

© Milli Hill 2019

Oorspronkelijke titel *Give Birth Like a Feminist: Your Body. Your Baby. Your Choices.*

Verschenen bij HQ, een imprint van HarperCollins Publishers Ltd, London, UK

© 2020 Nederlandse uitgave uitgeverij Samsara, Amsterdam

Vertaald door Minou op den Velde

Inhoudelijk eindredacteur: Annemiek Verbeek

Opmaak binnenwerk: Ivar Hamelink

Vormgeving omslag: Erik Thé, erikthedesign.com

ISBN 978 94 92995 74 2

NUR 850

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd zonder uitdrukkelijke en schriftelijke toestemming van uitgeverij Samsara, Amsterdam.
www.samsarabooks.com

Inhoud

Inleiding	7
Hoofdstuk 1	
‘Mag ik?’: de ongelijke machtsbalans in de bevalkamer	15
Hoofdstuk 2	
Bevallen: het door feminisme vergeten land	61
Hoofdstuk 3	
Toen de lichamen van vrouwen een mannenzaak werden: een geschiedenis van het bevallen	89
Hoofdstuk 4	
Losgeslagen vrouwen	124
Hoofdstuk 5	
Het vrouwenlichaam: ongeschikt bevonden?	150
Hoofdstuk 6	
Bevallen en cultuur: de blinde vlek	188
Hoofdstuk 7	
Bevallingsrechten zijn vrouwenrechten dus mensenrechten	217
Sta op en laat van je horen	249
Hulpbronnen	258
Dankwoord	262
Bibliografie	265
Noten	268
Index	295

Inleiding

Bevallen is een feministische kwestie. En het is de feministische kwestie waar niemand over praat. Dit boek wil dat gesprek aanjagen.

Tijdens het schrijfproces van dit boek heb ik me een aantal maal afgevraagd: waarom ik? Mijn Innerlijke Criticus (vertel me nou niet dat jij die niet hebt) zei tegen mij: 'Milli? Wil je deze beerput echt openen? Praten over bevallen was al hachelijk, en nu wil je de F-bom droppen?! Ben je gek geworden? Dat is letterlijk de slechtste mix van onderwerpen die je kunt kiezen. Ze zullen je op de brandstapel zetten, althans in figuurlijke zin.' Met mijn Innerlijke Criticus is het lachen geblazen.

Toegegeven, het is niet altijd makkelijk om te praten over bevallen, en het is niet altijd makkelijk om feministische kwesties aan te kaarten. Mensen kunnen zelfs ruziën over wat feminisme nou eigenlijk is, maar voor mij is het simpel: feminisme betekent gewoon opmerken wanneer vrouwen oneerlijk worden behandeld, en daartegen in actie komen. En daar zit het probleem met bevallen. Te weinig mensen hebben door dat vrouwen er bekaaid vanaf komen, en te weinig mensen komen in actie. We hebben geen oog meer voor de waanzinnige machtsongelijkheid in de bevalkamer, en we zijn op een of andere manier gaan accepteren dat bevallen inherent onprettig en onwaardig is, of zelfs traumatisch, vernederend en gewelddadig. 'Zo is het nu eenmaal!' Nou, ik wil dat dit boek je vertelt dat het niet zo hoeft, en als feministen moeten we deze gang van zaken niet langer tolereren.

Feminisme hoeft niet ingewikkeld te zijn, en ook niet exclusief. Baren als een feminist betekent niet dat je op een bepaalde manier moet bevallen, net zoals andere zaken – carrière, relaties, ouderschap – aanpakken 'als

een feminist' geen instant benadering vereist. Je kunt bevallen als een feminist in iedere omgeving en op elke manier, van een vrijwillige keizersnede in een privéziekenhuis tot een vrije bevalling in zee. Het enige dat nodig is, is dat je op een of andere manier afstand hebt genomen van een passieve houding waarbij je bevallen ziet als iets dat je overkomt en waar je geen controle over hebt, en je committeert aan het begrip dat je bij deze ervaring benadeeld zult worden als je niet wakker wordt en zelf achter het stuur gaat zitten. Het komt hierop neer: neem de leiding, neem het heft in eigen handen, en kies bewust.

