Hier vind je nog meer informatie en ervaringsverhalen.

Bij ‘blog’ vind je alle verhalen van studenten die gebruik mochten maken van de stagebeurs van Moeders voor Moeders.

Blijf ook op de hoogte door de Facebook pagina van Moeders voor Moeders te volgen.

Door: Anouk



NETFLIX TIPS.

We hebben een lijst opgesteld met enkele van onze favoriete series op Netflix. Zo hoeven jullie je niet te vervelen de komende weken.

Gossip Girl

Als je graag een echte meidenserie wilt zien, ben je bij Gossip Girl op het juiste adres! Gossip Girl vertelt het verhaal van een aantal rijke tieners die leven in de Upper East Side in New York. Terwijl ze op het punt staan om naar de meest belangrijke universiteiten te gaan, gebeuren er allerlei dingen onderling.

La Casa de Papel seizoen 4

Absoluut een van de meest favoriete Netflix series. Net zoals in seizoen 2 de overval van seizoen 1 werd afgerond, geeft seizoen 4 een vervolg aan de overval uit seizoen 3.



Pandemic

Waarschijnlijk wordt deze docuserie de komende weken enorm vaak bekeken! In de serie zie je hoe zorgmedewerkers zich door middel van simulaties, voorlichtingen en het ontwikkelen van vaccins voorbereiden op grote virusuitbraken.

Orphan black

Een oplichtster die op de vlucht is ziet per toeval hoe een vrouw die exact op haar lijkt zelfmoord pleegt. Ze besluit de identiteit van de vrouw over te nemen. Al snel komt ze terecht in een wereld vol mysteries en kwaadaardige organisaties. Het blijkt namelijk dat er een heleboel klonen rondlopen waarvan zij er één is.

Seks Education

Ongemakkelijkheid, humor en romantiek in één. Seks Education gaat over een ietwat ongemakkelijke middelbare scholier die samenwoont met zijn moeder. Zijn moeder is seksterapeut en dat vindt hij enorm gênant. Als hij erachter komt dat hij de sekskennis van zijn moeder goed kan gebruiken om populairder te worden op school, werkt de baan van zijn moeder toch in zijn voordeel en begint hij een eigen bedrijf. Hij gaat scholieren helpen met seksproblemen.



Vis a vis

Vis a vis is een Spaanse misdraadserie. Deze gaat over een jong meisje waarbij het leven op de kop komt te staan als ze wordt veroordeeld en naar de gevangenis wordt gestuurd. De breekbare en onschuldige jonge vrouw moet zich aanpassen aan de harde gevangeniswereld waar het belangrijk is om te overleven.

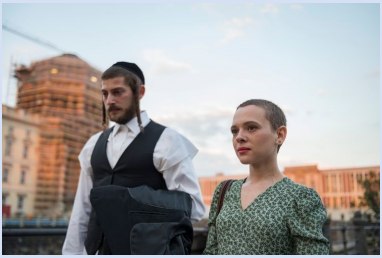
Tiger King

Een zeer populaire documentaire op dit moment! Tiger King volgt een vete tussen twee dierentuineigenaren in het zuiden van de Verenigde Staten. Joe Exotic fokt tijgers. Dierenactivist Carole Baskin probeert hem daarvan te weerhouden en ze presenteert zichzelf als redder van katachtigen in gevangenschap. Ze doet er alles aan om Joe Exotic aan de schandpaal te nagelen, terwijl ze zelf net zo goed tijgers in kooien houdt, personeel uitbuid daar grof geld mee verdient. Langzaam zien we hoe de ruzie tussen de twee het kookpunt bereikt.



Unortodox

Een korte serie gebaseerd op een waargebeurd verhaal. Het is een verhaal wat zich afspeelt in een afgesloten, Joodse gemeenschap. In deze 4 afleveringen volg je het leven van een negentienjarig meisje. Zij woont al heel haar leven in deze ultraorthodoxe wereld, maar wil eigenlijk vluchten uit deze gemeenschap. Ze wil namelijk niet uitgehuwelijkt worden en een dozijn baby's baren, maar ze wil haar eigen dromen volgen.



You

Het verhaal over een gevaarlijk charmante, geobsedeerde jongen die extreme maatregelen neemt om plaats te krijgen in het leven van de vrouw waar hij een oogje voor heeft. Hij heeft er alles voor over. Met behulp van internet en sociale media verzameld hij de meeste intieme details om dichter bij haar te komen. Al snel wordt het een obsessie en verwijdert hij elk obstakel -en persoon- om ook maar dichter bij haar in de buurt te komen..

