

Achtergrondinformatie

THUIS IN ANDERE CULTUREN

Onderdeel 1

INLEIDING

Deze reader bevat 2 onderdelen die als achtergrondinformatie dienen bij de scholing **Thuis in andere culturen**.

Onderdeel 1 en 2 bevatten diverse artikelen uit de Kraamsupport van de jaargangen 2007-2011.

Ze zijn niet bedoeld als een droge opsomming van feiten of als een gebruiksaanwijzing maar juist om je interesse en nieuwsgierigheid op te wekken voor andere culturen met hun gebruiken en gewoontes.

Want zoals Koningin Maxima eens zei: " de Nederlander bestaat niet" geldt dit ook voor onze medelanders met een andere culturele achtergrond.

Oprechte belangstelling is een goede basis voor goede zorgverlening. Wees als een OENN, open eerlijk neutraal en nieuwsgierig!. Anders hoeft niet altijd verkeerd te zijn, maar al het andere is niet per definitie ook goede zorg. Als je twijfelt over mogelijke (gezondheids)-risico's bij gewoontes of gebruiken uit andere culturen overleg dan met je verloskundige of organisatie.

We wensen je veel lees- en werkplezier!

Danny Kersten en Jettie van de Pol

ARTIKELEN UIT DE MULTI CULTI SERIE UIT DE KRAAMSUPPORT PERIODE 2007/2012

Kramen bij een:

Surinaams gezin
Marokkaans gezin
Turks gezin
Indonesisch gezin
Chinees gezin
Somalisch gezin
Ghanees gezin
Ethiopisch gezin
Irakees gezin
Pools gezin
Duits gezin
Belgisch gezin
Joods gezin
Thais gezin
Japans gezin
Amerikaans gezin
Iraans gezin



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



HET SURINAAMSE KRAAMGEZIN

Surinaamse kraamgezinnen kiezen vaak voor verkorte kraamzorg. Dat betekent dat je in deze gezinnen maar weinig tijd hebt. Een goede voorbereiding komt dus van pas. Verloskundige Henna Playfair, werkzaam bij de Verloskundigepraktijk Bijlmermeer in Amsterdam, vertelt wat je in ieder geval moet weten.

Suriname is een land met een grote verscheidenheid aan afkomst, religies en talen. Ook hier in Nederland wordt een onderscheid gemaakt tussen onder meer Creolen, Hindoestanen en Javanen. Maar verloskundige Henna Playfair maakt dit onderscheid niet. 'Een Surinamer is een Surinamer. Het zijn allemaal mixen.' Een van de belangrijkste dingen waar een kraamverzorgende volgens haar rekening mee moet houden, is dat een Surinaamse vrouw zich terughoudend en wat argwa-

nend kan opstellen als je voor het eerst in het gezin komt. 'Het kan zijn dat ze je aankijkt van: wie ben jij en wat kom je doen in mijn huis? En dat je nergens aan mag komen.'

VOL HUIS

Playfair adviseert om van tevoren goed te overleggen wat de kraamvrouw van je verwacht, en niet beledigd te zijn als de relatie afstandelijk blijft. 'Ze is kraamzorg vaak niet gewend en houdt er

'De moeder is kraamzorg' vaak niet gewend en houdt er niet van om een vreemde in huis te heb ben.'

niet van om een vreemde in huis te hebben. Ze heeft liever dat de familie voor haar zorgt.' In Suriname bestaat namelijk niet zoiets als kraamzorg. Vrouwelijke familieleden en vriendinnen nemen daar de zorg voor moeder en kind op zich. Ook hier in Nederland krijgen ze vaak hulp van familie. Volgens Playfair zul je om die

Tips voor kramen in een Surinaams gezin

- Overleg wat de kraamvrouw van je verwacht en wees niet beledigd als de relatie afstandelijk blijft. Een Surinaamse vrouw is kraamzorg vaak niet gewend en houdt er vaak niet van om een vreemde in huis te hebben.
- Familieleden en vriendinnen zijn vaak heel belangrijk en verzorgen moeder en kind. Vraag daarom ook aan hen wat ze van je verwachten.
- Veel gebruiken, zoals het zitten op een hete pot met kruiden of het masseren van de baby met kokosolie, kunnen geen kwaad. Zorg ervoor dat je alleen wijst op zaken die schadelijk kunnen zijn voor de baby.

reden vaak een vol huis aantreffen. De keuken is het domein van de vrouwelijke familieleden. Die koken voor de kraamvrouw, die zelf vaak niet in de keuken mag komen omdat ze 'onrein' is, en helpen haar met de baby.

BASISZORG

Vanwege de grote hoeveelheid mantelzorg kiezen Surinaamse vrouwen vaak voor kortdurende kraamzorg. Daarbij bevallen ze meestal in het ziekenhuis waardoor er vaak minder tijd overblijft. Ook als er geen basiszorg is kiest de Surinaamse kraamvrouw overigens vaak alleen voor basiszorg. 'Ze laat andere dingen liever niet aan een vreemde over,' aldus Playfair.

STERK

Veel Surinaamse vrouwen zijn alleenstaand moeder. 'Dat is in Suriname door de eeuwen heen zo gegroeid', vertelt Playfair. 'Surinaamse mannen hebben vaak meerdere vrouwen en dat is hier in Nederland niet anders. Je bent bijna nooit de enige vrouw van een Surinaamse man. De Surinaamse vrouw is daarom een sterk soort vrouw die fulltime werkt en in haar eentje de kinderen opvoedt.'

'Als ouders in het boze oog geloven, kun je beter niet te scheutig zijn met complimentjes over de baby.'

BOZE OOG

Veel Surinamers geloven in het 'boze oog'. Het kan ervoor zorgen dat een pasgeborene ziek wordt van een jaloerse blik van de kraamvisite of van een compliment over het uiterlijk van de baby. Als ouders in het boze oog geloven, kun je daarom als kraamverzorgende beter niet te scheutig zijn met complimentjes over de baby. Om de baby tegen het boze oog te beschermen, voegen ouders vaak blauwswel toe aan het badwater. Na het baden krijgt de baby een stip blauwswel op de voet, het voorhoofd of op de rug net boven

de billen. De 'ogri ai klara' (boze-oogkraal) beschermt de pasgeborene ook. Dit zwarte kraaltje hangen ouders met een gouden speldje aan de babykieren. Ook jongeren hebben dit gebruik nog, maar zij beschouwen het kraaltje vooral als een sieraad. Om kwade geesten af te schrikken leggen Surinamers soms een schaar of een speld onder het matras van de wieg. Playfair maakt nooit mee dat die onder het kussen wordt gelegd. Het kan volgens haar dan ook geen kwaad.

'Na het baden krijgt de baby een stip blauwswel op de voet, het voorhoofd of op de rug net boven de billen.'

CALABAR STEEN

Een gebruik waar Playfair wel altijd voor waarschuwt is het eten van kalebaskalk, ook wel calabar steen genoemd. 'In Suriname aten vrouwen dat tijdens de zwangerschap tegen misselijkheid, maar door de goudwinning is de grond verontreinigd. De steen bevat nu hoge loodgehalten waardoor het gebruik schadelijk is voor de baby.' Playfair kent geen andere gebruiken die schadelijk zijn. Het zitten op een hete pot met kruiden om de baarmoeder te reinigen, kan bijvoorbeeld geen kwaad. Dat geldt ook voor het masseren van de baby met kokosolie. Ze adviseert kraamverzorgenden dan ook om daar niets van te zeggen. 'Het is belangrijk om mensen in hun waarde te laten.' ©

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 330.000 Surinamers. Ruim de helft hiervan is in Suriname geboren en behoort dus tot de zogenoemde eerste generatie.
- Surinamers spreken Nederlands. Sinds de koloniale tijd is Nederlands de officiële taal in Suriname.
- Naast Nederlands spreekt vrijwel iedere Surinamer Sranan Tongo, letterlijk 'Surinaamse taal'. Ook in Nederland spreken Surinamers deze taal.
- De Surinaamse bevolking in Nederland bestaat uit relatief veel jongeren. Ruim 40 procent van de Surinamers is jonger dan 25 jaar.
- Surinaamse vrouwen werken meestal fulltime. De arbeidsdeelname van Surinaamse vrouwen is het hoogst van alle vrouwen in Nederland.
- Surinaamse gezinnen bestaan vaak uit een alleenstaande moeder en kind(eren).
- De familie vormt een belangrijke bron van sociale contacten.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



HET MAROKKAANSE KRAAMGEZIN

In Nederland wonen ongeveer 315 duizend Marokkanen. De kans is dus groot dat je een keer in een Marokkaans gezin kraamt. Wat kun je dan verwachten en waar moet je rekening mee houden? KraamSupport sprak met Aya Crébas, auteur van het 'Handboek coaching aanstaande ouders', en kraamverzorgende Lotte van Dorp-Schuitman. 'Als de deur

Een van de eerste dingen die kraamverzorgende Lotte van Dorp-Schuitman altijd doet als ze voor het eerst bij een Marokkaans gezin binnenkomt, is haar schoenen uittrekken. 'Daarmee toon je respect voor het huis en kraamgezinnen vinden het geweldig als je dat ongevraagd doet. Ik neem altijd mijn eigen pantoffels mee, maar ook die draag je alleen in de keuken en in de gang. Voor de woonkamer staat altijd een rijtje pantoffels.' Ook is het even afwachten of ze iedereen recht in de ogen kan aankijken. 'Als de

vader of de schoonmoeder mij niet aankijkt, dan doe ik dat ook niet. Bij Nederlanders toon je respect door ze aan te kijken. Bij Marokkanen is het vaak net andersom.' Lotte vindt het ontzettend leuk om te kramen bij Marokkaanse gezinnen. 'Je belt aan en als de deur opengaat, stap je binnen in een andere wereld. Dat is zo uniek aan ons beroep. Dat je kunt binnenkijken in een andere cultuur.'

