

TRANSCRIPT De baarmoeder, abortusbuddy's en goedkope vliegreisjes. Met Corien van Zweden (afl. 91)

Met veel dank aan transcriptvrijwilligers: Julia, Emma, Julia, Ingrid, Marloes, Mariëtte, Hanne, Maartje en Charlotte <3

ML Dag lieve peervormige organen en andervormige luisteraars, welkom bij DAMN HONEY START INTRO

NYD De podcast over shit waar je als vrouw van deze tijd mee moet dealen

ML Mijn naam is Marie Lotte.

NYD En ik ben Nydia

ML En dit is aflevering 91. Even een huishoudelijke mededeling, lieve mensen. Deze meid, ik dus, ik zit in semi-quaran, semi-quarantaine, uhm want m'n allerliefste vriendin Cato zit met de coronon. Met mij is vooralsnog niks aan de hand - negatief en klachtenvrij - maar het leek ons goed om even NIET 1,5 uur intens pratend met elkaar in een kleine ruimte te zitten. Dus vandaar dat ik eventjes digitaal in tune met de anderen.

NYD Merkt de luisteraar helemaal niks van denk ik. Ik zit wel in de studio en ik zit hier met een oude bekende. Want luisteraars, weten jullie nog de aflevering over BORSTEN? Dat is denk ik alweer 3 jaar geleden of niet.

COR Ik denk 2.

NYD Was nog voor de corona.

COR Ja het was 2019.

NYD 2019 ja! Nou. Die aflevering die maakten we toen met journalist en schrijver

Corien van Zweden, en vandaag zit je hier weer. Welkom! Hallo!

COR Dankjewel. Wat leuk.

NYD Erg gezellig en leuk. Toen was je er dus aanwezig vanwege je boek, BORSTEN. Echt razend interessant, heel veel van geleerd en nu hebben we eigenlijk gewoon weer een soort parel van een boek dat hier in Nederland net verschenen is waarbij je ook echt van de ene verbazing in de ander valt. Maar dit keer over een ander lichaamsdeel, namelijk: de baarmoeder. En dat boek dat schreef je samen met gynaecoloog bijzonder hoogleraar Marlies Bongers. Biografie van de Baarmoeder heet het en het gaat over de cyclus, dus over baren, over de overgang, over baarmoedertransplantaties heb ik voorbij zien komen, abortus, anticonceptie, ook over allerlei narigheid die er met je baarmoeder aan de hand kan zijn. NOEM HET MAAR OP. En daar duiken we dus zo meteen vol in. En dat doen we dus met jou en we gaan ook nog heel effe kort met Marlies bellen, die is druk in het ziekenhuis, maar we vinden wel even een plekje voor haar om effe kort om online nog even aan te schuiven.

ML Welkom Corien! Hartsikke leuk. En uhh, straks duiken we dus vol die baarmoeder in.

Sound effect *SHAMEBELL*

ML Maar first things first, Nydia hoe ging jij onlangs de femi-mist in?

NYD Nou, ik ben dus voor het eerst in mijn leven begonnen aan het Sex and the city kijken, heb je dat al ooit gezien Corien?

COR Lang geleden.

NYD Lang geleden. Ja, ik ben er dus nu pas in bij en ik kijk het samen met Daniël, erg leuk. En gister zaten we weer te kijken en toen floepte ik er zo uit uh

'Jeetje die Carry die zit ook de hele tijd zo *hoog* HIHI HAHA ohhh' dat ze ik ging haar heel erg zo na doen van toe zei ik zoiets van 'Is toch gewoon een volwassen vrouw.'. En toen dacht ik, oh... Ja. Misschien niet zo heel erg oké om iemand na te doen die gewoon lacht. En op haar manier door het leven gaat.

ML Ohhh, shame on you!

NYD Shame on me. Ja, nou ja. Marie Lot

ML Voor ik begin met deze femimist wil ik eerst even zeggen dat vliegpreizen SLECHT zijn.

NYD Oh ja?

ML Voor het klimaat, ja. En, ik vind het bi-zar dat er nog zoveel wordt gevlogen, ik vind het bi-zar dat treinreizen nog zoveel duurder zijn dan vliegpreizen. Ik vind het ook heel apart dat mensen voor kleine afstanden, laten we zeggen voor een citytripje binnen Europa, heel makkelijk het vliegtuig pakken. En ik kan dus best wel judging zijn als ik mensen / kennissen / vrienden, maakt niet uit, hoor vertellen dat ze heen en weer zijn gevlogen naar Barcelona ofzo. Dat is zeg maar soort van de staat van zijn van mij. Ik vind de situatie dus best wel fucked up. Vooral met die rampzalige klimaatrapporten dat, dat zeg maar nou ja dat het zo, dat het in elkaar steekt als het in elkaar steekt, dat we gewoon met zijn allen kunnen vliegen uh en dat het eigenlijk, dat niemand het cared ofzo. Ik reken dat overheid aan - er moet betere en milieu-vriendelijkere regelgeving komen, maar ik kan dus ook wel heel erg m'n ogen rollen als individuen me nonchalant vertellen dat ze weer een vliegpreisje hebben gemaakt. ANYWAY Nu wil het dat twee goede vrienden van mij recent samen een appartement hebben gekocht in Malaga. En ik zie het dus helemaal zitten, al die voordeeltjes. En ik hoopte dus - heel naïef - nog uhm denk ik dat ik

Malaga met de trein wel zou kunnen bereiken op een makkelijke manier. Uhm want hoe lang het duren. Nou, het duurt dus 24-28 uur. Dat is best lang. En ik heb de prijzen nog niet eens opgezocht, maar ik denk niet dat het meevalt. En vliegen daarentegen duurt een uur of 3-5 en is uiteraard weer harske betaalbaar.