Jane the virgin

Een religieus, hardwerkend en keurig meisje krijgt te horen dat ze bij een doktersbezoek per ongeluk kunstmatig geïnsemineerd is. Dit gooit hele haar leven overhoop. Ze besluit de zwangerschap te behouden en het kindje samen op te voeden met haar moeder, oma en vriend. Ze komt er achter wie de vader is van haar baby en dat hij een heel ander leven lijdt dan





Élite

Drie arbeiderskinderen krijgen een beurs voor de meest exclusieve, rijkeluisschool van Spanje. Doordat hun eigen school is afgebrand, is dit geen keuze. De rijke kinderen zien hen niet graag komen. Echter worden er snel vriendschappen gesloten, wat tot afgunst leidt tot anderen, want een groot deel vindt de beursleerlingen helemaal niks. Uiteindelijk is de strijd op school zo heftig, dat er iemand wordt vermoord. In flash forwards tussen de normale verhaallijnen door, zie je wat er gaat gebeuren en kom je steeds meer te weten over de moord en wie het gedaan heeft.

Suits

Een zeer briljante schoolverlater zonder diploma komt per ongeluk bij een sollicitatiegesprek terecht met van de beste advocaten in New York. Door zijn fotografisch geheugen is hij een zeer intelligente jongen. De advocaat neemt de gok door hem aan te nemen op basis van zijn talenten, terwijl hij geen diploma heeft.. Seizoen 7 is nieuw toegevoegd op netflix (mét Meghan Markle)!



ERVARINGSVERHAAL LISA VELDSCHOLTEN:
Normal Labour and Birth Research Conference 2019.

Voor ik jullie vertel over al mijn belevenissen op de Normal Labour and Birth Conference, zal ik mezelf eerst eventjes voorstellen. Ik ben Lisa, 26 jaar en 3e jaars VIO.

Voordat ik me inschreef voor verloskunde, heb ik eerst psychologie gestudeerd aan de universiteit. Helemaal voor niets was die omzwerving niet: ik maak nog altijd dankbaar gebruik van de kennis en inzichten die ik op de universiteit heb opgedaan! Daar heb ik bijvoorbeeld geleerd hoe wetenschappelijk onderzoek je kan leiden in de zoektocht naar de beste zorg. Ik geloof dat je kwalitatief hoogwaardige zorg kunt leveren door jezelf goed op de hoogte te houden van de laatste wetenschappelijke inzichten. Ik twijfelde dan ook geen seconde toen de uitnodiging in mijn mailbox verscheen om een motivatiebrief te schrijven voor deelname aan de Normal Labour and Birth Research Conference (NLBC). De NLBC is een jaarlijks terugkerend congres dat zich focust op het wetenschapsdomein van de fysiologische verloskunde. Dit was voor mij dé manier om op de hoogte te blijven van de laatste wetenschappelijke inzichten op het gebied van de fysiologische verloskunde. Ik schreef een motivatiebrief en werd gelukkig uitgekozen! En wat ook heel fijn is: deelname werd financieel ondersteund door de Stichting Bijzondere Voorzieningen Moederschapszorg. Dus ik hoefde er niet eens voor in te teren op m'n geleende centjes van ome DUO!





Halverwege juni 2019 was het dan zover. Het pittoreske Engelse plaatsje Grange-over-Sands trilde op zijn grondvesten: ruim 250 wetenschappers, verloskundigen en (enkele) obstetrici overspoelden de stad. Ze konden het maar over één ding hebben: bevallen! Twee VIO's (onder wie ikzelf) kregen van de AV-M en de Stichting Bijzondere Voorzieningen na het schrijven van een motivatiebrief de kans om aan dit congres deel te nemen. Dat was een hele bijzondere ervaring.

Geloof me, het is echt heerlijk om 3 dagen lang ongestoord over bevallen te kunnen praten.

Misschien herkennen jullie jezelf er ook wel in: ik vind bevallen zo fascinerend dat ik er nooit echt over uitgepraat raak. Helaas trekt de doorsnee toehoorder toch al snel een vies gezicht zodra ik het onderwerp aansnijd. Maar niet op dit congres! (Mijn vriend wil de AV-M graag bedanken voor deze kans om 3 hele dagen geen slachtoffer te hoeven zijn van mijn oraties over dit thema.)