NIET GEWEND

Als je kraamt in een Marokkaans gezin zul je in de meeste gevallen kortdurende kraamzorg verlenen. Een belangrijke reden hiervoor is dat veel Marokkanen niet bekend zijn met kraamzorg. In het land van herkomst is het gebruikelijk dat de familie het gezin helpt na de geboorte. 'Veel Marokkanen zijn het niet gewend om een vreemde in huis te hebben die zich bemoeit met de zorg voor hun kindje', zegt Aya Crébas. 'Daarom is het belangrijk dat je goed uitlegt wat jouw taken zijn, en bespreekt wat je van elkaar verwacht. Zo voorkom je misverstanden.'

Dit is niet altijd even makkelijk. Marokkanen die niet in Nederland zijn geboren, spreken vaak slecht of helemaal geen Nederlands. Met een paar woordjes Arabisch red je het niet, ook al omdat ze

vaak geen Arabisch maar Berbers spreken. Lotte: 'Ik heb gemerkt dat een Marokkaanse kraamvrouw snel ja zegt, maar dat betekent niet altijd dat ze het heeft begrepen. Daarom laat ik haar dingen vaak herhalen als ik iets uitleg. Of ik laat het haar zelf doen. Soms is het nodig om een buurvrouw of familielid te laten vertalen.' Een andere reden dat Marokkaanse vrouwen snel toestemmen, is dat ze minder gewend zijn om kritiek te geven. Crébas: 'Dat hoort bij respect tonen. Ze zullen niet snel kritiek geven op iemand die in hun ogen hoger geplaatst is. Daarom is het belangrijk dat je vraagt hoe zij dingen aanpakken en het uitlegt als je iets op een andere manier wilt doen.'

VISITE

Gastvrijheid is voor Marokkanen heel belangrijk. Ze zullen niet snel visite weigeren. Houd er daarom rekening mee dat er veel familie over de vloer komt. Ook als jij vindt dat moeder en kind eigenlijk moeten rusten. De kans is groot dat de kraamvrouw steeds bezig is met het huis netjes te maken en de visite te verzorgen. Crébas: 'Dat kan voor de kraamvrouw erg zwaar zijn. Als kraamverzorgende kun je benadrukken dat rust van belang is voor de gezondheid van moeder en kind. Daar is de familie meestal heel gevoelig voor. Maar het is belangrijk om dit tactvol te brengen.' Lotte beaamt dit. 'De kraamvrouw doet vaak heel veel zelf, en dat zorgt soms voor problemen. Dan krijgt ze last van buikpijn, spierpijn of problemen met de borstvoeding. Ik smokkel dan wel eens een beetje door te helpen met huishoudelijke klusjes. En ik zeg voorzichtig tegen de visite dat de kraamvrouw over een kwartiertje moet rusten omdat dat goed is voor haar en de baby.'

GOED CONTACT

In Marokkaanse gezinnen heb je dus niet alleen te maken met het kraamgezin, maar ook met de familie. Meestal speelt de (schoon)moeder een belangrijke rol in de verzorging van de baby. 'Goed contact met de oma is onontbeerlijk', vertelt Lotte. 'De kraamvrouw luistert vaak beter naar haar moeder of schoonmoeder dan naar de kraamverzorgende. Je kunt daarom het beste

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 315 duizend Marokkanen. Ruim de helft hiervan is in Marokko geboren en behoort dus tot de zogenoemde eerste generatie.
- De eerste generatie Marokkanen heeft vaak moeite met de Nederlandse taal.
- De familie vormt een belangrijke bron van sociale contacten. De grote meerderheid van de Marokkanen vindt dat je altijd op familieleden moet kunnen rekenen.
- Religie heeft een belangrijke plaats in het leven van Marokkanen in Nederland. Vrijwel alle Marokkanen zijn gelovig en beschouwen zichzelf als moslim.
- Veel Marokkanen in Nederland zijn van origine Amazigh (de officiële naam voor Berbers). Zij spreken geen Arabisch. Er zijn drie groepen Amazigh met elk een eigen taal.

mitsje af en haal ik er een dekentje af. Even later temperatuur ik de baby weer en dan laat ik zien dat het nu wel goed is.'

BESCHERMEN

De kraamtijd kent een aantal rituelen. Lotte: 'De baby krijgt soms blauwe oogjes op zijn of haar kleding gespeld die hem of haar beschermen tegen slechte dingen die worden gezegd. Ook fluistert de vader na de geboorte een koranvers in het oor van de baby en ligt er vaak een koranvers onder het matras van de wieg. Allemaal om de baby te beschermen.' Een week na de geboorte wordt een naamgevingssceremonie gehouden. In een ritueel slachthuis wordt een schaap geslacht waarbij de naam van de baby wordt uitgesproken en Allah wordt aangeroepen. Dat schaap gaat vervolgens mee naar huis om het te bereiden voor het geboortefeest. Lotte: 'De eerste keer ben ik daar behoorlijk van geschrokken. Ik trok een kast open en zag opeens een gevild schaap liggen. Maar dat is het mooie van dit werk: je maakt zoveel verschillende dingen mee. Het is belangrijk om er open voor te staan.' *

'Ik heb gemerkt dat een Marokkaanse kraamvrouw snel ja zegt, maar dat betekent niet altijd dat ze het heeft begrepen.'

vanaf het begin laten zien dat je haar aanpak respecteert. Bijvoorbeeld als zij de baby in bad doet. Meestal gaat dat in een razend tempo. Ik doe dan met haar mee en dat wordt enorm gewaardeerd. Ook vragen waarom ze iets op een bepaalde manier doet, vindt ze vaak geweldig.'

Lotte maakt het vaak mee dat de baby dik wordt aangekleed en dat de kachel erg hoog staat. In plaats van te zeggen dat dit slecht is voor de baby, laat ze het zien. Lotte: 'Ik laat eerst zien wat de normale temperatuur is. Vervolgens laat ik op de thermometer zien dat de temperatuur te hoog is. Dan doe ik het

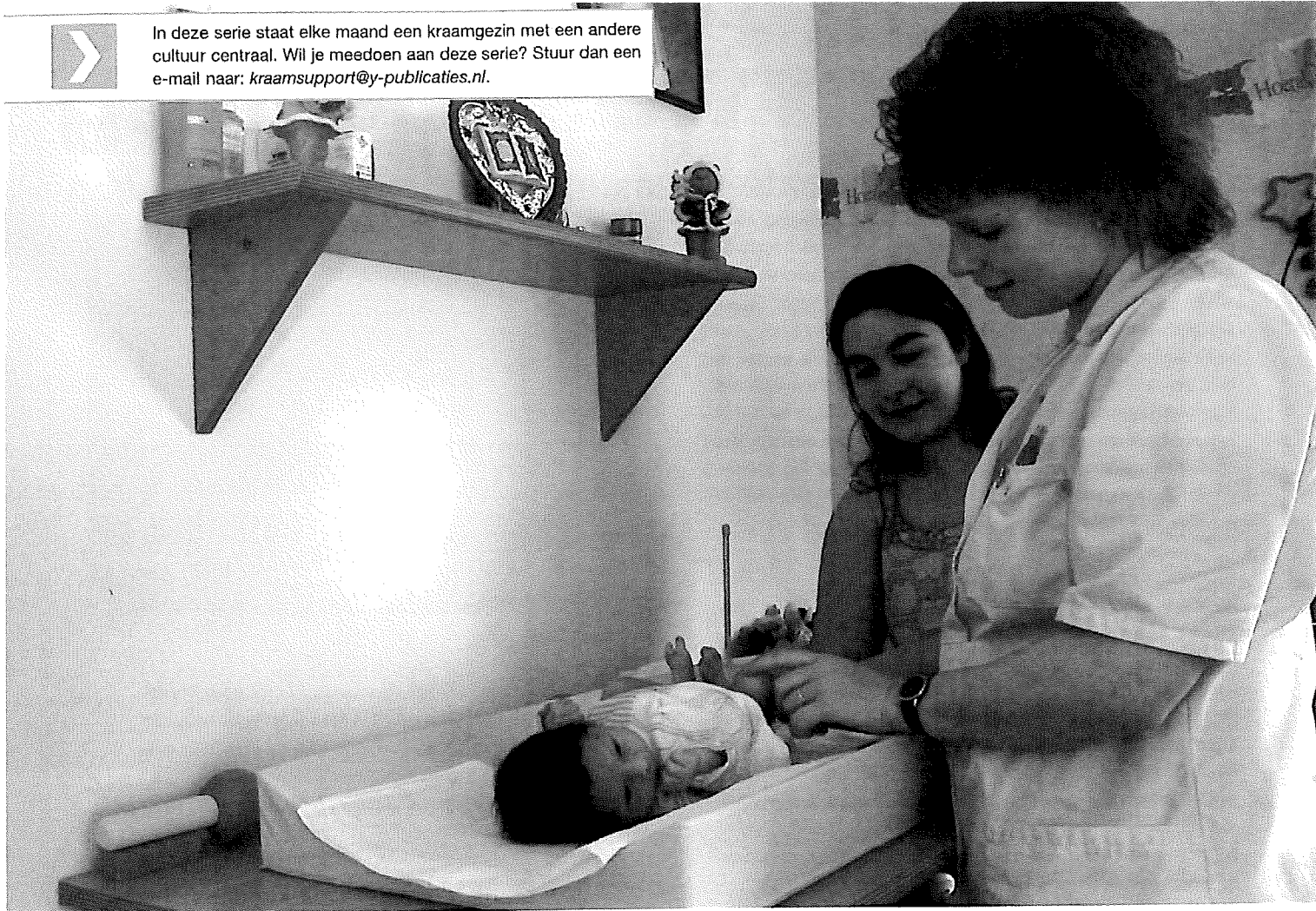
Tips

Kraam je in een Marokkaans gezin?