En dit is allemaal erg teleurstellend vind ik, maar opeens zijn al principes en al m'n bezwaren tegen vliegen bespreekbaar geworden in m'n hoofd. Dus aan de ene kant ben ik zegmaar hele tijd boos op de overheid en op nou ja vrienden die vliegen en aan de andere kant denk ik nu: jaa... Jaa, oké,

NYD Jaa

ML Er gaat me geen weekendjes zon, zee, strand, sangria, tapas door de neus geboord worden. Dus ja, ik zit nu dus, ik merk gewoon dat ik in mijn hoofd een soort van aan het goedpraten ben dat ik waarschijnlijk, misschien wel naar Malaga ga vliegen. Uh meerdere keren.

NYD *lachend* Per jaar, per maand

ML Ja geen idee! Vreselijk ja. Ik ben gewoon heel teleurgesteld in mezelf. En ik wil dat eerst niet zeggen, maar ik zeg het nu toch gewoon maar in de podcast. Dus dat is mijn femimist.

NYD Kan niet wachten op alle judging e-mails van honingballen die helemaal nu in de DM's zijn van doe het niet Marie Lotte! AAAHHHH

ML SORRY NU AL!

ML & **NYD** Corien?

NYD Heb je ook een femi-mist voor ons?

COR Nou ik zat te denken aan een femimistje die eigenlijk, speelt ook al heel lang en dat heeft met *spottend* haha borsten te maken.

NYD Oh! Heel goed!

COR Zoals jullie je misschien nog herinneren mis ik een borst vanwege kanker. En ik heb geen reconstructie laten doen, dus ik draag een uitwendige prothese. Nou heb ik een hele strijd gehad met de zorgverzekeraar, want je mag dan eens in de 2 jaar een fabrieksprothese, maar ik wilde graag een handgemaakte die helemaal naar het model van mijn andere borst gemaakt is. Nou, dat kon eerst helemaal niet en dat wilden ze niet vergoeden. Stel je voor dat je een oog mist, en dat ze zeggen 'u mag kiezen uit 10 fabrieksogen.

NYD Ja kies maar een...

COR Nou ik heb nu net gehoord dat ze hem vergoeden, of haar. Maar... Niet de tepel!

NYD Hé?!?!

NYD & **ML** Lachen

COR Dus ik krijg de handgemaakte prothese, het model van mijn rechterborst en dan gespiegeld en in siliconen gegoten, prachtig gemaakt. Maar dan een soort van blinde bol, want als ik daar een tepel op wil die kunnen ze er op schilderen met een beetje kleur van mijn nog bestaande tepel. Dan mag ik dat wel zelf betalen. En dat zit me al een hele tijd dwars. Eerst dat hele verhaal dat ze mijn handgemaakte prothese, hij was helemaal niet zo heel veel duurder he dan een fabrieksprothese. En als je dat vergelijkt met een borstreconstructie die door de chirurg dan heb je het sowieso over een paar honderd versus duizenden en nog eens duizenden euro's. Dan vergoeden ze dat wel.

NYD Ja

COR Bij een, hoe heet het, gereconstrueerde borst kan je ook een tepel laten

maken, vindt iedereen doodnormaal. Maar als je kiest voor een uitwendige prothese, nee dan valt de tepel dus buiten de vergoeding. Nou, ik vind al een hele tijd dat ik lawaai moet maken over dit onderwerp.

NYD Ja!

COR En het lukt me steeds niet om die stap te zetten en de laatste keer dat ik die zorgverzekeraar of iemand van die zorgverzekering aan de telefoon had, toen werd ik gewoon helemaal emotioneel en boos aan de lijn en dan hoor je dan zo'n mevrouw denken ohja hier heb ik een cursus voor gevolgd om met zulke mensen om te gaan.

NYD Het emotionele type. Ze gaat dan zo zoeken in haar bestandje.

ML Oh nee.

COR Precies. En dan liep echt zo niet en toen dacht ik ja het zit me zo ontzettend dwars en ik doe er niks mee en het is toch wel een femimistje.

NYD Ja.. Maar nu, nu je het hier zo hebt geuit en iedereen nu weet dat ..

ML Maar dit is ook al lawaai maken he. Dit is het ook uiten.

COR Maar ik dacht dan weten uh jullie luisteraars hier in ieder geval hoe dat zit en hoe scheef dat is en dat komt doordat je een borst laat reconstrueren, dat valt onder uhh de chirurgie en dat dit gewoon in de basisverzekering, maar een neppe, uitwendige prothese die zit in de afdeling scootmobielen en plaswekkers en zo. Allerlei attributen, medische hulpmiddelen. Dat zijn gewoon andere vergoedingen. En dan zijn de toeters en bellen, maar ja zouden we een tepel een toeter of een bel noemen? Ik bedoel dat hoort toch gewoon op dat orgaan te zitten.

NYD Ja

COR Dus en in elk geval die valt dan buiten de prijzen. Maar het blijft een hele rare

bussiness.

NYD Zin in ophef. Ja toch?

COR Zeker

NYD Let's do it!

TUNE Tijd voor post

ML Eerst een leuk bericht! En dit leuk bericht is van onszelf dit keer. Want op 7 april werd de Carla Atzema Soroptimistprijs van 2022 uitgereikt. En jazeker, dit is de prijs, de beruchte prijs waar we het in aflevering 89 in de rubriek 'de femimist' over hebben gehad - omdat we het zo stom van onszelf vonden dat we 1. andere mensen tijdens de inschrijfperiode niet hebben aangemoedigd ook mee te doen en 2. omdat we ons niet meteen hadden uitgesproken over de witheid van alle genomineerden. Nou goed, luister vooral die aflevering even terug als je onze overwegingen en zo wilt horen daarover. Ik zet de time stamp even in de shownotes. Maar het leuke bericht is dus: dat we een prijs hebben gewonnen. En die prijs die bestond dus helemaal niet. Want je had de zegmaar de Carla Atzema Soroptimistprijs, die was 25.000 euro, die kon je winnen. Er was de Emilie van Waveren publieksprijs van 5000 euro, die kon je winnen. En opeens tijdens de uitreiking was er plots - zonder dat we het wisten - ook een Aanmoedigingsprijs in het leven geroepen en die hebben WIJ gewonnen.