Drie volle dagen werden gevuld met lezingen en workshops over het bevorderen van de fysiologie, continuïteit van zorgverlener, hechten, het betrekken van vaders bij het hele proces inclusief borstvoeding, de invloed van media op angsten en attitudes van vrouwen over bevalling en nog veel meer.

Het klinkt als een open deur, maar dit congres is écht inspirerend. Hier hoorde ik het volgende bijvoorbeeld voor het eerst: Wist je dat de kans op een vroeggeboorte met 24% afneemt als een vrouw wordt begeleid door een kleine, vaste groep van bekende zorgverleners? Je zou het niet verwachten, maar het klopt! De theorie hierachter is dat vrouwen bijvoorbeeld eerder problemen ter sprake brengen of stoppen met roken bij een vertrouwde zorgverlener. Ik vond dit echt een eye-opener! (En wat hebben we toch een belangrijk beroep. Ook altijd leuk om te horen.)

De lezingen zetten me aan het denken: ik doe meer interventies dan ik dacht. Zorgverleners vinden het maar wát moeilijk om op hun handen te blijven zitten. Prof. Marleen Temmerman wees ons op het volgende: “Als zich complicaties voordoen, wordt er gevraagd: ‘waarom heb je GEEN sectio uitgevoerd?’. Er wordt nooit gevraagd: ‘waarom heb je die sectio WEL uitgevoerd?’”. Tijdens dit congres besefte ik dat we nog veel meer doen dan we denken. Denk eens aan harttonen luisteren, persinstructies geven, de vrouw vragen op haar rug te komen liggen, baby’s een mutsje over hun hoofd trekken en afdrogen als ze geboren worden en ga zo maar door.

Weten we eigenlijk wel van alles zo goed wat de gevolgen zijn? Om een voorbeeld te noemen: een Amerikaanse verloskundige vertelde dat zij en haar collega’s waren gestopt met het consequent opzetten van babymutsjes na de bevalling. ‘Verliezen baby’s wel 20% van hun lichaamswarmte via hun hoofd?’ vroeg zij zich af. En belangrijker nog: ze vertelde dat baby’s via hun hoofd bepaalde stoffen (zogeheten feromonen) afscheiden die de moeder ruikt en die belangrijk zijn bij het op gang brengen van de borstvoeding. Interessant, of niet? Al is het maar om eens zelf uit te zoeken! Dat ben ik in elk geval gaan doen. Nu wil ik na mijn mini-literatuurcheck zeker niet beweren dat we het mutsje massaal in de ban moeten doen, maar ik vond in deze korte zoektocht wel verrassend weinig overtuigend bewijs voor dit alom geaccepteerde gebruik. Zeker goed om eens bij stil te staan! En zo hebben we misschien nog wel veel meer invloed op het verloop van zwangerschap, bevalling en kraambed dan we onszelf bewust zijn. We ontdekken bijvoorbeeld steeds meer over de gevolgen van de manier waarop we geboren worden op ons verdere leven (zie o.a. de documentaire ‘Microbirth’ over de EPIIC-hypothese).

In dit congres werd mij maar al te duidelijk dat we pathologie kunnen creëren als we te snel ingrijpen in een natuurlijk proces.

Een hoop dingen doen we met een goede reden, maar dit congres liet me zien dat je altijd na moet blijven denken: waaróm doe ik dit eigenlijk? Wat is er eigenlijk echt over bekend? Vergroot ik de veiligheid of richt ik juist schade aan? En wat willen de vrouw en haar partner zelf eigenlijk?

En dan nog een pijnlijke constatering: We hebben de mond vol van 'de cliënt centraal stellen' totdat iemand met een verzoek komt dat afwijkt van onze richtlijn. Een presentatie die me erg is bijgebleven, was er een van een jonge verloskundige uit Groot-Brittannië. Zij begeleidde een zwangere vrouw die weigerde te worden ingeleid na 42 weken zwangerschap. Als ik het mij goed herinner, heeft de vrouw in kwestie nog tot 45 weken doorgelopen. Ja, ze was voorgelicht over de risico's, had er grondig over nagedacht en ze wilde gewoon geen inleiding. De verloskundige vertelde over de enorme strijd die zij en deze vrouw hadden moeten leveren met het systeem, terwijl deze vrouw, net als ieder ander, het recht had om een medische behandeling te weigeren. Dit congres deed mij beseffen dat de vrouw lang niet altijd zo centraal staat als we denken. Vooral niet als zij een wens heeft die afwijkt van de richtlijn. Er wordt zelfs soms gedreigd met de kinderbescherming als vrouwen een medische ingreep tijdens hun bevalling weigeren. Misschien is het niet onze taak om voor de vrouw te beslissen wat het beste voor haar is en moeten we ons, naast open en eerlijke counseling, juist meer focussen op het luisteren naar de vrouw en echt naast haar gaan staan.