- Doe je schoenen uit voordat je het huis binnengaat. Hiermee toon je respect.
- Zorg ervoor dat je zeker weet dat de kraamvrouw begrijpt wat je zegt. Ja betekent niet altijd ja.
- Leg duidelijk uit wat jouw taken zijn en vraag wat zij van jou verwachten. Dit voorkomt misverstanden.
- Sta open voor de gebruiken van het gezin. Geef niet te veel het gevoel dat jij het beter weet.
- Respecteer dat de kraamvrouw veel bezoek krijgt. Als je vindt dat ze moet rusten, benadruk dan dat het voor haar gezondheid is.
- Besef dat het voor het gezin onwennig kan zijn om een vreemde in huis te hebben.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



HET TURKSE KRAAMGEZIN

Als je bij een Turks kraamgezin kraamt, moet je rekening houden met cultuurverschillen. Wat kun je precies verwachten? En waar moet je rekening mee houden? KraamSupport sprak met kraamverzorgde Marieke Brendeke, die onlangs bij een Turks gezin kraamde, en met Mahmut Yazici, afdelingshoofd thuiszorg/allochtonenzorg van VTE thuiszorg in Deventer.

VTE thuiszorg in Deventer heeft sinds 2006 een speciale afdeling allochtone thuiszorg. Het doel is om allochtonen zorg te bieden met respect voor hun cultuur. Omdat 60 procent van de cliënten Turks is, besteedt de afdeling veel aandacht aan deze groep.

SCHOENEN

‘Een van de eerste dingen die we onze medewerkers leren is dat ze hun schoenen uittrekken voordat ze het huis binnen-

gaan’, vertelt Yazici. ‘Dat hoort bij de Turkse cultuur, en we vinden het belangrijk om dat te respecteren.’ Kraamverzorgende Marieke Brendeke neemt daarom altijd haar eigen slippers mee, maar ze merkt dat Turkse gezinnen hierin niet altijd even strikt zijn. ‘Als de verloskundige komt, dan blijft die meestal maar eventjes. De gezinnen waar ik werkte vonden het niet erg dat zij haar schoenen aanhield.’ Toch kun je er bij Turkse gezinnen niet altijd van uitgaan dat ze het ermee eens zijn als ze niets zeggen. Yazici: ‘Vanuit het moslimgeloof moeten ze deskundigen respecteren. Het kan dus heel goed zijn dat ze niets dūrven te zeggen. Als het gezin zelf in huis geen schoenen draagt, kun je ervan uitgaan dat ze niet willen dat een ander dat wel doet. Wij leren onze medewerkers daarom om altijd hun schoenen uit te doen.’

HYGIËNE

Het Turkse gezin waar Marieke kraamde (zie foto) had gehoopt op een thuisbevalling. Maar ze moesten op het laatste moment toch naar het ziekenhuis waar het kindje met een keizersnede ter wereld kwam. Na zes dagen ziekenhuis bleven nog vier dagen

kraamzorg over. Marieke: 'Emel had een flinke buikwond waardoor ze de eerste twee dagen erg veel pijn had en niet veel kon doen. Maar na die twee dagen begon ze het huis alweer te poetsen en te boenen. Het huis was heel erg netjes en schoon.' Turkse gezinnen hebben vaak andere ideeën over hygiëne dan Nederlandse gezinnen. Zo gebruiken ze vaak voor elk vertrek in huis een ander doekje. Yazici: 'Het is belangrijk om daar als kraamverzorgende rekening mee te houden en niet zomaar met het doekje uit de keuken de woonkamer in te lopen om daar iets schoon te maken. Daarom is het zo belangrijk om van tevoren goed te overleggen wat er van je wordt verwacht en welke spullen je waarvoor kunt gebruiken.'

DUIDELIJKHEID

Andersom is het natuurlijk ook heel belangrijk om goed uit te leggen wat het gezin van jou als kraamverzorgende kan verwachten. Kraamzorg is een typisch Nederlands verschijnsel. In de Turkse cultuur worden jonge moeders in de kraamtijd bijgestaan door vrouwen uit de familie en de naaste omgeving. Het kan daardoor onwennig zijn voor het gezin om een vreemde in huis te hebben. Duidelijkheid over wat je precies komt doen en wat je taken zijn, kan het gezin houvast bieden. Dit kan lastig zijn als de kraamvrouw niet goed Nederlands spreekt. 'Vaak vraag ik dan een familielid of buurvrouw om te vertalen', zegt Marieke. 'Een goede communicatie is heel belangrijk om misverstanden te voorkomen.'

FAMILIE

In veel Turkse gezinnen speelt de familie een belangrijke rol. Vooral de oma is belangrijk. Zij komt als zij niet in Nederland woont vaak uit Turkije over om te helpen. Marieke: 'Zo'n oma doet heel veel in huis. Ze vindt het meestal moeilijk om dingen uit handen te geven. Ik probeer dan te overleggen wat ik kan doen, maar als ze dat liever niet wil, laat ik het maar. Omdat ik Nederlands ben, is ze vaak bang dat ik niet netjes en hygiënisch werk.' Als er veel familie in de buurt woont, kan het best druk zijn in huis. Toch is dit volgens Yazici steeds minder het geval. 'De Turkse cultuur in Nederland verandert. Vroeger was het gebruikelijk dat de familie voor de maaltijden zorgde, en konden de vrouwen altijd op bezoek komen. Tegenwoordig staat er bij Turken ook op het geboortekaartje wanneer moeder en kind rusten. Als kraamverzorgende kun je dus prima aangeven dat rust belangrijk is. Omdat jij de deskundige bent, zullen ze dat zeker serieus nemen.'

GEEN HAND

Iets wat soms nog wel eens problemen geeft, is het handen schudden met de vader of een mannelijk familielid. Een Turkse man kan weigeren een vrouw een hand te geven. Yazici: 'Dat is niet persoonlijk bedoeld, maar dat doet hij vanuit zijn geloofsovertuiging. Omdat je dit van tevoren niet kunt weten, kun je best je hand uitsteken. Wees alleen niet beledigd als je geen hand terugkrijgt, want het is absoluut niet slecht bedoeld.' Marieke heeft dit nog niet meegemaakt: 'Tot nu toe heb ik altijd een hand gekregen. Eén keer ging de vader daarna wel meteen zijn handen wassen.'

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 370.000 Turken. Ruim de helft hiervan is in Turkije geboren en behoort dus tot de zogeheten eerste generatie.
- De eerste generatie heeft vaak moeite met Nederlands spreken.
- Het merendeel van de Turken in Nederland is jong. Bijna 60 procent is jonger dan 30 jaar.
- Niet iedereen die uit Turkije komt beschouwt zichzelf als Turks. Behalve Turken wonen in Turkije namelijk ook andere volken waaronder Koerden, Arabieren, Syriërs en Armeniërs.
- De familie vormt een belangrijke bron van sociale contacten.
- De meeste Turken in Nederland zijn gelovig en beschouwen zichzelf als moslim.

RITUELEN

De kraamtijd in Turkse gezinnen kent een aantal rituelen. Na de geboorte fluistert de vader een gebed in het oortje van de baby om die te beschermen tegen slechte invloeden. Ook de oma en de opa kunnen een gebed influisteren. Soms wordt een oogje op de kleding van de baby gespeld en worden bedeltjes boven de wieg gehangen om de baby te beschermen. Afhankelijk van hoe gelovig het gezin is, kan het voorkomen dat de baby een paar dagen na de geboorte een naam krijgt van de imam.

GEEN VERWACHTINGEN

Iets wat belangrijk is om te onthouden is dat je eigenlijk nooit precies weet wat je kunt verwachten. Je hebt traditionele maar ook moderne Turkse gezinnen. En die zijn ook allemaal weer verschillend. Marieke: 'Dat maakt ons werk zo afwisselend. Geen gezin is hetzelfde. Ik vind het ontzettend leuk om bij zoveel verschillende mensen over de vloer te komen.' Marieke verwacht over vier maanden zelf haar eerste kindje. 'Het lijkt me heel bijzonder om mezelf eens door iemand te laten verzorgen. Ik ben heel benieuwd hoe diegene het bij mij gaat doen.' *

Tips

Kraam je in een Turks gezin?