NYD Yaaaay

COR Gefeliciteerd!!

ML Dankjewel! Hahaha. En Nydia die zat die avond dat de boel werd uitgereikt, zat ze met haar billen op Vlieland. Uh dus ik stapte op 7 april in mn alleenigie helemaal

sprakeloos dat podium op, haha. Ik wist in theorie heus wel dat het mogelijk was dat we een prijs zouden winnen, maar als je dan je naam opeens gehoord of genoemd hoort worden dan is dat wel even andere koek. Maar ik vond het echt, wat een eer joh. Echt een gevoel van erkenning, en gezien worden en dat is super super fijn. Uhm, de hoofdprijs is naar de vier makers gegaan van het artikel 'Misogynie als politiek wapen', dat is een steengoed staaltje onderzoeksjournalistiek over online vrouwenhaat, dat in de Groene Amsterdammer verscheen. Dat is echt ergggg verdiend, dat was echt een heel goed artikel daar hebben wij ook nog naar verwezen en gebruikt en zo. De publieksprijs ging naar de twee auteurs van het boek 'Als liefde overleven wordt', en dat heeft, dat gaat over partnergeweld. Ook ronduit verdiend. En bij de aanmoedigingsprijs die wij kregen hoort een bedrag van 2500 euro. Dus dat is echt erg top. En zoals beloofd, ook al gezegd in de vorige keer, uh in de vorige aflevering willen we een deel van dat geld graag weggeven, aan een maker die misschien niet als genomineerde voor deze prijs in aanmerking kwam, maar die het wel heel goed kan gebruiken. Wij moeten nog even de koppen bij elkaar steken over wie dat gaat worden. Maar in ieder geval, dan weten jullie dat!

NYD Ja en als iemand dit hoort en denkt 'oh ik heb een project' of iets, dan moeten ze gewoon ons maar alvast mailen toch?

ML Ja doe dat! Ja, want dan kunnen we gewoon eventjes... Ik weet niet, ik weet niet eens hoe je het aan moet pakken om te bedenken wie dan dat geld krijgt. Maar goed, stuur even een mailtje naar info@damnhoney.nl en ja, we kijken wel even.

NYD We gaan kijken hoe we dit gaan oplossen

***ML** en **NYD** lachen*

NYD Oké, dan gaan we naar het poststuk! De vraag die deze week is ingestuurd door Looore, Looorrre. Ik moest het met een Gentse r uitspreken, maar ik weet niet zo goed wat een Gentse r is. Maar goed, Loooorre. Daarvoor gaan we eventjes hulp inschakelen, van bovenaf. Marlies Bongers. Hallo, je bent aan de lijn!

MB Ja, zeker!

NYD Hallo, wat fijn dat je er bent! Nou, in de intro hebben we je al eventjes voorgesteld, ook de auteur van Biografie van de baarmoeder. En ja, als gynaecoloog weet je natuurlijk álles over de vraag die ik zo meteen ga voorlezen. Dus houd je vast mensen, daar komt de brief: *nyd leest voor*

Hey honeys!!!

Om te beginnen: heel erg bedankt voor wat jullie doen. Ik denk dat jullie niet beseffen welke invloed jullie al op mijn leven hebben gehad. Allereerst ben ik laatst in the gym gaan sporten met kei lang beenhaar en blote benen en heb ik daarbovenop ongegeneerd kunnen poepen in de openbare toiletten van the gym (felt like beating the patriarchy).

Ten tweede heeft Marie Lottes sprekende beschrijving van haar ervaring met seks met mannen, mij ook doen inzien dat ik misschien beter eens iets anders moest uitproberen (want het is dus blijkbaar niet de bedoeling dat je je tijdens de seks zit te vervelen en meer bezig bent met wat je later gaat eten dan wat anders). Hierover gaat dus ook mijn vraag.

NYD tussendoor: En daar komt 'ie

*Ik heb dus nog een hormoonspiraal zitten van mijn pre-lesbi zijn (aka het slaapverwekkende-piemelseks- tijdperk). Maar ik zit nu met het dilemma of ik de spiraal zal laten verwijderen (terwijl-ie nog 2 jaar goed is) of toch zou houden. Ergens mis ik het gevoel van een cyclus te hebben wel een beetje. Ik weet niet of het raar is, maar ik zou graag terug mijn emotionele pieken en dalen ervaren en de emoties ervaren die jullie beschreven in jullie aflevering over de cyclus. Langs de andere kant is het ook gewoon praktisch om geen menstruatie te hebben en geeft het me ergens het gevoel dat ik daardoor minder beperkt ben in mijn dagelijks leven. Ik bespaar immers wel heel wat uren op het toilet uit *NYD gniffelt* die ik zou kunnen investeren in het patriarchaat neerhalen. Maar moet ik daarom iets houden dat er eigenlijk niet perse hoort te zitten? Ik heb echt geen idee. Wat denken jullie dat de meest feministische beslissing is en wat zouden jullie doen?'*

Groetjes,

Lore * NYD spreekt de naam uit met een Frans accent*

NYD Met mijn meest mooie Gentse r. Nou Marlies, ik ga gewoon meteen eventjes naar jou. Wat is jouw gevoel bij deze brief?

MB Nou ik vind het wel een prachtige brief.

NYD Ja hè!

