

'Voor mij geen lever meer'



Voorlichtsters Fadia El Bouazzaoui (links) en Hafida Boukayoua vertellen vrouwen in Schiebroek wat ze moeten doen om een gezonde baby te krijgen. Ze gebruiken onder meer 'n memory-spel.
Credit: FOTO SANNE DONDEERS

ROTTERDAM

Acht Rotterdamse dames vertelden het afgelopen halfjaar duizend stadsgenotes over gezond zwanger worden. Dit moet babysterfte voorkomen. Veertien andere gemeenten, waaronder Schiedam, nemen deze aanpak nu over. 'Ik ben zo trots'.

CHARLOTTE VAN GENDEREN

Vertwijfeld kijken zeven Rotterdamse behoorddoekte vrouwen elkaar aan. Zojuist hebben Fadia El Bouazzaoui en Hafida Boukayoua hen gevraagd of ze nog weten wat een vruchtwaterpunctie is.

„Dan weet je of je een jongen of meisje krijgt," gokt Samia Lakouri. „Of nee, een mon...een mong...hoe heet dat ook alweer?"

„Een kindje met het Down-syndroom," helpt El Bouazzaoui. „Precies, dat woord zocht ik," knikt Samia Lakouri, moeder van twee jongens en een meisje.

De zeven vrouwen van Marokkaanse komaf zijn deze donderdagochtend bijeengekomen in een 'vrouwenstudio' in hun wijk Schiebroek. Hier horen ze van twee eveneens Marokkaanse voorlichtsters hoe ze een gezonde baby kunnen krijgen. Niet dat ze nu zwanger zijn, maar als ze nog een tweede, derde of vierde willen -alle vrouwen zijn al moeder- zijn ze beter voorbereid.

Fadia El Bouazzaoui en Hafida Boukayoua zijn twee van de acht vrouwen die sinds mei duizend vrouwen hebben voorgelicht over een gezonde zwangerschap. Met dit onderdeel van het actieprogramma 'Klaar voor een kind' willen de gemeente en het Erasmus MC de babysterfte in de stad terugdringen. Iets meer dan elf op de duizend zuigelingen sterft, tegen tien op de duizend landelijk. Ook maakt één op de zes baby's een slechte start, wat betekent dat ze te vroeg worden geboren, te licht zijn of een aangeboren afwijking hebben. Onderdelen van 'Klaar voor een kind' worden nu overgenomen door veertien andere gemeenten, waaronder Amsterdam, Tilburg, Heerlen en Schiedam. Mogelijk gaan ook deze gemeenten voorlichtsters à la Fadia en Hafida opleiden.

De Rotterdamse voorlichtsters (drie speciaal opgeleide Marokkaanse vrouwen, twee Turksen, één Antilliaanse, een Surinaamse en een Brazilliaanse) vertellen in acht bijeenkomsten over de risico's.

Foliumzuur

Een greep uit hun lesmateriaal: roken en drinken zijn funest, foliumzuur is juist heel belangrijk en ga op tijd naar huisarts, verloskundige of gynaecoloog. Vooral het belang van foliumzuur is na de afgelopen lessen goed bij de Schiebroekse vrouwen blijven hangen. „Dat moet je al slikken als je zwanger wilt worden, tegen een open ruggetje," weet Samia Lakouri nog. „Die foto's waren echt héél eng," verwijst ze naar plaatjes die de voorlichters eerder hadden laten zien van een baby met zo'n aangeboren afwijking.

Na afloop van het memory-spel met vragen als 'waarom is een kraamverzorgster belangrijk' (antwoord: 'omdat ze veel meer weet dan onze wijsneuzige moeders') komen de verhalen los. „Toen ik zwanger was, at ik heel veel lever," vertelt Kholoud El Atmani, moeder van twee. „Onder Marokkanen staat dat bekend als heel gezond. Maar hier heb ik geleerd dat in lever veel te veel vitamine A zit. En dat is weer slecht voor de baby'.

Bewegen

„Tegen mij werd altijd gezegd: niet bewegen, niets doen, je bent zwanger," vertelt Samia Lakouri. „Terwijl bewegen goed voor je blijkt te zijn." Ze is zelfs begonnen haar kennis te verspreiden. „Mijn schoonzus is net zwanger en kende foliumzuur niet. Dankzij mij slikt ze dat nu." Fadua El Bouazzaoui hoort het stralend aan. „Daar krijg ik een kick van. Het heeft zin wat we doen. Ik ben ook trots dat meer gemeenten willen gaan werken met mensen zoals wij."

De acht voorlichtsters gaan ook in 2012 nog langs bij buurthuizen, kerken, moskeeën, Centra voor Jeugd en Gezin en andere instellingen. Ook geven zij 'tupperware-achtige' party's aan huis. Bekeken wordt of het team nog kan worden uitgebreid met een autochtone en een Oost-Europese voorlichtster.

„Wij zijn erg tevreden over hun werk tot nu toe," zegt Semiha Denktas van het Erasmus MC. „Ze hebben zeker duizend mensen bereikt: een enorme winst." In 2013 worden de eerste resultaten van de aanpak bekend. In 2019 zal blijken of de babysterfte daadwerkelijk is gedaald.