- Doe altijd je schoenen uit voordat je naar binnen gaat.
- Overleg van tevoren wat het gezin van jou kan verwachten. Vraag daarnaast wat zij van jou verwachten. Zo voorkom je misverstanden.
- Als de kraamvrouw niet goed Nederlands spreekt, zorg er dan voor dat je zeker weet dat ze je heeft begrepen. Vraag desnoods of een familielid of buurvrouw voor je kan vertalen.
- Ja is niet altijd ja. Soms zal de kraamvrouw je uit respect niet durven tegen te spreken. Houd hier rekening mee.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



Kramen in een indonesisch gezin

Sylvia Pessireron, auteur van Zwangerschap in zeven Nederlandse culturen, is van Indonesische afkomst. Toen ze zwanger werd, kreeg ze van haar zussen allerlei adviezen om haar kindje te beschermen tegen boze geesten en ander onheil. Die sloeg ze allesbehalve in de wind, want 'baat het niet, dan schaadt het niet'. Ook de kraamtijd kent in Indonesische gezinnen verschillende gebruiken en tradities.

'We zijn allemaal Nederlander', antwoordt Sylvia Pessireron, auteur van *Zwangerschap in zeven Nederlandse culturen*, op de vraag waarom ze haar boekje zo heeft genoemd. 'Heel veel allochtonen wonen hier al decennia lang. Al die culturen hebben een Nederlands tintje gekregen, en die culturen hebben op hun beurt de Nederlandse cultuur beïnvloed.' Sinds de publicatie

van haar boek heeft ze verschillende lezingen gegeven aan kraamverzorgenden. 'Mijn boek is inmiddels tien jaar oud. In het begin kreeg ik tijdens lezingen maar weinig vragen van kraamverzorgenden. Maar tegenwoordig willen ze van alles weten over hoe het werkt bij andere culturen. Dat vind ik ontzettend leuk. Het geeft ook aan dat steeds meer allochtone gezinnen gebruikmaken van kraamzorg.'

Onheil

Sylvia is van Indonesische afkomst. Ze is Moluks om precies te zijn. Toen ze zelf zwanger werd, kreeg ze van haar zussen allerlei adviezen die ze zeker serieus nam, want 'baat het niet, dan schaadt het niet'. 'Nu je zwanger bent, moet je extra goed oppassen', zei haar zus. 'Je moet je kindje beschermen tegen onheil.' Dat vergde voorzichtigheid bij alles wat ze deed. 'Ik ben journalist en werk veel 's avonds', vertelt Sylvia. 'Mijn zus stelde voor dat ik vanaf dat moment met vier mannen om me heen over straat zou lopen, omdat het niet goed is om na zonsondergang alleen buiten te zijn.' Die vier mannen gingen Sylvia wat ver, maar de andere adviezen sloeg ze allesbehalve in de wind.

Deugden

'Mijn zus stelde voor dat ik met een naald op mijn jas, of met een schaar in mijn jaszak de straat op zou gaan. Indonesiërs geloven dat geesten bang zijn voor scherpe voorwerpen. Dus vervolgens heb ik negen maanden lang met een naald op mijn jas rondgelopen.' Sylvia is dol op schaaldieren. Maar toen één van haar zussen zei dat haar kindje dan zou gaan kruipen als een krab, besloot ze dat die pas na de bevalling weer op haar bord zouden verschijnen. 'Je kunt deze adviezen natuurlijk afdoen als onzin, maar het geval wil dat iedereen in mijn cultuur wel voorbeelden kent van dingen die zijn misgegaan omdat een moeder zich niet volgens de regels gedroeg. Zo was er een moeder die een aap uitlachte en vervolgens een bijzonder harig kind ter wereld bracht. En als je als aanstaande moeder al etend over straat loopt, moet je niet raar opkijken als je een gulzig kind krijgt. Indonesiërs geloven dat iedereen geboren wordt met bepaalde deugden en ondeugden, en dat jij daar als aanstaande moeder invloed op hebt. Dus als jij gastvrij bent, dan wordt je kind dat ook. Maar als je slordig bent, dan kun je hetzelfde van je kindje verwachten.'

Water en wind

Na de bevalling is er een aantal gebruiken die je als kraamverzorgende kunt verwachten in een Indonesisch gezin. Bij traditionele gezinnen kan het zijn dat ze de placenta in de tuin begraven, of op de plek waar de baby is geboren. Sylvia: 'De placenta heeft het kindje al die tijd beschermd. Indonesiërs geloven daarom dat de placenta ook een ziel heeft. Soms leggen ze de placenta in een zilveren schaal, leggen er vervolgens een doek overheen en begraven het geheel heel respectvol.' Water en wind beschouwen Indonesiërs als slechte invloeden. 'Die kunnen zich in je lichaam nestelen en je ziek maken. Als kraamverzorgende moet je er daarom rekening mee houden dat een Indonesische kraamvrouw misschien niet meteen na de bevalling gewassen wil worden. Ook een raam openzetten kun je beter in overleg doen.'

Huilen

In Indonesische gezinnen is het gebruikelijk om een baby altijd op te pakken als hij of zij huilt. 'Het idee is dat je kindje niet voor niets huilt', vertelt Sylvia. 'In de ogen van Indonesiërs bestaat verwennen niet op die leeftijd.' Een Javaans kind wordt in het eerste levensjaar nooit alleen gelaten, en op het eiland Bali laten ze het kindje tot het eerste jaar zelfs nooit de grond raken. Hij of zij wordt steeds door ouders of grootouders gedragen en overal mee naartoe genomen. Als kraamverzorgende kun je daarom beter niet voorstellen om het kindje even te laten huilen. Sylvia: 'En als je dat toch doet, kijk dan meteen even naar het gezicht van de moeder. Als dat op onweer staat, dan weet je genoeg.'

Inbakeren

Wat Sylvia is opgevallen, is dat het inbakeren van baby's in Nederland steeds meer ingang vindt. 'Voorheen werd het be-

Tips voor kramen in een Indonesisch gezin

- Indonesiërs doen meestal hun schoenen uit voordat ze naar binnen gaan. Neem dus altijd een paar slippers, slippers of schone schoenen mee.
- In Indonesische gezinnen is het gebruikelijk om de baby op te pakken als die huilt. Je kunt daarom beter niet voorstellen de baby even te laten huilen.
- Water en wind beschouwen Indonesiërs als slechte invloeden. Houd er daarom rekening mee dat een Indonesische kraamvrouw niet altijd meteen na de bevalling gewassen wil worden. Ook een raam openzetten kun je beter in overleg doen.
- Als oma er is, dan kun je ervan uitgaan dat ze er is om te helpen. Begin daarom een gesprekje met haar om erachter te komen wat zij wil, en wat ze van jou verwacht.

schouwd als zielig omdat de baby zich niet kan bewegen, maar eigenlijk maak je de baarmoeder na. Het kindje ligt strak en stijf, maar voelt zich prettig omdat het gewend is aan weinig ruimte. Dat voelt vertrouwd en daarom wordt de baby rustiger. Traditionele Indonesische gezinnen zullen hun kindje altijd inbakeren.' Aan het hoofdeinde van de wieg zetten Molukkers vaak een opengeslagen bijbel. Ook leggen Indonesiërs wel een sapu lidi, een bosje gedroogde bamboe, in het bedje. Dit dient om het kindje te beschermen tegen boze geesten. Sylvia: 'Als je als kraamverzorgende het bedje wilt verschonen, kun je daarom het beste even vragen of je hier aan mag komen.'