MARLIES Dat in ieder geval zeker. Dus schrijfster is denk ik aan haar verloren gegaan. Ik zou zeggen: de meest feministische beslissing is om de spiraal nog even te houden. Want je wordt door niks en niemand meer belemmerd dan, je kunt je gang gaan, het bloeden komt niet onverwachts, of te veel, of te pijnlijk over je heen

rollen. Maar er zit zeker een andere kant aan en die begrijp ik ook wel goed. Dat het soms lastig is om ja, om het allemaal zo maar egaal te laten gaan. Het is wel als je een

spiraal eruit laat halen, dan ben bent je 'm echt kwijt. En als je er 'm weer in moet doen, dat is ook geen lolletje. Dus dat zou ik ook meenemen in de afwegingen.

NYD En hoe zit het met het spiraaltje en het hebben van een cyclus? Is dat helemaal weg? Of heb je nog wel enigszins een soort cyclus gaande?

MARLIES Ja, in principe onderdrukt de spiraal je cyclus helemaal niet, dus die cyclus is er nog wel degelijk. Je hebt ook een eisprong. Je hebt eigenlijk ook het moment van dat je zou moeten menstrueren. Alleen omdat er geen slijmvlies meer is - dat onderdrukt de spiraal - heb je geen menstruatie. Dus eigenlijk heeft haar lijf nog wel een cyclus, want die wordt door het spiraal niet helemaal onderdrukt. Alleen waarschijnlijk omdat de menstruatie totaal verdwenen is, is ze daar het gevoel over kwijt geraakt.

NYD Hm ja, en stel ze zou dus wel die cyclus, als ze dat dus iets belangrijks vindt, en ze wil toch een beetje onderdeel van haar leven laten zijn... Dan zou ze bijvoorbeeld zoiets wel een beetje bij kunnen houden. Van hoe voel ik me nu? Of...

MARLIES Ja

NYD 'En normaal zou ik dan nu dit...' 'En normaal zou ik nu menstrueren...'

MARLIES Ja. Misschien met deze kennis - wat ze niet wist. Misschien kan ze toch nog eens eventjes voelen door de maanden heen, door de komende maanden heen, van 'goh, hoe zou het eigenlijk zitten? Voel ik soms mijn eisprong?' Dat is dan een houvast hè. Of misschien links, of misschien rechts.

Euhm, en dan kun je gaan tellen. Of 'ben ik toch af en toe humeurig?'. Schrijf het ergens op. Op een kalender of weet ik het. Enne ja, dat kan, dan kan ze toch kijken van 'hé zit er misschien toch een beetje cyclus in?'.

NYD En merk je dat dit steeds meer terugkomt in jouw werk? Dat mensen met een baarmoeder die met anticonceptie bezig zijn ervoor kiezen om hormonale anticonceptie te stoppen vanwege bijvoorbeeld die cyclus?

MARLIES Ja, het is echt veel meer. Hormonen worden veel zwaarder gewogen nu. Dus uit gemak wordt nog wel eens gedacht, van 'hmm wat zijn dan de nadelen?'. Die worden wel echt heel erg benadrukt. Ik heb ook het gevoel dat corona daartoe heeft bijgedragen, omdat je toch iets kan overkomen wat je niet in de hand hebt. Dus vrouwen eigenlijk misschien terug willen naar hun eigen lijf en weten 'dit is van mij'. Ik weet niet precies waar het vandaan komt, maar we zien het echt veel.

NYD Marie Lotte, heb jij nog een feministische take *on the things*?

ML Nou, ik herkende me heel erg in deze situatie, want ik had ook een spiraaltje genomen een jaar ofzo voordat het lesbiekwartje viel *iedereen gniffelt* En ik was mijn heftige bloedingen heel erg zat, dus ik heb ook met die overwegingen een spiraal genomen. Voor mij was de beslissing toen best wel duidelijk om 'm eruit te halen, omdat ik dus een heel depressief mens werd van de spiraal. En ik bleef maar bloeden. Dus voor mij werkte heel dat ding niet en heb ik 'm eruit gehaald. Maar ik kan me dus voorstellen dat als ik niet zo'n last had van al die moodswings en als ik inderdaad was gestopt met ongesteld worden, dat ik 'm dan had laten zitten

NYD Dan was het ideaal geweest.

ML Ja! Want why not, weet je wel? En, ik denk ook - ze vraagt 'wat is de meest feministische beslissing?' Ik denk dat de meest feministische beslissing is, de

beslissing die jij maakt. Als jij de voor en nadelen hebt afgewogen en je denkt: 'nou dit lijkt me nu het chillst'. Doe dat!

NYD Ja. Ja en minder beperkt zijn in je dagelijkse leven. Dat an sich lijkt me al een hele goede reden om 'm lekker op z'n plek te laten zitten.

ML Ja precies. Als je geen last hebt en, want, ja, nou ja, Lore schrijft het ook al

NYD *gniffelt* Loooreee

ML *lacht mee* Mooie naam trouwens! Ze schrijft ook al dat het natuurlijk veel uren op de wc scheelt en meer bewegingsvrijheid... En ja dat is gewoon zo! Tenminste, bij mij zou dat heel erg zo zijn en ik kan het me voorstellen dat het bij veel mensen zo is. En ja, laat 'm d'r nog... ik zou zeggen, als je 'm nog twee jaar laat zitten... Eb dan kan je dan tegen de tijd dat 'ie er weer uitgehaald moet worden, kan je een moment nemen om te kijken van 'oh wat vind ik nou prettiger?'

NYD Ja

ML En dan kun je 'm dan weer d'r in doen of niet

NYD Ja. Ja ik denk omdat, wij hebben natuurlijk een aflevering gemaakt over menstruatie en de cyclus en daar hebben we het ook wel over anticonceptie gehad – hormonale anticonceptie. En ik denk dat mensen daardoor misschien het idee hebben gekregen dat wij een soort anti zijn of zo. Dus dat we tegen de pil zijn of zo. Dat is echt helemáál niet zo. Het is gewoon van wat voor jou werkt, dàt is de juiste keuze. En het is echt ook niet dat ik vind 'iedereen moet maar natuurlijk' of wat voor een termen je er ook aan zou willen hangen. Echt totaal niet, nee.