Als ik spreek bij publieksevenementen over het moederschap, ben ik vaak geschokt door het feit dat simpelweg vertellen dat vrouwen en hun partners in de bevalkamer rechten en keuzes hebben, vaak al een openbaring blijkt. Veel mensen zien zichzelf niet als autonome en krachtige personen tijdens de bevalling, en hebben niet het gevoel dat ze iets kunnen doen of laten om te beïnvloeden hoe het proces verloopt. Vaak worden ze vals voorgelicht en, om het nog erger te maken, hun overtuiging dat ze weinig tot geen zeggenschap hebben verhindert vervolgens dat ze zelf op zoek gaan naar wat informatie. Wat heeft het voor zin om te weten wat je mogelijkheden zijn in een context waarbij de zinsnede 'mag niet' zo verontrustend vaak valt? Veel zwangere stellen geloven dat de meeste keuzes niet aan hen zijn. In praktische zin betekent dat dat er dagelijks vingers binnendringen in de vagina's van vrouwen die niet weten dat ze dat kunnen weigeren. Hoe kan dat in hemelsnaam acceptabel zijn? Zelfs het meest progressieve geluid over moederschap benadrukt 'informed consent', met de stilzwijgende aanname dat *toestemming*, niet 'besluitvorming' of misschien zelfs 'welbegrepen weigering' het doel is. Geboortezorgprofessionals spreken over hoe ze vrouwen 'toestemmen' – en gebruiken het als een werkwoord, 'ik ga haar even *toestemmen*', alsof de professional de actieve partij is bij deze uitwisseling, en de vrouw zelf de passieve partij. Het is tijd om een systeem aan te vechten dat deze mythe van stilzwijgende medewerking en vrouwelijke onmacht laat voortbestaan.

Als je een klacht indient over een ervaring van een vrouw, word je vrij vaak voorgehouden hoe ongewoon, buitenissig of zeldzaam het probleem is, en hoe goed talloze vrouwen het hebben. Deze accentverleg-

ging wordt briljant samengevat in de hashtag #nietallemannen – die wordt gebruikt om vrouwen in te prenten hoeveel mannen er in de wereld zijn die het goed menen, zodra ze aandacht vragen voor een bepaald onderwerp, van mansplaining tot verkrachting. '#nietallemannen zijn verkrachters. #nietallemannen denken seksistisch. #nietallemannen slaan hun vrouwen, dat weet je toch!' Wacht even, zeggen vrouwen, we willen helemaal niet praten over het grote percentage geweldige mannen die vrouwen respecteren – we willen het hebben over die andere groep, die dat niet doet. Maar in alle consternatie is de oorspronkelijke kwestie al ondergesneeuwd, waarbij de agressor opeens het slachtoffer lijkt te zijn. Deze afleidingstactiek doet zich ook voor in gesprekken over bevallen. Pogingen om te klagen over wat dan ook, van het gebrek aan expliciete toestemming en het feit dat er niet voldoende wordt geluisterd naar vrouwen tijdens de bevalling, tot geïnstitutionaliseerde vrouwenhaat en racisme in de geboortezorg, worden vaak beantwoord met protesten van zorgprofessionals in de vorm van 'zo gaat het helemaal niet op mijn werkplek!' of 'niet alle verloskundigen zijn zo, je moet niet generaliseren', enzovoorts. Dus voordat we beginnen aan onze reis door dit boek, wil ik benadrukken dat mijn focus door alles heen niet ligt op individuen, maar op de systemen waarin zij opereren. Geboortezorg is een systeem dat stevig moet worden bevraagd, omdat het is geconstrueerd door en binnen een ander systeem dat moet worden uitgedaagd – het patriarchaat. Leid de aandacht niet af van deze essentiële kwestie als je het gevoel hebt dat je zelf werkt op een manier die vrouwen volledig accepteert als autonoom, of als je eersteklas zorg hebt gekregen tijdens je eigen zwangerschap. Dat is natuurlijk prachtig, maar daar gaat het hier niet om.