Zoals Nan Strauss (van de non-profitorganisatie Every Mother Counts, die zich wereldwijd inzet voor een veilige zwangerschap en bevalling voor elke vrouw) ons eraan herinnerde tijdens haar presentatie:

"Listening to women is a radical act. Acting on what we hear is revolutionary".



Deelname aan dit congres heeft mij gesterkt in mijn visie op verloskunde. Ik ben heel benieuwd wat mijn conclusies met jullie doen als lezers!

TIP: Wie even herinnerd wil worden hoe mooi een ongestoorde bevalling ook alweer kan zijn: check de film 'These are my hours'!

~ TIPS EN WEETJES VAN LISA ~

Leuk weetje: een groot deel van de lezingen, is gefilmd en staat online! https://vimeopro.com/narrowcastmedia/normal-labour-and-birth-14th-research-conference/

WINACTIE.

Deel je leukste #quarantaineselfie én win het nieuwe boek van Marlies Koers!

Wij zijn erg benieuwd naar wat jij in deze periode doet. Herhaal jij theorie, werk jij in de kraamzorg of is Netflix jouw beste vriend op dit moment?

Laat het weten door een ‘quarantaineselfie’ met ons te delen. De leukste selfie wint het boek ‘Dagboek van een verloskundige’ van Marlies Koers. Deze komt uit in juni 2020.



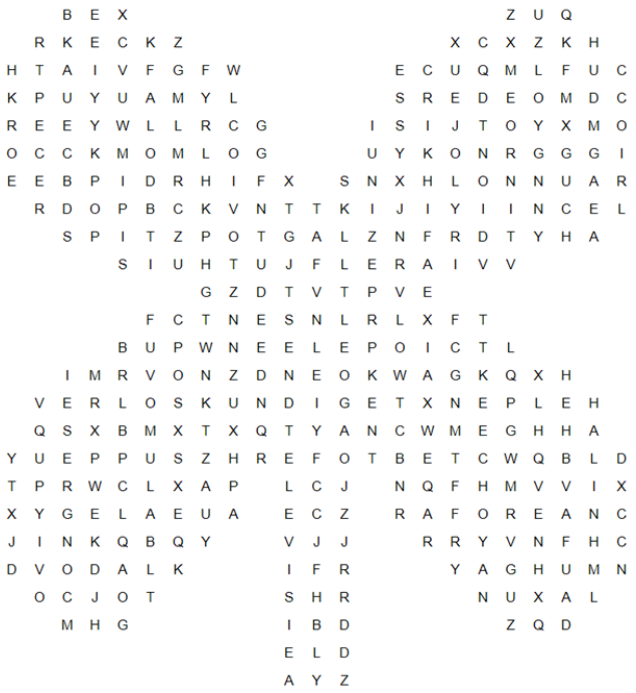
Dus… stuur een mail naar penningmeester@msvhera.nl met jouw foto. Op 1 juni wordt de winnaar/winnares bekend gemaakt.

We zouden het leuk vinden om jouw selfie in een collage te delen op Instagram Stories van M.S.V. Hera. Als je dit liever niet hebt, laat dit dan even weten in de mail.

Succes!

TIJD VOOR EEN SPELLETJE .

Wij hebben weer met heel veel plezier aan deze krant gewerkt. Laat ons gerust weten wat jullie ervan vonden. Om de krant af te sluiten hebben wij speciaal voor jullie en jullie verveling een woordzoeker samengesteld met een selectie van woorden die allemaal terug te vinden zijn in deze krant.



(?) VERLOSKUNDIGE
(?) OPLEIDING
(?) HOTEL
(?) STUDENTEN
(?) ECHO
(?) MOEDERS
(?) QUARANTAINE
(?) NETFLIX
(?) BEVALLING
(?) CONGRES
(?) ONLINE
(?) THUIS
(?) CURSUS
(?) TELEVISIE
(?) ERVARING
(?) HELPEN
(?) PLATFORM
(?) RECEPT
(?) WORKOUT
(?) CONTACT
(?) TIPS

Mede dankzij deze sponsoren kunnen Hera en de Hera krant bestaan. Bedankt!

HENRY SCHEIN®

SIKKING ADVIES

TITUS
Health Care