ML En ik denk ook dat we vooral willen dat we serieus genomen worden als met klachten komen, zoáls depressieve gevoelens

NYD Ja

ML En dat daar dus ook naar geluisterd wordt. En onze ervaring is – zowel die van jou Nydia als van mij – is dat er dus niet naar geluisterd wordt. Of pas heel laat.

NYD Ja of in ieder geval toen. Het is ook al weer een aantal jaar geleden.

ML Ja precies. Maar dat is eerder waar we op hameren dan dat we anti hormonale anticonceptie zijn, want dat is voor de mensen voor wie het werkt; toppie

NYD Ja Marlies, hoe staat het er eigenlijk voor met onderzoek naar, de gevolgen van hormonen op bijvoorbeeld je gemoedstoestand? Want toen Marie Lotte en ik dus een tijd terug met klachten naar onze huisarts ging werd dat een beetje afgedaan als 'joh het zit een beetje in je hoofd' of euhm 'gewoon doorzetten' of weet ik het wat.

ML 'Het kan daar niet aan liggen'

NYD 'Het kan daar niet aan liggen', dat werd bij jou inderdaad ook echt gezegd. Hoe staat dat er nu voor?

MARLIES Nou het kan er zeker aan liggen, we zien echt zo duidelijk dat het bij iedere vrouw eigenlijk anders is, dus dat je d'r super goed naar moet luisteren. Wat wel een beetje zo is, is dat de bijwerkingen vaak in het begin het ergst zijn. Dus inderdaad is het zo, zeker bij de anticonceptiepil, dat je even drie maanden door moet zetten, wat soms best lang is: als je die eerste maand denkt: 'Getver, dit vind ik echt niks.' Maar als het na drie maanden niet klopt met je, dan moet je echt over op iets anders, dat is echt zo. En dat geldt voor de mirenaspiraal ook: daar kunnen echt heel veel akelige bijwerkingen zijn. Van somberheid, vooral, maar ook haaruitval, ook acne krijgen. Ehm, ja, dus dat is wel echt bekend en dat weten we en dat geven we ook terug aan vrouwen. Dus ja, daar hoeft niet perse heel veel onderzoek naar gedaan worden, want dat is gewoon toch echt...

NYD Dat is wel gewoon duidelijk.

MARLIES Ja!

NYD Ja, en is er dan eindelijk al een anticonceptiemethode in het zicht waarvan je denkt: 'Ja! Maar dat zou echt tóp zijn!'?

MARLIES Nou, dat is nou een super leuke vraag! Ehm... Rebecca Gomperts. Weet je wie dat is?

NYD Ja, dat weten we! Die is bij ons te gast geweest.

MARLIES Tuurlijk! Zij heeft mij benaderd om met haar een studie te starten naar een nieuwe... Het is eigenlijk niet een nieuwe anticonceptie maar naar een middel, Mifepreston, wat je ook als anticonceptie kan gebruiken. En euh... nou, daar gaan we dus een subsidieaanvraag voor schrijven, en dan hopen we dat we die studie kunnen gaan doen. Want dat is eigenlijk een anticonceptie wat weinig bijwerkingen heeft, wat je een keer per week kunt nemen. Nou, er zitten allerlei voordelen aan. Wat ook super goedkoop is. Maar goed, dus wie weet gaan we dat voor elkaar krijgen.

NYD Wie weet inderdaad wat positievere of wat fijnere vormen... Corien! Ik las in het boek ook nog over Choice, kan je daar iets over vertellen?

COR Ja! Dat is misschien nog wel futuristischer, maar dat is wel waar ik nu een beetje van droom. Niet meer voor mijzelf, en misschien niet voor mijn dochters, maar hopelijk wel voor kleindochters, als die er komen. Dat is een ontwikkeling waar Marlies ook mee te maken heeft, dat er een soort van klein sluisdeurtje in de eileider wordt geplaatst, en dat kun je dus naar believen open of dicht zetten. Dan zou je een knopje hebben voor je vruchtbaarheid; dat klinkt helemaal geweldig, dan hoef je helemaal niks meer.

ML Wauwww!

COR Dat is er nog niet, maar de ontwikkeling is gaande. En mij geeft dat een enorm gevoel van optimisme, maar dat komt natuurlijk ook omdat ik alle problemen die daar nog aan kleven niet helemaal begrijp, Marlies waarschijnlijk wel.

ML Wij denken gewoon sluisdeurtjes: YAY!

COR *lacht* Precies!

NYD Ja, want dat gaat nog niet zo makkelijk, begrijp ik.

MARLIES Nee, het is zeker niet makkelijk. Maar de man die dit bedacht heeft, Peter van de Graaf, die is zó bevlogen. Hij is een techneut, en hij kijkt er dus ook naar... Ik ben bij hem aangesloten, al een aantal jaren, maar elke keer ben ik wéér verrast over wat ze kunnen, wat ze bereiken, hoe klein en prachtig dat sluisje nu al is. Maar het grote probleem is nog steeds: als je een sluisje in die héle delicate eileider stopt, gaat die eileider dat toestaan? Dat is één. En twee: gaat die eileider met het sluisje open nog net zo goed functioneren als wanneer er geen dingetje in zit? Dus kan je nog net zo goed zwanger worden? En dat is de ultieme vraag.

NYD Nou... Stay tuned, zou ik zeggen, lieve luisteraar, voor dit geweldige project!

ML Ja, jeetje!

NYD Marlies, heel erg bedankt dat je, ondanks je drukke schema in het ziekenhuis vandaag, toch even wilde bellen met ons hierover. Ik denk dat we allemaal weer een heel stuk wijzer zijn geworden

MARLIES Dankjewel! Heel graag gedaan.

ML Dankjewel!