Net zo goed wordt er soms geprotesteerd dat we meer moeten doen om de geweldige mannen in het zonnetje te zetten – en de geweldige geboortezorgprofessionals net zo goed – die het 'goed doen'. Zeker, er bestaan geweldige verloskundigen, artsen en verloskundigenafdelingen en organisaties die de meest fantastische, verfrissende individuele geboortezorg leveren waarbij de vrouw centraal staat – en natuurlijk is het goed om complimenten te geven, en jawel, een aantal van hen staan in dit boek. Maar moeten we echt bij herhaling juichen voor mensen die

gewoon bieden wat vrouwen nodig hebben en verdienen? Hebben mannen die vrouwen met respect behandelen een stevig schouderklopje nodig? Nee – ze gedragen zich gewoon normaal, met de noodzakelijke standaard hoeveelheid vriendelijkheid en compassie. Daar zouden geen medailles voor nodig moeten zijn, en daarom heb ik niet eindeloos veel pagina's in het boek besteed aan goede, fatsoenlijke rechtvaardige geboortezorg. Luisteren naar vrouwen, voor ze zorgen als de individuen die ze zijn, en ze respecteren als de belangrijkste beslissers in de bevalkamer moet niet langer worden gezien als een lichtend baken in de duisternis, maar als de basisnorm.

Op dit moment doen we bevallen tekort. Dat is met name belangrijk omdat bevallen een essentiële menselijke ervaring is die tot in alle details zal worden herinnerd door een vrouw, en haar partner, voor de rest van hun leven. In dit boek heb ik geprobeerd om een aantal moeilijke vragen te stellen over het soort bevallingen die vrouwen momenteel doormaken versus het soort bevallingen die mogelijk zouden zijn of gewenst zouden zijn. Dat zijn geen makkelijke gesprekken, allereerst omdat alle vrouwen verschillend zijn en verschillende dingen willen en op de eerste plaats zetten. Daarbij spelen er zware emoties bij vrouwen die al zijn bevallen en traumatische of machteloze ervaringen hebben doorgemaakt. Ondanks de complexiteit van het onderwerp en de ingewikkelde gevoelens dat het bespreken daarvan losmaakt, hoop ik oprecht dat dit boek vrouwen samen zal brengen om aan dit probleem te werken, door echt naar elkaar te luisteren in de waarachtige feministische geest van solidariteit. We zijn het verschuldigd aan de vrouwen die nog moeten bevallen om te zorgen dat we collectief onze goedkeuring verlenen aan de kant die de belevenis van het bevallen opgaat.

De hoeveelheid interventies tijdens bevallingen neemt snel toe, en daar zouden we ons allemaal zorgen over moeten maken. Dat is niet louter mijn persoonlijke standpunt. Vooraanstaande overheidsorganen zoals de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) hebben zorgen geuit dat de medicalisering van het bevallen, met haar focus op hoe de bevalling kan worden gemonitord, gemeten en gecontroleerd, de vraag hoe vrouwen zich werkelijk voelen over hun bevalling volledig negeert, en ze zodoende mogelijk berooft van een levensveranderende ervaring.¹ Het meest

