

“Het is mogelijk. Oók als je CF hebt.”  
*Interview Cathelijne Nijhof*

*Door Chris van Breda*

**Kinderen krijgen is voor veel mensen de gewoonste zaak van de wereld. Voor mensen met CF ligt dat anders. Cathelijne Nijhof (32) kan daarover meepraten. Ondanks de diagnose CF, heeft zij nooit getwijfeld over kinderen krijgen. De realiteit bleek weerbarstiger. Toch zijn zij en haar partner Rob inmiddels dolgelukkig met hun twee kinderen. Cathelijne: “Ik wil laten zien dat het mogelijk is. Oók als je CF hebt.”**

‘Ons wonder’ noemen Cathelijne en Rob de inmiddels drie jaar oude Tom. “We zijn super dankbaar”, vertelt Cathelijne geëmotioneerd. “Er was zoveel gebeurd, dat de geboorte van Tom heel onwerkelijk voelde. We hadden ons al neergelegd bij een leven zonder kinderen.” Terwijl Tom langzaam de wereld ontdekt, heeft hij er zelfs een klein broertje bijgekregen: Alexander. Cathelijne vertelt haar verhaal.

### **Leven zonder kinderen**

Cathelijne was zes maanden oud toen taaislijmziekte werd vastgesteld. Haar ouders waren er altijd eerlijk over, vertelt Cathelijne: “Ik wist heel goed wat CF betekende. Tegelijk benadrukten mijn ouders dat ik net zo ben als alle andere kinderen en zo groeide ik ook op. Ik was zestien toen ik mijn partner Rob ontmoette. Toen al wisten we heel zeker: wij willen samen kinderen krijgen.”

Cathelijne was 23 toen ze serieus het gesprek met de longarts aanging, die een zwangerschap sterk afraadde. Ze was er kapot van: “Eigenlijk weet je al wel dat je gezondheid niet goed genoeg is. Toch hoop je dat de arts opties aandraagt. Na dat gesprek voelde ik me enorm schuldig: we wilden allebei zó graag kinderen, maar ‘door mij’ kon dat niet.” Cathelijne en Rob besluiten dat ze een leven samen net zo mooi vinden, met veel reizen en een hond (of zes!) ter compensatie.

### **Nieuw perspectief**

Een jaar later ging Cathelijne snel achteruit. Antibiotica had geen effect meer op haar longinfecties en ze kwam hoog-urgent binnen op de wachtlijst. Gelukkig was er relatief snel een paar longen voor haar. “Ik heb zo ontzettend veel geluk gehad”, verzucht Cathelijne. “Je hoopt altijd dat het goed gaat, maar het ging gewéldig.”

Het biedt Rob en Cathelijne nieuw perspectief. Na een paar jaar gaan ze wederom het gesprek over kinderen aan. Deze keer staat de deur op een spreekwoordelijke kier. “We lieten ons informeren door transplantatieartsen en zochten alles uit: over medicatie, ervaringen van anderen en gezondheidsrisico’s. We wisten al dat Rob geen drager is; een hele opluchting. Toen we er klaar voor waren, stopte ik met de anticonceptie.”

### **Voorbeeldige zwangerschap**

Maar Cathelijne werd niet zwanger; deze keer door taai slijm in de baarmoeder. Door middel van IUI (intra-uteriene inseminatie) lukt het om het taaie slijm te omzeilen en is de eerste poging succesvol. De zwangerschap verloopt voorspoedig: “CF heeft bijna geen rol gespeeld. In het dagelijks leven heb ik al veel last van mijn buik, maar door de zwangerschap werd dat niet erger. Over mijn longen heb ik me geen moment zorgen hoeven maken. Na negen maanden was daar onze kleine Tom.”

### **CF en kinderen opvoeden**

Zwangerschap is natuurlijk nog maar de eerste horde die genomen wordt. Daarna begint het zorgen, organiseren en dagelijks leven met een kind. Geen gemakkelijke opgave. Cathelijne en Rob hebben daarom duidelijke afspraken gemaakt: “In principe doen we allebei net zoveel in de opvoeding en het huishouden. Natuurlijk weet je met CF nooit zeker hoe je in je energie zit of loop je gemakkelijk tegen een infectie aan. In die gevallen is Rob bereid een stapje harder te lopen.”

Als je CF hebt ben je al genoeg tijd kwijt aan je eigen onderhoud. Cathelijne moet er dan ook voor waken zichzelf niet uit het oog te verliezen. “Het klinkt cliché, maar als ik naar mijn kinderen kijk, doet de rest van de wereld er niet meer toe. Zij zijn mijn prioriteit en daardoor schiet ik er zelf weleens bij in. Dan

bedenk ik me 's middags pas dat ik mijn eigen ontbijt vergeten ben. Tegelijk geeft het me enorm veel energie; een groter doel om voor te leven.”

### **Luister naar je lichaam**

Cathelijne wil niet voorbijgaan aan het ethische vraagstuk dat gepaard gaat met kinderen krijgen. “Er zijn vast mensen die het veroordelen”, denkt ze, doelend op de gemiddelde levensverwachting van tien jaar na een transplantatie. “Het is een gemiddelde en ik ga ervan uit dat ik er nog heel lang ben voor mijn kinderen. Als CFer ken je jezelf heel goed: je weet wat je aan kan. Laat je daarom niet weerhouden door statistieken of praktische bezwaren. Luister goed naar je lichaam en je intuïtie om de juiste beslissing te nemen.”

---

Kader

### **Kinderwens? Vijf tips.**

Voor mensen met CF die het ouderschap overwegen of zwanger willen worden, deelt Cathelijne graag haar tips:

- Verlies de zorg voor jezelf niet uit het oog.
- Luister goed naar je lichaam en je intuïtie.
- Lukt zwanger worden niet op de natuurlijke wijze? Wacht niet te lang met hulp zoeken.
- Zorg voor een optimale conditie voor de zwangerschap.
- Maak duidelijke afspraken met je partner en werkgever.