NYD Dankjewel!

MARLIES Joee

SPONSOR TUNE

NYD Graag even aandacht voor het volgende:

ML Op vrijdag 17 juni wordt de Ribbius Peletier-penning uitgereikt en wij zijn heel benieuwd wie volgens jou zou moeten winnen.

NYD De penning wordt jaarlijks uitgereikt aan een vrouw die zich inzet voor de positie van vrouwen in de Noord-Hollandse politiek.

Vorig jaar kreeg Sylvana Simons de penning. De jury vond dat zij de onderscheiding verdiende omdat zij een voorbeeld is voor de volgende generatie vrouwen en omdat zij zich publiekelijk uitspreekt over de combinatie van seksisme en racisme en op die manier sociale onveiligheid in de politiek bespreekbaar maakt.

ML Eerdere winnaars waren Devika Partiman, oprichter van Stem op een Vrouw en Manja van der Weit, die het initiatief 'Vrouwen in de Purmerendse Politiek' (VIPPs) opzetten. Beide winnaars kun je trouwens zelf horen spreken, in de afleveringen die we met hen maakte, check daarvoor even de shownotes.

NYD Er wordt nu hard gezocht naar nieuwe kandidaten, Vandaar deze oproep. Ken jij, of ben jij iemand die zich inzet voor de positie van vrouwen in de Noord-Hollandse politiek, iemand die misschien een rolmodel voor velen is, iemand die laat zien: hee, de politiek is ook iets voor jou. Laat van je horen!

ML Iedereen kan een kandidaat aanmelden, dus denk jij meteen: JAAAA, die en die persoon is een rolmodel voor veel vrouwen ennnn ze zet zich in voor de positie van vrouwen in de Noord-Hollandse politiek, MELD JE KANDIDAAT AAN. Aanmelden kan tot 15 mei via www.penning.noord-holland.nl.

NYD Ja, hup, snel met je billen naar die website! Check voor meer informatie de shownotes van deze aflevering en hou onze insta @damnhoneyhetboek in de gaten.

TUNE WE MOETEN HET EVEN HEBBEN OVER

ML WE MOETEN HET EVEN HEBBEN OVER... de baarmoeder. Een ingenieus orgaan dat vaak niet begrepen wordt. Corien van Zweden schreef er samen met gynaecoloog en hoogleraar Marlies Bongers het boek 'Biografie van de baarmoeder' over.

NYD Yess. En net als vorige keer toen Corien te gast was over borsten, zouden we het nu ook weer uuuuren over dit onderwerp kunnen hebben. Want god, het is echt een geweldig boek, iedereen moet het gewoon gaan lezen: het staat barstensvol fun - en niet zo fun - facts. En ik dacht: ik wil even een paar fun facts toch wel delen, die misschien niet in het gesprek ter sprake gaan komen, maar die ik nu de hele tijd ook bij vrienden aan het vertellen ben. Bijvoorbeeld:

Dat de morning-afterpil is uitgevonden door de Nederlandse gynaecoloog Arie Haspels,

dat eierstokken geen stokken heten als in: 'stokje', als in een houten stokje, maarr als in 'stock': opslagplaats. Nou: mind was blown.

COR Hahaha! Nee? Nooit bedacht?

NYD Nee! Ik had dat nooit bedacht.

Dat het record kinderen baren werd gevestigd in de 18e eeuw door een moeder die maar liefst 69 kinderen baarde, waaronder heel veel meerlingen!

COR Dit is niet meer te checken hè, of dit klopt.

NYD Nee, maar toch: ik was helemaal amazed. Ik zou zeggen dat 20 ofzo... Geen idee, ik heb er ook nooit over nagedacht. Maar goed:

Drie keer raden welk land in 1920 voor het eerst ter wereld abortus legaliseerde...

Nou, geef de mensen heel even de tijd om dit te bedenken. Het antwoord is:

Rusland!

lachend van verbazing

COR Hoe is het mogelijk?

NYD HUH?!

ML Who knew?!!

NYD Het werd wel in 1936 alweer afgeschaft door Stalin, en daarna... Oh god, nu ben ik het toch kwijt... Zweden? Een Scandinavisch land.

COR Ja, of IJsland, nou ik ben het ook even kwijt hoor. Dat moet ik even opzoeken.

NYD Nou ja, in ieder geval wel ook al redelijk vroeg in de jaren '30, '38?

COR Ja, in de jaren '30. Dus we denken altijd van: Nederland was een van de eerste. Dat een van de eerste klopt, alleen wij zitten er wel echt tientallen jaren na.

NYD Ja! '84.

COR En dat Rusland allereerste was, is natuurlijk een ontzettend grappig feit. Niet dat vrouwen in Rusland daar nu nog iets aan hebben, maar toen dus wel.

NYD Ongelofelijk.

ML Nou, je hoort het: we kunnen onmogelijk dit hele boek bespreken, want we zijn nu al helemaal gaande. Er staat TE VEEL in, dus daarvoor moet je het boek lezen, maar we gaan zien hoe ver we komen in dit gesprek. Laten we beginnen met de anatomie van de baarmoeder, zodat we die een beetje op een rijtje krijgen waar we

eigenlijk naar zitten te loeren: Zo'n baarmoeder, hoe ziet ze eruit? Van wat voor spul is-ie gemaakt? Hoe groot is-ie? Dat.

COR Een baarmoeder is, en dat had jij al gezegd daarnet, peervormig. En klein, eigenlijk een beetje een stoofpeertje. En het is een spier, eigenlijk een holle spier, het is een van de sterkste spieren in ons lichaam. In elk geval met het allergrootste rekvermogen. Want die baarmoeder kan, als dat nodig is, aan het eind van een zwangerschap zichzelf oprekken tot 500 keer haar oorspronkelijke maat. Dus dat is echt enorm. En dan, op die enorme hoge rek, aarin dat volgroeide kind in die buik zit, is die baarmoeder vervolgens nog in staat om weeën te maken, waardoor dat kind eruit geduwd wordt. Dus ondanks dat die spier helemaal is uitgerekt, heeft 'ie nog een enorme rekvermogen op het moment dat dat nodig is. Dus het is echt een hele bijzondere spier.

