

Langere kraamzorg geeft ouders meer zelfvertrouwen

PROEF GGD

Door Benti Banach

Langere kraamzorg leidt tot meer zelfvertrouwen en zekerheid bij jonge ouders. Dat blijkt uit een twee jaar durende proef van verloskundigen, Geboortezorg Limburg en de GGD onder 250 gezinnen in Parkstad en Sittard-Geleen.

HEERLEN/KERKRADE - In de proef konden jonge kwetsbare ouders kraamzorg krijgen zonder eigen bijdrage te betalen en ook langer dan de reguliere tien dagen een kraamhulp aan huis krijgen. Met name de verlengde kraamzorg blijkt een positieve uitwerking op ouders te hebben: driekwart van de jonge ouders zegt meer zelfvertrouwen te hebben en zich zekerder te voelen op het moment dat de kraamzorg wordt beëindigd. „Zonder extra kraamzorg zouden ze afglijden van het goede spoor”, zegt kraamverzorgster Anja Moonen, die tijdens de proef ruim tien gezinnen heeft geholpen. „Ze zijn in het begin vaak onzeker, hebben geen financiële middelen, durven niet te vertellen dat ze hulp nodig hebben. Als je ze dan handvatten biedt, dan gaat het hartstikke goed. Ik heb ouders echt zien groeien.”

Het idee achter de verlengde kraamzorg is dat ouders en alleenstaande moeders bij de geboorte van hun kind meer openstaan voor advies en hulp van buitenaf. Daarnaast krijgt een

kraamverzorger in huis ook zicht op mogelijke andere hulp die de ouders nodig hebben. Moonen: „Het kost extra energie, omdat je meer disciplines moet inschakelen, met meer instanties moet overleggen en moet begeleiden en aansturen. Maar het geeft mijzelf veel meer voldoening.”

De kraamzorg is tot maximaal zes maanden na de bevalling voortgezet, de gemiddelde duur is negen weken. Het gaat volgens projectleider Ria Smeets van de GGD om gezinnen die „tijdelijk niet alles op de rit hebben, bijvoorbeeld omdat ze weinig structuur kennen. De oorzaak kan variëren van geldgebrek, verslaving, trauma's, huiselijk geweld tot psychische problemen, maar ook vroeggeboorte.”

Jareyenne Pieter Cumma (23) is erg blij met twee weken extra kraamzorg. „Ik denk wel dat ik een kwetsbare moeder was, want ik ben onervaren en alleenstaand. Ik heb een tijdje terug een psychose gehad, die zou bij de bevalling kunnen terugkomen. Anja heeft me geholpen bij het creëren van een goed ritme. De tweeënhalve dag die ik anders had gekregen, was niet genoeg geweest. Ik heb het comfortabele gevoel gekregen dat ik het nu zelf kan. En nu, twee maanden verder, is de baby goed aan het groeien.”

In 2025 wordt de verlengde kraamzorg landelijk ingevoerd. Het kwijtschelden van de eigen bijdrage is nog niet geregeld. Daarvoor is een wijziging in de wetgeving noodzakelijk.