Familie

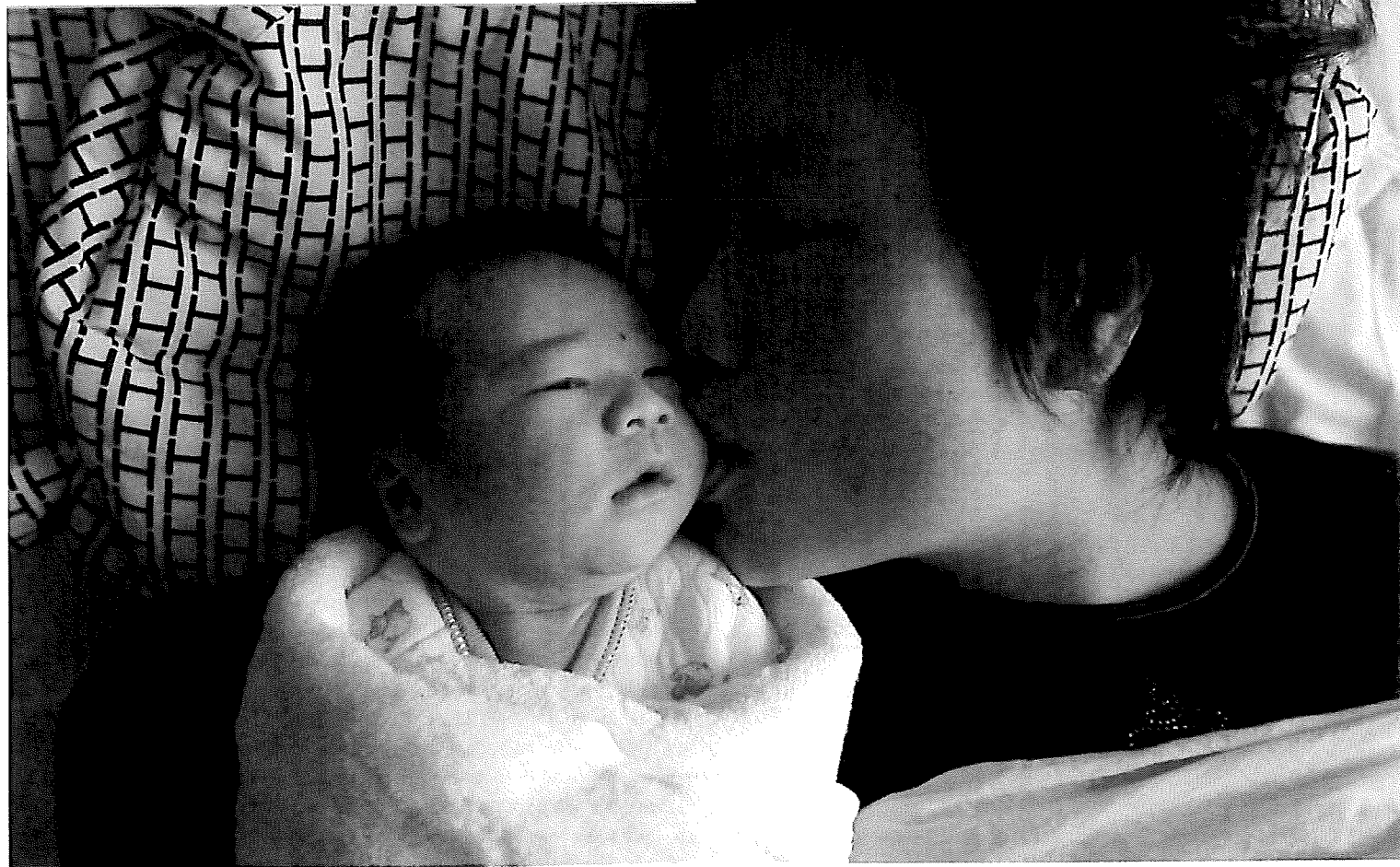
Wat de familie betreft is het volgens Sylvia belangrijk om rekening te houden met de (schoon)moeder. 'Als oma er is, dan kun je ervan uitgaan dat ze er is om te helpen. Als ze gaat zitten en ze zegt niets, dan kun je als kraamverzorgende het beste een gesprekje met haar beginnen om erachter te komen wat zij wil, en wat ze van jou verwacht. Als je dat niet doet, is de kans groot dat ze als je weg bent tegen de kraamvrouw gaat klagen over wat jij in haar ogen verkeerd doet. Daarmee belast je de kraamvrouw alleen maar, terwijl je er bent om de situatie te verlichten.' Overleggen is natuurlijk altijd belangrijk. Zowel met kraamvrouw, kraamheer, als met de aanwezige familieleden. Als kraamverzorgende heb je bepaalde taken te verrichten, maar zonder wederzijds begrip krijg je mogelijk niet de waardering waar je recht op hebt.

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 390.000 Indonesiërs. Twee derde hiervan behoort tot de zogenoemde tweede generatie.
- De meeste Nederlands-Indiërs en Molukkers kwamen naar Nederland nadat Indonesië in 1945 onafhankelijk werd.
- De islam is de belangrijkste religie in Indonesië, maar op de Molukken is ongeveer de helft christelijk. Een veel kleiner deel is hindoeïstisch en boeddhistisch.
- Indonesiërs kennen hechte familiebanden. De zorg voor kinderen ligt niet alleen in handen van de ouders, maar breidt zich uit tot de grotere familie.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



KRAMEN IN EEN CHINEES GEZIN

Sylvia Pessireron, auteur van *Zwangerschap in zeven Nederlandse culturen*, verbleef anderhalf jaar in Sjanghai in China. Daar sprak ze met vrouwen over Chinese gebruiken tijdens en na de zwangerschap. 'Een Nederlandse kraamverzorgende voegt zich naar de wens van de kraamvrouw. Een Chinese kraamvrouw moet zich juist schikken naar de regels van de kraamverzorgende, de pui-yet.'

Sylvia Pessireron, auteur van *Zwangerschap in zeven Nederlandse culturen*, waarin ook China uitgebreid aan bod komt, ergert zich vaak aan de manier waarop over allochtonen wordt gesproken en geschreven. 'Het gaat bijna altijd over wij en zij, Nederlanders en allochtonen. Ik wilde een manier vinden om over andere culturen te schrijven zonder dat te doen.' Pessireron schreef daarom drie boekjes

over de hoogtepunten in een mensenleven die we allemaal gemeen hebben: geboorte, huwelijk en sterven. 'We hebben allemaal gewoonten en gebruiken die bij die momenten horen. Ze zijn weliswaar verschillend, maar iedereen heeft ze.'

Pui-yet

Een opvallende overeenkomst tussen de Nederlandse en de Chinese cultuur is dat beide het fenomeen kraamzorg kennen. Pui-yet heet de kraamverzorgende in China. Net als in Nederland is dit een buitenstaander die in het gezin komt helpen. Meestal is het een vrouw van middelbare leeftijd die door eigen ervaring veel weet van postnatale zaken. Pui-yet betekent 'gezelschap voor een maand'.

Hierin verschilt zij dus van de Nederlandse kraamverzorgende. De pui-yet blijft een hele maand in het gezin. 'Eigenlijk is alleen het fenomeen hetzelfde', vertelt Pessireron.

'De invulling is heel anders. Een Nederlandse kraamverzorgende voegt zich meestal naar de wens van de kraamvrouw. Een Chinese kraamvrouw moet zich schikken naar de regels van de pui-yet.'

Leefregels

Om gezonde en goed ontwikkelde baby's ter wereld te brengen, is het volgens de Chinezen noodzakelijk dat de aanstaande moeder gezond en gelukkig is. De Chinese cultuur kent verschillende leefregels voor de zwangere vrouw. Ze mag niets doen wat een negatieve invloed kan hebben op de ontwikkeling van de baby. Pessireron: 'Een zwangere vrouw mag bijvoorbeeld niet slapen in een huis waar wordt geschilderd, omdat de baby dan moedervlekken kan krijgen. En ze kan beter niet zittend op bed een mes of schaar gebruiken omdat de baby dan een schisis kan krijgen. Het bed is een speciale plek die wordt geassocieerd met conceptie en bevalling.'

Dieet

Een zwangere Chinese vrouw moet bewust leven. Ze moet meer aandacht schenken aan de dingen die ze zegt, haar levensstijl en, het allerbelangrijkste, haar dieet. Bij een uitgebalanceerd menu wordt niet alleen gelet op voedingsstoffen, maar ook op de aanwezigheid van versterkende en verwarmende ingrediënten.

'Een "pui-yet" kan tijdens de kraamperiode héél streng zijn.'

ten. Pessireron: 'Sommige vrouwen moeten die juist wel, en andere juist niet binnenkrijgen. Dit hangt af van of een vrouw meer een yin- of meer een yang-type is. Het yin-type is zwak, kouwelijk en snel moe. Het yang-type is juist sterk en fors. Yin-vrouwen hebben baat bij het eten van 'verwarmend' voedsel zoals rundvlees, kip en krachtige soepen. Yang-vrouwen brengen hun lichaam in balans door bijvoorbeeld vis, groenten en suddergerechten te eten.'

Verjonging

Veel vrouwen zijn bang dat zwangerschap en geboorte ervoor zorgen dat hun jeugdige uiterlijk en figuur verloren gaan. Volgens de Chinese zienswijze is dit een verkeerde gedachtegang. Pessireron: 'Chinezen geloven dat er drie momenten zijn in het leven van de vrouw waarop zij haar lichaam kan verjongen: de pubertijd, de zwangerschap en de menopauze. Als je tijdens zo'n moment extra aandacht besteedt aan je gezondheid en dieet, dan komt dit je uiterlijk ten goede.'

Als het gezin een pui-yet inhuurt, dan speelt deze hierin een grote rol. Na de bevalling moeten het lichaam en de energie van de jonge moeder langzaam maar zeker met behulp van de juiste voeding weer in balans worden gebracht. Deze herstellersperiode duurt dertig dagen. 'Een pui-yet kan tijdens deze periode heel streng zijn, vertelt Pessireron. 'Verplicht naar bed, geen televisie kijken en een streng dieet om te zorgen dat de moeder na dertig dagen zo goed mogelijk voor haar gezin kan zorgen.'

Kou als gevaar

Na de bevalling mag een (traditionele) Chinese vrouw niet

Tips voor kramen in een Chinees gezin

- In Chinese gezinnen kun je je best 'stevig' opstellen. Vanuit hun cultuur nemen Chinezen de aanwijzingen van een pui-yet, de Chinese kraamverzorgende, heel serieus.
- Water en wind beschouwen Chinezen als gevaarlijke invloeden. Houd er daarom rekening mee dat een Chinese kraamvrouw misschien niet meteen na de bevalling gewassen wil worden.
- Ook een raam openzetten kun je beter in overleg doen.
- Uiteraard is ieder gezin anders en blijft het belangrijk om goed te luisteren, te kijken en bij twijfel te overleggen.

baden of haar haar wassen. Pessireron: 'Chinezen geloven dat tijdens de bevalling alle poriën van het lichaam open gaan staan en dat het een maand duurt voordat alles weer dicht is. Kou zien ze als een groot gevaar voor de gezondheid. De pui-yet mag de kraamvrouw daarom niet blootstellen aan natte of koude dingen. Als kraamverzorgende is het goed om hier rekening mee te houden. Het beste is om te vragen of en hoe de kraamvrouw gewassen wil worden. Warme zaken zoals thee en warme handdoeken zullen gewaardeerd worden. Je kunt beter niet zomaar een raam openzetten. Beter is het om de kraamvrouw naar een andere kamer te brengen en dan de kamer te luchten.'