NYD En aan hoe dik moet ik dan denken, op het moment dat die helemaal zo strak staat? Dan is 'ie toch heel dun?

COR Dan is 'ie nog steeds een paar centimeter dik.

NYD Echt?!

COR Het is een... Al die getalletjes, dat moet ik even nazoeken hoor, dat zit niet allemaal vast in mijn hoofd. Marlies zou dat waarschijnlijk zo opnoemen.

NYD Ja, die kan dat allemaal zo opnoemen.

COR Maar ik heb zó veel feiten verzameld, dat ik ze echt niet allemaal paraat heb.

NYD Nee, logisch.

COR Maar het is een aardig stevige spier. Dat moet natuurlijk ook want het moet dus dat uitdrijven van een kind, dat is een enorme klus. Die moet door een heel nauwe doorgang, moet dat kind naar buiten. Dus die spier, die moet dat eigenlijk allemaal

doen. Je kan op een gegeven moment... in de uitdrijvingsfase kan een vrouw zelf meepersen, maar goed, als de spier het niet doet, dan heb je niks.

NYD Ja, en de eierstokken bijvoorbeeld, dat valt ook onder baarmoeder, of hoe moet ik dat dan zien?

COR Nee, de baarmoeder is samen met de eileider een orgaan, dat zit ook aan elkaar vast. Dus aan de bovenkant van de baarmoeder zitten die twee, die zijn wel heel dun, zitten de eileiders. De eierstokken zijn eigenlijk twee aparte orgaantjes, die zitten ook los in de buik. En wat Marlies mij vertelde is dat je als je aan het opereren bent in de buik, dan vallen die eierstokken onmiddellijk op, want dat is het enige wat echt wit is in de buik. Dus dat zijn twee witte nootjes, nootvormige orgaantjes.

NYD Dat kan je dus heel duidelijk zien.

COR Ja, en die eitjes, die in de eierstokken zitten, die springen en dan worden ze opgevangen door de eileider. De eileider eindigt in een soort van trechtertje, en die vangt als het goed is dat eitje op. Dus het zit niet aan elkaar vast. Het is een soort trechtertje, het eitje springt en de kans is groot dat dat door het trechtertje wordt opgevangen, maar de eierstokken zijn aparte organen.

NYD Ja, en de eileider zien we dus wel echt als onderdeel van de baarmoeder.

COR ja die zit er aan vast, dus die komt in de baarmoeder uit, of ja

NYD dus het eitje springt euh vanuit de eierstok in de eileider en dan zit ie dus eigenlijk in de baarmoeder.

COR Ja

NYD offe

COR Het eitje reist dan door de eileider heen in de richting van het baarmoederlichaam, van de baarmoeder zelf

En er zitten kleine trilhaartjes aan de binnenkant en der is slijm wat ook helpt om het eitje te vervoeren.

In die periode, dat dat eitje onderweg is, dat is de ideale tijd om bevrucht te worden.

Dus als je sex hebt op het moment nadat het eitje gesprongen is en het zit in die eileider dan zou dat tot een zwangerschap kunnen leiden

En dan gaat dat bevruchte eitje, als er bevruchting plaats heeft gevonden. Dat gaat dan vrolijk op weg naar de baarmoeder om daar een plekje te zoeken om te nestelen en dan gaat het groeien en als alles volgens plan verloopt dan heb je 9 maanden later een kind.

NYD ja ja en en, de kans is denk ik groter dat er geen bevruchting is, tenminste dat is op, dat is, in een mens, een baarmoederlijk mensenleven vaker zo maar dan gaat het eitje alsnog naar de baarmoeder toe

COR het eitje gaat sowieso naar de baarmoeder toe en de baarmoeder heeft zich in die tussentijd hè, dus vanaf de eisprong en daarvoor al, helemaal klaargemaakt omdat ze eitje op te vangen dus die heeft een mooie dikke slijmlaag gefabriceerd waar dat eitje lekker als een bedje in kan rusten.

Als er geen bevruchting plaatsvindt dan euh, is die hele fijne slijm vlaas flies laag, slijmvlieslaag niet meer nodig en dat is euh dat wordt dan afgestoten en dat is de menstruatie.

NYD Ja. En een buitenbaarmoederlijke zwangerschap, dat is dus bijvoorbeeld in een eileider

COR Dat is bijvoorbeeld in een eileider ja en daar kan het natuurlijk helemaal niet groeien dus daar krijg je, euh hele akelige.. het wordt tegenwoordig meestal vroeg ontdekt maar vroeger niet. Euhh Want dat heb ik me eigenlijk pas gerealiseerd toen ik dit boek schreef. Wij zijn de eerste generatie, en dan heb ik het over mezelf als iemand van een heel eind in de vijftig, wij zijn de eerste generatie en misschien mijn moeder ook nog net, die de baarmoeder zelf hebben kunnen zien want die echoapparatuur die bestaat pas sinds de jaren 60 of 70 van vorige eeuw

NYD, ja, wauuw

COR en de mri is nog recenter. Dus tot die tijd wisten we niet precies wat er gebeurde en zo'n buitenbaarmoederlijke zwangerschap dat kon tot ontzettende ellende leiden en dat kon ook je dood worden als dat daar zat te groeien en het had geen plek om daar te groeien. Dus euhm, nu wordt het bijna altijd heel snel ontdekt en dan kun je dat weg halen.

NYD enn op het moment dat, dat, dat we dus nog niet konden zien wat een baarmoeder, hoe dat werkt, of hoe, wat dat eigenlijk is, hoe werd er dan gekeken naar de baarmoeder?