prestigieuze medische tijdschrift ter wereld, *The Lancet*, heeft aandacht gevraagd voor de 'te veel te snel'-benadering bij bevallen, die het meest wordt aangetroffen in landen met veel hoge inkomens, waarbij behandelingen die oorspronkelijk waren ontwikkeld om complicaties te beugelen inmiddels overmatig worden ingezet, waarbij vrouwen de kans wordt ontnomen om zich sterk en capabel te voelen.² Waarschijnlijk zal je in dit boek opvallen dat ik volop aandacht schenk aan de kwesties rond 'natuurlijke' of 'fysiologische' bevalling, omdat ik echt vind dat dit een hoofdthema is dat feministische focus behoeft. Bij het schrijven over natuurlijk bevallen had ik vaak het gevoel dat ik 'opkwam voor de underdog'. Omdat we moeten accepteren dat op dit moment natuurlijk bevallen – waarbij een vrouw een kind krijgt zonder farmaceutische interventies zoals inleiding, opwekking of medicijnen om de placenta uit te drijven – een zeldzaamheid is. Nog zeldzamer zijn wat ik hands-off-bevallingen noem, waarbij vrouwen in plaats van 'aangestuurd' worden, vertrouwen op hun eigen instinct, de signalen van hun lichaam volgen, en niet worden aangespoord bepaalde houdingen aan te nemen of worden opgedragen wanneer en hoe ze moeten persen. Vrouwen die hun kind op deze manier krijgen, en die zich volledig verzekerd weten van liefdevolle ondersteuning (en, zo nodig, medische hulp) waarvan ze weten dat die op de achtergrond aanwezig is, terwijl ze naar eigen inzicht kunnen bevallen, spreken vaak over die ervaring in evangelische termen, als levensveranderende momenten waarbij ze zich seksueel, sensueel, sterk, vitaal en krachtig voelden. Je gaat je bij het horen van hun verhalen vanzelf afvragen hoe de wereld zou kunnen veranderen als meer vrouwen deze transformatieve krachtstoot zouden krijgen op de drempel van het moederschap. In plaats daarvan wordt het steeds 'normaler' om een bevalling te hebben waarbij je je niet gesteund, onmachtig en getraumatiseerd voelt. Daarom heb ik het idee dat het van essentieel belang is om te praten over de waarde voor vrouwen van deze vorm van een 'rechtdoorzee', 'fysiologische' of 'natuurlijke' bevallingservaring, die nu op het punt van uitsterven staat.

We moeten ook praten over de vrouwen die geen rechtlijnige vaginale bevallingen willen of kunnen hebben. Er is letterlijk geen enkel geboortepan waarbij een grotere empathie voor de vrouw, het luisteren naar

haar stem, het respecteren van haar besluiten, en het eerbiedigen van deze bijzondere dag in haar leven niet gelden. Er is letterlijk geen vorm van bevallen die we niet kunnen verbeteren. De beste manier om hier meer over te ontdekken is opnieuw *luisteren naar vrouwen*. Ik heb zoveel geleerd over wat vrouwen willen bij het bevallen door te praten met degenen die een keizersnede hebben meegemaakt, en in het bijzonder, een keizersnede onder algehele narcose – doorgaans de moeilijkste bevalingen om te verwerken en van te herstellen. Van hen heb ik meegekregen dat de kleinste gebaren het grootste en meest levensveranderende verschil kunnen maken. Even de tijd nemen voor een paar foto's van de pasgeborene op de borst van de moeder bijvoorbeeld, zelfs als ze nog niet bij bewustzijn is, brengt iets tot stand wat zij levenslang zal koesteren, een tastbaar tegengif voor haar trauma. Vrouwen herhalen telkens weer hoeveel het voor ze betekent om te weten dat hun handen een van de eerste waren die hun baby's aanraakten, zelfs als ze er niet 'bij waren' om het bewust mee te maken. Elk klein gebaar doet ertoe, en we kunnen het altijd beter doen.