Gezond en gelukkig

Na twee weken wordt voor de Chinese kraamvrouw als ze dat wil een kruidenbad klaargemaakt. Na het wassen van het haar wordt haar hoofdhuid met cognac of een andere verwarmende vloeistof ingesmeerd om de kou buiten te houden. De kraamvrouw mag geen koud water drinken, moet veel rusten, en een goed dieet volgen. Allemaal om straks gezond en gelukkig voor haar kindje te kunnen zorgen. ☺

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 45.000 Chinezen. Hiervan behoren er ongeveer 30.000 tot de zogenoemde eerste generatie, wat betekent dat zij in China zijn geboren.
- Het grootste deel van de in Nederland wonende Chinezen is afkomstig uit Hongkong en uit de Volksrepubliek China.
- Veel Chinezen zijn via eeuwenlange migratie vanuit China naar andere delen van de wereld getrokken en uiteindelijk in Nederland terechtgekomen. Zij worden door het Centraal Bureau voor de Statistiek niet aangemerkt als Chinezen.
- Ongeveer 80 procent van de Chinezen in Nederland is werkzaam in de horecasector.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



KRAMEN IN EEN SOMALISCH GEZIN

De meeste Somalische vrouwen zijn besneden en dat kan in de kraamperiode voor de nodige problemen zorgen. Shamsa Hassan Saïd, trainer en adviseur bij Pharos, en kraamverzorgende Marga Groen vertellen waar je als kraamverzorgende rekening mee moet houden. 'Besneden vrouwen hebben veel hechtingen dus de kans op ontstekingen is groter.'

Shamsa Hassan Saïd werkt als trainer en adviseur bij Pharos, kennis- en adviescentrum vluchtelingen, nieuwkomers en gezondheid. Ze is zelf Somalische en zet zich in om vrouwenbesnijdenis te bestrijden. 'Bijna alle vrouwen in Somalië worden besneden', vertelt Hassan Saïd. 'Daarom moet je als kraamverzorgende rekening houden met complicaties en een langere herstelperiode.' Vaak ondergaan Somalische vrouwen de ergste vorm van besnijdenis, genaamd infibulatie. Bij infibulatie wordt

de clitoris verwijderd, worden de kleine schaamlippen gedeeltelijk of volledig verwijderd en de grote schaamlippen aaneengehecht. Hierdoor blijft er een heel kleine opening over voor urine en menstruatiebloed. Bij infibulatie zijn complicaties tijdens de bevalling niet te voorkomen. Om het kind te kunnen baren, moeten de aan elkaar vastgegroeide grote schaamlippen weer worden opengemaakt (defibulatie). Hierdoor neemt de kans op inscheuren, bloedingen en infecties sterk toe. Ook komen keizersneden veel vaker voor bij besneden vrouwen.

VOORBEREIDEN

Kraamverzorgende Marga Groen werkte verschillende keren in een Somalisch gezin. Alle kraamvrouwen waren besneden. 'Het is goed om je hierop voor te bereiden zodat je niet schrikt. Je bent er immers om de kraamvrouw te ondersteunen. De vrouwen waar ik werkte, wilden dat alles weer werd dichtgenaaid. Ze vinden het onrein als het open is. Eén van de vrouwen was naar Nederland gekomen zodat haar dochters niet besneden zouden worden. Maar zelf wilde ze dat alles in de oude staat werd teruggebracht.' Hassan Saïd: 'In Somalië is een besnijdenis

reden tot feest. Je bent pas een echt meisje als je besneden bent. Het besneden meisje wordt gefeliciteerd, krijgt cadeautjes en staat in het middelpunt van de belangstelling. Als je niet besneden bent, word je met de nek aangekeken.'

HYGIËNE

Als kraamverzorgende is het belangrijk dat je bij Somalische vrouwen extra aandacht besteedt aan hygiëne. Marga: 'Besneden vrouwen hebben veel hechtingen dus de kans op ontstekingen is groter. Omdat er urine langs de hechtingen komt, is het heel belangrijk dat ze goed spoelen. Ik vraag daarom altijd of ze elke dag douchen en alles goed schoon houden.' Ook hebben de vrouwen langere tijd nodig om te herstellen. Hassan Saïd: 'In Somalië liggen vrouwen soms wel vier weken in het ziekenhuis. Hier gaan ze vaak meteen na de bevalling weer naar huis, dus als kraamverzorgende moet je er rekening mee houden dat de vrouw nog niet veel kan en vaak veel pijn heeft.'

'De vrouwen waar ik werkte, wilden dat alles weer werd dichtgenaaid.'

DRUKTE

Vrouwelijke familieleden en vrienden spelen in Somalië een grote rol bij het verzorgen van moeder en kind. Daarom is de kans groot dat je een druk huis aantreft met allemaal vrouwen die komen helpen. Marga: 'Toen ik bij een van de gezinnen binnenkwam, wist ik echt niet wie wie was. Het huis zat vol vrouwen die daar allemaal sliepen. Ik werd naar de slaapkamer gestuurd waar behalve de kraamvrouw en de baby nog twee van haar kinderen sliepen. De moeder van de kraamvrouw kwam steeds binnen met thee en een kruidendrankje. Ik hoefde niets te doen in huis of in de keuken. Ik deed alleen de controles en deed de baby in bad. Daardoor had ik veel tijd voor informatie-overdracht. Ik neem altijd boeken mee met plaatjes van hoe alles eruitziet en wat er in het lichaam gebeurt. Dat weten de vrouwen vaak niet. Ze vinden het meestal heel eng maar zijn toch nieuwsgierig.'

BEPERKTE ROL

De man heeft in Somalië een beperkte rol in de zorg voor het kind. Hassan Saïd: 'De eerste veertig dagen wordt de vrouw gezien als onrein en slaapt de man in een andere kamer. Vrouwelijke familieleden nemen de zorg voor moeder en kind op zich. De kans is daarom groot dat de man er niet is of dat die zich niet met het kindje bemoeit. Bij modernere gezinnen hoeft dit overigens niet zo te zijn.' Een echtscheiding kan ook de reden zijn voor de afwezigheid van de man. Echtscheidingen komen bij Somaliërs in Nederland vrij veel voor. Een verklaring hiervoor is dat de sociale rollen van man en vrouw hier anders zijn dan in

Tips voor kramen in een Somalisch gezin

- Besneden vrouwen hebben vaak veel pijn en de herstelperiode duurt langer. Houd hier rekening mee.
- In Somalië is een keizersnede zeer onwenselijk. Houd er rekening mee dat Somalische vrouwen het hier moeilijk mee kunnen hebben.
- Vrouwelijke familieleden nemen vaak de zorg voor moeder en kind op zich. Bovendien zijn gezinnen vaak groot. Het kan dus erg druk zijn in huis.
- De meeste Somaliërs zijn moslim en doen hun schoenen uit voordat ze naar binnen gaan. Neem dus altijd een paar slippers of schone schoenen mee.

Somalie, en dat dit allerlei spanningen met zich meebrengt.

RITUELEN

Als je kraamt in een Somalisch gezin is er een aantal rituelen dat je kunt tegenkomen. Om moeder en kind te beschermen tegen slechte invloeden krijgen zij soms een zakje met kruiden aan een touwtje om de arm. Ook is het gebruikelijk om voor zonsondergang wierook te branden. De meeste Somaliërs zijn moslim en beschouwen een pasgeborene als onrein. Daarom wordt een baby vrijwel altijd eerst gebeden en pas daarna in de armen van de moeder gelegd. De baby wordt vervolgens vaak ingesmeerd met olie en gemasseerd. Marga: 'Ik kijk bij het baden altijd hoe het gaat. Wij leren bepaalde handgrepen, maar zij houden de baby vaak anders vast, natuurlijker lijkt het wel. Als het goed gaat, zie ik geen reden om er iets aan te veranderen. Je moet mensen niet betuttelen.'

FEEST

Na veertig dagen houden de vrouwen die hebben geholpen met de zorg een feestje. Tijdens dit feest, genaamd Afartan Bax (letterlijk vertaald: 'uit veertig dagen'), eten de vrouwen samen en spreken ze zegeningen uit. Het gevaar is geweken. Moeder en kind zijn gezond. *

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 22.000 Somaliërs. Hiervan behoren er 15.000 tot de zogenoemde eerste generatie, wat betekent dat zij in Somalië zijn geboren.
- De meeste Somaliërs zijn als vluchteling naar Nederland gekomen.
- De overgrote meerderheid van de Somaliërs is moslim. De islam wordt in Somalië gezien als een manier van leven.
- Somaliërs in Nederland spreken vaak slecht Nederlands. Een deel van Somalië was tot 1960 een kolonie van Engeland. Daarom spreken veel Somaliërs wel Engels.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



HET GHANESE KRAAMGEZIN

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 15.000 Ghanezen. Ruim twee derde hiervan is in Ghana geboren en behoort dus tot de zogenoemde eerste generatie.
- Een derde van de Ghanezen is jonger dan 15 jaar. Er zijn bijna geen 65-plussers van Ghanese afkomst in Nederland.
- De officiële taal in Ghana is Engels. Veel Ghanezen spreken ook in Nederland Engels en beheersen het Nederlands niet zo goed.
- Ghanezen wonen vooral in de provincies Noord-Holland en Zuid-Holland. Van de totale Ghanese gemeenschap woont ruim een derde in Amsterdam-Zuidoost. Ook in Den Haag wonen veel Ghanezen.
- Ghanezen vormen een relatief hechte en goed georganiseerde gemeenschap. In steden waar veel Ghanezen wonen, zijn vaak meerdere Ghanese organisaties te vinden.

