

Liesbeth (38) is moe en machteloos van het vele huilen van haar zoontje

‘LUUK IS EEN HUILBABY, hoe hou ik dit vol?’

Liesbeth (38) is geen onervaren moeder met Noor van zeven en Bram van vier.

Maar waar zij ‘makkelijk’ waren, huilt haar derde kind Luuk heel vaak en heel lang. Na een maand is er nog geen verbetering en niets lijkt te helpen. Hoe komt ze deze periode door?

“Gisteren stond ik in de keuken een paar appels voor mezelf en Noor en Bram te schillen. Ik was van plan om deze samen even in alle rust aan de keukentafel op te eten. Noor en Bram zaten geduldig voor de televisie op me te wachten. Ze mochten van mij vooral geen herrie maken, want Luuk, hun broertje van een maand oud, lag eindelijk rustig in zijn wiegje. Het leek erop dat hij nu misschien een tijdje zou blijven slapen. Na drie uur wakker zijn moest hij toch doodop zijn?

Nog voordat we de appels op hadden, kwamen de eerste geluiden alweer uit de babykamer. Het was nog maar wat licht gepruttel, maar ik wist: snel zou het geluid aanzwellen tot een oorverdovend gebrul. Vanuit mijn ooghoek zag ik Noor naar me kijken. Ze zuchtte. En toen barstte ik in huilen uit en riep ik: ‘Heb ik nu nooit eens even rust?’

Noor en Bram waren voorbeeldige baby’s. Natuurlijk moesten Filip en ik aan de verzorging wennen, maar als ik nu terugkijk, denk ik: wat hadden we een makkie! Bram huilde weinig en keek als hij wakker was vaak tevreden om zich heen. Noor was een slaapkop. Soms viel ze zelfs in slaap als ik haar aan het voeden was. Allebei gingen ze op vaste tijden naar bed. We wisten precies wanneer ze wakker zouden worden. Heerlijk voorspelbaar.

Naïef misschien, maar we hadden nooit gedacht dat het met een derde anders zou zijn. Dat was het wel en het begon al bij de zwangerschap: ik had veel klachten en Luuk werd uiteindelijk gehaald. De kraamtijd was vreselijk. Ik kon bijna niet lopen van de pijn en Luuk huilde veel. De pijn ging over, het huilen niet.

We dachten dat het misschien te maken had met de traumatische bevalling. Het zou vanzelf wel overgaan, hoopten we. Maar het werd alleen maar erger en dat nu al een maand lang. Soms ben ik uren bezig om Luuk in slaap te krijgen. Het gebeurt weleens dat hij lang slaapt, maar vaak is hij na een klein uurtje alweer wakker. En dat laat hij dan luid en duidelijk weten. We hebben al van alles geprobeerd. Laten huilen, troosten, een speentje, rustgevende muziek... het hielp allemaal niets. Ook inbakeren maakte hem niet rustiger.

De eerste weken dachten we nog: het hoort erbij, deze baby huilt nu eenmaal wat meer dan de andere twee. Maar we raken er steeds moedelozer van. En we zijn doodop inmiddels.”

Volhouden

“Een vriendin adviseerde om hem wat vaker in de draagzak te nemen en eens naar zijn voeding te kijken. Ze dacht dat hij misschien honger heeft of last van krampjes. Beide adviezen volgden we op. In plaats van Luuk op gezette tijden op bed te leggen, hield ik hem bij me in de draagzak totdat hij moe werd. Pas dan legde ik hem in de wieg. Ik gaf borstvoeding, maar gaf hem wat flesvoeding erbij. Natuurlijk wel voor gevoelige darmpjes. Het blijkt ook geen oplossing te zijn: Luuk blijft onrustig en veel huilen. Op de meest onverwachte ogenblikken en tijden, dat is nog het meest lastig. Als hij eindelijk slaapt, lopen we op onze tenen om hem maar niet wakker te maken. Ook de kinderen. Zelf rustig slapen lukt me niet meer. Ik vraag me

telkens af: hoe lang zal het dit keer duren voordat hij gaat huilen? Die vraag alleen al is genoeg om me wakker te houden.

Onlangs vroegen we advies aan een arts. Is er misschien een lichamelijke oorzaak? Een allergie, heeft hij pijn? De arts onderzocht Luuk, maar kon niets vinden. ‘Sommige kinderen hebben dit nu eenmaal. Het kan helpen om een dagboekje bij te houden met de huiltijden en dan zul je zien dat het eigenlijk wel meevalt. Dat helpt om te relativeren. En onthoud: geen enkel kind blijft huilen tot aan zijn achttiende! Het gaat voorbij, heus.’ Ze lachte erbij.

Ik vond het zo grappig niet. Mijn vermoeidheid was inmiddels zo groot dat ik amper nog uit mijn ogen kon kijken en dat was bij Filip niet anders. Toch moesten we het ermee doen en met een jammerende Luuk in de kinderwagen, vertrokken we met onze armen om elkaar heen bij het consultatiebureau.

Dat bezoek is nu een week geleden. ‘Gewoon volhouden’, heb ik mezelf sinds die tijd regelmatig toegesproken. Maar dat volhouden, dat is lastig, ondanks de hulp van familie en vrienden die we inmiddels krijgen. Soms komt er iemand schoonmaken of iets leuks doen met Noor en Bram. Dat geeft lucht, want het is zwaar, een baby die zo veel en zo vaak huilt. Zeker als het je niet eens lukt om samen met je twee andere kinderen in alle rust even aan de keukentafel een appeltje te eten. Of zoiets. Luuk eist telkens weer de aandacht op. Het maakt me machteloos. Mijn kind huilt en ik kan niets doen om hem te troosten. Wat kan me helpen om deze periode door te komen?” ■