Twee radicale ideeën liggen ten grondslag aan dit boek. Ten eerste dat de bevalling een ervaring in het leven van een vrouw is die er werkelijk toe doet, en dat het hoog tijd is om te stoppen met vrouwen te vertellen dat het 'maar een dag' is waarin ze 'hun waardigheid even opzij moeten zetten' omdat 'een gezonde baby het enige is dat ertoe doet'. Dit zijn ouderwetse ideeën, doordrongen van een gebrek aan respect voor vrouwen, voor hun autonomie, en voor hun gevoelens als zelfbewuste mensen, waar geen plaats meer voor is in de 21e eeuw. Dit boek zal deze ideeën proberen te ontrafelen door te kijken naar een deel van de geschiedenis van het bevallen, naar verschillende feministische perspectieven, naar de verbanden tussen bevallen, vrouwelijke seksualiteit en macht, en naar de huidige cultuur van angst en onmacht die deze uitgesleten ideologieën overeind blijft houden. Tegelijkertijd zal dit boek proberen om deze achterhaalde standpunten te vervangen met nieuwe overwegingen omtrent rechten van vrouwen bij de bevalling, met name hun lichamelijke integriteit in het licht van #metoo, en met een frisse blik te kijken naar wat we letterlijk en figuurlijk zouden kunnen aantreffen in een bevalkamer die is ingericht naar de behoeften van vrouwen.

De tweede radicale suggestie die dit boek zal doen is dat zwangere vrouwen de rol moeten krijgen van belangrijkste beslissers en machtigste persoon in de bevalkamer. Op grond van een decennium lang praten met vrouwen over hun geboortezorg kan ik je vertellen dat, terwijl er regelmatig wordt verzekerd dat dit allang het geval is, het mensen in werkelijkheid ongemakkelijk maakt. Dit zien we het duidelijkst als vrouwen tegen de stroom in proberen te gaan, willen bevallen buiten de richtlijnen of weigeren om in te stemmen met het standaardprotocol of de standaard benadering. Deze vrouwen, en vaak ook de verloskundigen of doula's die hun keus onvoorwaardelijk ondersteunen, krijgen vaak te maken met enorme tegenwerking en riskeren sancties of zelfs straf, zoals we zullen zien bij verschillende verhalen in dit boek. We hebben een verschuiving in het bewustzijn nodig, in de richting van het vertrouwen dat vrouwen juiste keuzes maken voor zichzelf en voor hun baby. We moeten accepteren dat het beeld van een losgeslagen, slecht geïnformeerde, onverantwoordelijke of zelfs 'gekke' vrouw, die niet het belang van haar baby vooropzet, een schadelijk en vrouwvijandig stereotype is, dat wordt gebruikt om de beteugeling van vrouwen te rechtvaardigen, en dat zelden een basis vindt in de realiteit.

In dit boek zul je verschillende verwijzingen vinden naar zogeheten 'freebirths', vrije bevallingen waarbij vrouwen ervoor kiezen om geen enkele medische professional aanwezig te laten zijn en gewoon zelfstandig bevallen. Laat ik eerlijk zijn en zeggen dat ik persoonlijk nooit zou kiezen voor een bevalling zonder medische back-up. Toch steun ik volledig het besluit van andere vrouwen om deze keus te maken. Doe jij dat ook? Want ik geloof dat de sleutel tot in vrijheid bevallen, voor ons allemaal, ligt in het steunen van vrouwen wier keuzes wij zelf niet zouden maken, of die zelfs keuzes maken die volgens ons ronduit 'verkeerd' zijn. We moeten vrouwen vertrouwen. Ironisch genoeg, als het ons lukt om die kant op te bewegen, zou het zomaar kunnen dat we zien dat het aantal vrouwen dat 'vrij' wil bevallen of wil 'baren buiten het boekje', begint af te nemen. Steeds meer vrouwen willen, nogal begrijpelijk, niet bevallen binnen een systeem dat niet naar ze luistert, ze niet respecteert en ze niet vertrouwt.

Of je dit boek nu leest als zwangere vrouw, als medisch professional, of