Wat kun je verwachten als je in een Ghanees gezin kraamt? Kraamverzorgende Sharine Rosalia – ervaringsdeskundige – en medisch antropologe Yvonne Lefèber vertellen. 'Als kraamverzorgende moet je niet raar opkijken als de moeder niet meteen borstvoeding wil geven.'

Wat kraamverzorgende Sharine Rosalia het meest is opgevalen tijdens het kramen in Ghanese gezinnen is hun manier van de baby in bad doen. Sharine: 'De kraamvrouw gaat op een krukje zitten met een teil tussen haar benen. Daar zet ze de baby in die ze vervolgens heel hard schrobt met een washandje.' Door de baby op die manier te wassen, verwijderen Ghanese vrouwen het 'vuil' van de baarmoeder. Dat beschouwen ze als onrein.

SYMBOLISCHE VOEDING

In Ghana wordt het kindje meestal direct na de geboorte gebaad. 'Het bloed, maar ook de eerste borstvoeding, het colostrum, vindt een Ghanese vrouw onrein', vertelt Yvonne Lefèber. Lefèber is medisch antropologe en schreef samen met kinderarts Henk Voorhoeve *Wereldwijde gebruiken, wereldvreemd in Nederland*, een boekje over niet-westerse gebruiken bij zwan-

'In Ghanese gezinnen kun je beter niet voorstellen om een stukje met de baby te gaan wandelen.'

gerschap en geboorte in en buiten Nederland. 'Als kraamverzorgende moet je daarom niet raar opkijken als de moeder niet meteen borstvoeding wil geven. In plaats daarvan wordt vaak een symbolische eerste voeding gegeven in de vorm van een beetje gin of rum. Maar ze geven echt maar één druppel, dus hier hoeft je je geen zorgen over te maken.' Sharine vertelt dat ze de kraamvrouw haar kindje altijd een keer op haar manier in bad laat doen. 'Ze willen heel graag dat ik hun gebruiken waardeer. Daarom laat ik het ze altijd een keer voordoen. De eerste keer ben ik best geschrokken. De moeder pakte de baby na het schrobben bij de voeten en trok hem zo omhoog uit de teil. Toen ik vroeg waarom ze dat deed, zei ze dat ze dat zo geleerd heeft van haar ouders en voorouders.'

KWADE INVLOED

Geloof in de aanwezigheid van voorouders is heel sterk aanwezig in Ghana. Soms vraagt men tijdens de bevalling om steun van de voorouders. Veel Ghanesezen geloven ook in geesten en zijn bang voor hun kwade invloed. Daarom is het goed mogelijk dat de kraamvrouw zich wat afstandelijk opstelt. Een vreemde bij haar baby is in haar beleving gevaarlijk, vooral gedurende de eerste acht dagen na de geboorte. In Ghana leven vrouwen de eerste acht dagen na de bevalling afgezonderd van de gemeenschap. Lefèber: 'Ghanesezen geloven dat het kindje dan nog verbonden is met de wereld van de geesten. En dat het nog moet beslissen of het hier wel of niet wil blijven. Het mooie is dat die acht dagen medisch gezien heel goed zijn te verklaren. De eerste acht dagen bestaat namelijk gevaar dat de navelstomp geïnfecteerd raakt, en is het helemaal niet verkeerd om een baby aan zo min mogelijk invloeden bloot te stellen.'

GEEN BEZOEK

In Ghana blijven vrouwen tot veertig dagen na de geboorte in de omgeving van hun huis. 'Ze geloven dat ook andere mensen hun kindje kunnen treffen met kwade invloeden', vertelt Lefèber. 'Ook dit heeft een medische verklaring. Veertig dagen is precies de periode die de baarmoeder nodig heeft om volledig te herstellen.' Sharine viel het inderdaad op dat er bijna niemand op bezoek kwam. 'Er kwam geen kraamvisite en de kraamvrouw deed heel veel zelf. Na de geboorte mocht ze veertig dagen niet naar buiten

omdat er dan slechte dingen kunnen gebeuren.' Als kraamverzorgende kun je in Ghanese gezinnen daarom beter niet voorstellen om een stukje met de baby te gaan wandelen. Ook omdat kou wordt gezien als iets gevaarlijks.

NAAMGEVINGSFEEST

In Ghana krijgen baby's pas op de achtste dag een naam. Daarvoor hebben ze wel een geboortenaam die verbonden is aan de dag van de week waarop het kindje is geboren. Als de baby op maandag is geboren, krijgt een meisje bijvoorbeeld de naam Adwoa en een jongetje de naam Kojo. Yvonne: 'Op de achtste dag krijgt de baby zijn of haar officiële naam. Dan is het kindje pas een mens en wordt het getoond aan de gemeenschap.' Sharine heeft een keer zo'n naamgevingsfeest meegeemaakt. 'Er waren heel veel mensen en het was echt een duur feest. De mensen namen cadeaus mee, maar ze kregen ook cadeaus mee naar huis.' Ghanesezen die hier in Nederland wonen, werken vaak heel hard om geld en spullen naar Ghana te kunnen sturen. 'Er wordt van ze verwacht dat ze zorgen voor hun familie in Ghana', vertelt Lefèber.

GEBRUIKEN WAARDEREN

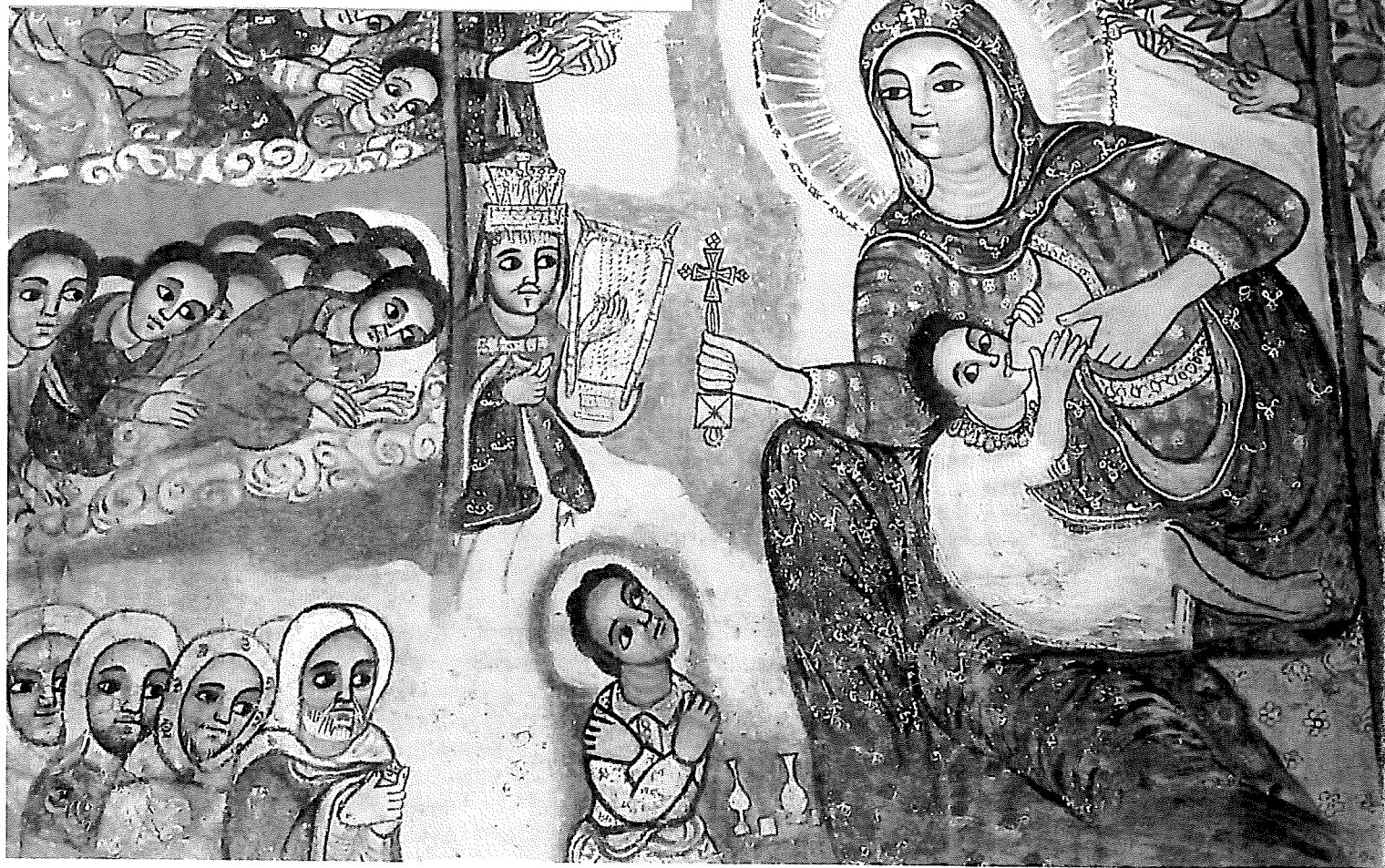
Familie zit in Ghana anders in elkaar dan in Nederland. Kinderen behoren bijvoorbeeld niet toe aan de biologische vader maar aan de broer van de moeder. Sharine viel het op dat de vader er helemaal niet was. Sharine: 'Je kunt dat natuurlijk raar vinden, maar het werkt bij hen gewoon anders. Ik denk dat het belangrijk is om de gebruiken van anderen te waarderen. Je moet in ieder geval nooit zeggen: zo moet je het niet doen. Het werkt veel beter als je uitlegt waarom jij het anders doet en als je open staat voor hun manier.' ©

Tips voor kramen in een Ghanese gezin

- Het kan zijn dat een Ghanese kraamvrouw niet meteen borstvoeding wil geven omdat ze de eerste borstvoeding als onrein beschouwt. Respecteer dit en dring niet aan.
- In plaats van borstvoeding wordt vaak een symbolische eerste voeding gegeven in de vorm van een beetje gin of rum. Ze geven echt maar één druppel, dus maak je hier geen zorgen over.
- Ghanesezen geloven vaak in geesten en zijn bang voor hun kwade invloed. Daarom is het goed mogelijk dat de kraamvrouw zich wat afstandelijk opstelt. Een vreemde bij haar baby is in haar beleving gevaarlijk, vooral gedurende de eerste acht dagen na de geboorte.
- Na de geboorte blijven Ghanese vrouwen veertig dagen in de omgeving van hun huis omdat ze bang zijn voor slechte invloeden.
- Zeg nooit: zo moet je het niet doen. Het werkt veel beter als je uitlegt waarom jij het anders doet en als je open staat voor hun manier.



In deze serie staat elke maand een kraamgezin met een andere cultuur centraal. Wil je meedoen aan deze serie? Stuur dan een e-mail naar: kraamsupport@y-publicaties.nl.



KRAMEN IN EEN ETHIOPISCH GEZIN

Ethiopiërs kennen vele gebruiken rondom geboorte. Zo mag een zwangere vrouw niet veel eten en wordt een baby gewassen in heilig water om hem te beschermen tegen kwade invloeden. Martha van Endt-Meijling, auteur van 'Rituelen en gewoonten': 'Ethiopiërs denken dat als een zwangere vrouw veel eet, de baby het te goed krijgt en niet meer uit moeders buik wil komen.'

In Ethiopië speelt religie een belangrijke rol in het dagelijks leven van mensen. Zo ook tijdens de zwangerschap. 'Veel christenen geloven dat Maria in de baarmoeder aan het werk is en dat je haar niet moet storen', vertelt Martha van Endt-Meijling, auteur van het boek 'Rituelen en gewoonten: geboorte, ziekte en dood in de multiculturele samenleving'. Zo zou een keizersnede haar boos kunnen maken. Maar dit geloof in Maria zorgt tegelijkertijd voor vertrouwen dat het allemaal wel goed komt.

In een land waar sterfte rondom de geboorte heel hoog is, is dat vertrouwen natuurlijk heel belangrijk.'

GELOOF

Martha heeft veel contact met een aantal jonge Ethiopische vrouwen die ze leerde kennen via het werk van haar man met AMA's (alleenstaande minderjarige asielzoekers). Ze beschouwt de vrouwen als haar dochters en kwam via hen veel te weten over de Ethiopische cultuur. 'Ethiopiërs zijn veel met hun geloof bezig. Mijn dochters nemen me wel eens mee naar de kerk en dan gaan ze uren celebreren, soms de hele nacht. Ook is er altijd wel een reden om te vasten.' De langste vastenperiode valt voor Pasen. Zwangere vrouwen hoeven niet te vasten, maar vaak eten ze niet veel. 'Ethiopiërs denken dat als een zwangere vrouw veel eet, de baby het te goed krijgt en niet meer uit moeders buik wil komen.'

BOZE OOG

Ethiopiërs maken veel gebruik van heilig water (tabal). Dat is water dat is gezegend door een priester. Het is een symbool voor

innerlijke reiniging en wordt onder andere gebruikt bij de doop, bij ziekte en om kwade invloeden te weren. Drie dagen na de bevalling wordt de baby gewassen in heilig water. Ethiopiërs hebben ook vaak een zakje imnet bij zich, wat eveneens een beschermende werking heeft. Imnet is aarde afkomstig uit de omgeving van een kerk. 'Soms zijn het een paar takjes met aarde, soms is het witte klei. Elke Ethiopier heeft wel een zakje met imnet. Een kraamvrouw zal het zeker bij zich hebben in het kraambed.'

Veel Ethiopiërs geloven in het boze oog (aynmagat). Het boze oog wordt geworpen als iemand jaloers is, bijvoorbeeld omdat de moeder (onopzettelijk) te trots haar kindje laat zien. Het boze oog kan ook worden geworpen door het geven van complimentjes. Iemand die dat doet heet teqar melas (zwarte tong). Een derde manier is mansat (slecht denken). Het boze oog kan mensen ziek maken of zelfs doden. Ter bescherming dragen islamitische Ethiopiërs amuletten in een zakje om hun hals.

BESNIJDENIS

In Ethiopië wordt het tongriempje van de baby soms doorgesneden om het beter te laten drinken. Martha: 'Ik heb dat hier nog nooit gehoord of meegemaakt, maar het is misschien toch goed voor kraamverzorgenden om te weten.'

Jongetjes worden kort na de geboorte besneden, zowel bij moslims als bij christenen. Vrouwenbesnijdenis komt veel voor in Ethiopië, ook al is het er verboden. Als kraamverzorgende is de kans dus groot dat je een besneden kraamvrouw treft. 'Bij de meeste vrouwen gaat het om de kleinste ingreep', vertelt Martha, 'maar twintig procent ondergaat infibulatie, dus het is zeker iets om rekening mee te houden.' Infibulatie is de ergste vorm van besnijdenis, waarbij de clitoris wordt verwijderd, de kleine schaamlippen gedeeltelijk of volledig verwijderd, en de grote schaamlippen aaneengehecht. Hierdoor blijft er een heel kleine opening over voor urine en menstruatiebloed. Om het kind te kunnen baren, moeten de aan elkaar vastgegroeide grote schaamlippen weer worden opengemaakt (defibulatie). Hierdoor neemt de kans op inscheuren, bloedingen en infecties sterk toe. Ook komen keizersneden veel vaker voor bij besneden vrouwen.

TROTS

Het is Martha opgevallen dat veel Ethiopiërs zich ongemakkelijk voelen bij het maken van lichaamsgeluiden. 'Als ze een boer of een scheet laten dan schamen ze zich heel erg, dus je kunt er maar beter niks van zeggen. Ook valt het me op dat Ethiopiërs niet graag over hun problemen praten. Het zijn heel trotse mensen.' Iets anders om rekening mee te houden is dat Ethiopiërs heel voorzichtig omgaan met afgeknipt haar en nagels. 'Ze bewaren dat vaak ergens in een zakje omdat ze bang zijn dat iemand er kwaad mee kan doen. Als je zo'n zakje tegenkomt, gooi het dan niet zomaar weg.'

De kraamvrouw krijgt in Ethiopië zeven dagen rust. Elke dag

Tips voor kramen in een Ethiopisch gezin

- Ethiopiërs bewaren afgeknipt haar en nagels vaak ergens in een zakje. Gooi dit niet zomaar weg.
- Ethiopiërs vinden de Nederlandse manier van afwassen zonder af te spoelen erg vies.
- Veel Ethiopiërs schamen zich bij het maken van lichaamsgeluiden. Je kunt er daarom maar beter niks van zeggen.
- Veel Ethiopische vrouwen zijn besneden. Houd rekening met complicaties.

krijgt ze genfo te eten, een dikke pap van meel met botersaus. Om de lucht te verfrissen, worden boombladeren verbrand en wordt de rook onder de rokken van de kraamvrouw geleid. Haar lichaam en dat van de baby worden ingesmeerd met boter. De placenta wordt op een afgelegen plek begraven. Na zeven dagen wassen vrouwelijke familieleden en buren de bebloede kleren waarna er feest wordt gevierd. Christenen geven de baby een kruis aan een zijden koord, moslims geven een kitab, geschreven Koranteksten in een hulsje van stof, metaal of leer.

'Ethiopiërs zijn heel trotse mensen.'

UITVERKOREN

Een kind krijgt in Ethiopië als achternaam de voornaam van zijn vader. Namen zijn vaak ontleend aan de bijbel, zoals Haile Selassie (kracht van de Drie-eenheid) en Gebre Micael (dienaar van Michael). Een populaire meisjesnaam is Saba, naar de koningin van Sheba. Martha: 'Ethiopiërs geloven dat de eerste Ethiopische keizer de zoon was van de koningin van Sheba en koning Salomo van Israël, en dat zij afstammelingen van hem zijn. Ze zien zichzelf als het uitverkoren volk.' Na de geboorte van een kind uiten Ethiopische vrouwen hun blijdschap door hard 'E-le-le-le-le' te roepen. Zeven keer voor een jongen en drie keer voor een meisje. ©

Achtergrond

- Er wonen in Nederland ongeveer 10.680 Ethiopiërs. Hiervan behoren er 7082 tot de zogenoemde eerste generatie, wat betekent dat zij in Ethiopië zijn geboren.
- Eritrea was een periode deel van Ethiopië. Na de val van dictator Mengistu Haile Mariam scheidde Eritrea zich in 1992 af.
- In 1998 brak een oorlog uit tussen Ethiopië en Eritrea als gevolg van een grensconflict. In 2002 stelde een onafhankelijke commissie nieuwe grenzen vast, maar dit leidde slechts tot een gespannen vrede.
- De belangrijkste religies in Ethiopië zijn de Ethiopische Orthodoxe Kerk en de islam.