COR Ja dat is het grappige. Als je dan bedenkt dat ook het sectie plegen op dode lichamen dat werd pas vanaf de 15e 16e eeuw gedaan. Dus tot die tijd hadden we echt gewoon geen idee hoe dat eruitzag van binnen. En die baarmoeder die kende men eeuwenlang alleen maar van die opgerekte staat. Dus dat als een buik groter werd, dat werd natuurlijk toen ook al, dat viel natuurlijk toen ook op, en dat er dan

een kind uit komt. Dus dat bestaan van de baarmoeder werd niet betwijfeld maar waar baarmoeder precies zat en hoe dat in elkaar zat en hoe groot of klein ze was en wat voor vorm ze had, Dat is gewoon eeuwenlang totaál onduidelijk geweest.

En er zijn alle mogelijke fantasieën en theorieën en speculaties over hoe dat in elkaar zat. Euhm heel lang is het idee euh van de wandelende baarmoeder is

Gelach

COR Die baarmoeder die van wandelde een beetje door het lichaam en er waren ook allerlei klachten die vrouwen konden hebben die werden dan ook veroorzaakt door die wandelende baarmoeder want dat was heel vervelend en daar moest die baarmoeder, (lacht) die moest terug gelokt worden,

Gelach

COR Naar de plek waar ze hoorde en dat deden ze op een interessante manier namelijk als die baarmoeder veel te hoog in dit lichaam zat dan kreeg de een vrouw in kwestie kreeg heel smerig ruikend spul bij haar neus en er werd bloemige geur

Gelach

in de buurt van de vagina georganiseerd en dan zou die baarmoeder ontzettend schrikken van die viezigheid en hup hup hup naar beneden

NYD naar die bloemen

COR terug in haar hok nou dat soort ideeën - gelach- is heel erg grappig om te lezen

NYD ja geweldig ja en ook het idee dat ze baarmoeder meerdere kamers zou hebben en dat er dan een kamertje voor jongetjes en een kamertje voor meisjes zou zijn

COR ja Dat is ook hilarisch en daar was ook iemand die dacht dat het baarmoeder zeven kamertjes had en want zeven is natuurlijk altijd een mooi getal

NYD ja waarom niet dan

COR: ze hebben ze ook hele grappige tekeningen van hoe ze dachten dat dat in elkaar zat. Maar ik had me nooit gerealiseerd dat het echt, écht mysterie was.

NYD hmmm mm

COR Ze wisten het gewoon niet en ze wisten dus wel dat de baarmoeder te maken had met baren. Dat is ook niet heel moeilijk om te zien want dat dat is het, het moment waarop de baarmoeder zichtbaar is maar wat de baarmoeder verder doet en hoe dat dan zat met die maandelijks bloedingen en hoe precies de vruchtbaarheid in elkaar zat, dat wist men niet

NYD hmmm

NYD en wanneer is dat voor, zeg maar wanneer we de eerste eerste, feiten ontdekt?

COR nou ja dat is een beetje geleidelijk aan gegaan Maar wat natuurlijk enorm heeft geholpen is het moment dat ze voor het eerst een menselijk lichaam open gingen maken. Daar zullen ze ongetwijfeld met een mannelijk lichaam zijn begonnen, neem

ik aan. Maar goed toen ze dan op een gegeven moment ook een vrouwelijk lichaam open maakten, dan kun je zien hoe het in elkaar zit.

en dat heeft natuurlijk geholpen dus de eerste zeg maar redelijke adequate anatomische tekeningen die komen zo uit de 16e eeuw.

Hm

COR en wat zeker nog meer geholpen heeft in onze tijd dat zijn al die beeldvormende technieken want nu kun je, ja iemand die nu zwanger is die kan zwangerschap dus ook zelf volgen want je komt bij de verloskundige en je kan zoveel echo's laten maken Als je wilt tegenwoordig. En daar zit daar zie je dus eerst een heel klein visje en dan zie je dat hartje pulseren en ja en dat wordt euh steeds groter en dat kun je dan helemaal volgen en nu kun je zelfs een filmpje krijgen van euuhhh het kindje wat zich in jouw buik ontwikkelt.

En, ik bedoel toen ik zwanger was, was het nog zo dat ze van een beetje zuinig waren met de hoeveelheid echo's maar inmiddels is er geloof ik is dat soort van onbeperkt kun je ook pret echo's laten maken is ja maar ook baarmoederkwalen kun je nu veel beter euh detecteren want je kunt het gewoon zien.

ML ja ja Ik heb een keer een echo gehad van mijn baarmoeder vanwege dus die heftige bloedingen die Ik had. En toen kon ik ook meekijken op dat schermpje en toen zei degene die de echo afnam, echoscopiste, denk ik. Die zei ook iets van 'oh nee, je baarmoeder ligt er gewoon mooi bij' en vond ik dan toch vonk dan toch een compliment dus toch leuk om dat dat van binnen te kunnen zien

COR nee Ik had euhh ik liep een dagje met Marlies mee of een paar keer en mocht dus op de behandelkamer met een witte jas aan. stond ik daar bij euhm ik vond sowieso iets om enthousiast van te worden dat ik niet in die stoel lag maar daarnaast stond

Gegniffel

COR Maar heb ik dus ook voor het eerst een baarmoeder bij een hysteroscopie dan breng je een klein, met een cameraatje in baarmoeder kijken wat ze had ik zelf nooit bij mijn eigen baarmoeder gezien en ik vond dat echt een fantastisch moment want Ik zag dus op dat beeldscherm en dat was echt zo'n mooi groot scherm zag je een hele mooie oranje/roze ruimte en dat was dan de baarmoeder

NYD en **ML** oh ja

COR in je zag daar ook die openingen waar de eileiders dan staan

NYD Oohh

COR en ik vond het echt een fantastisch verhaal is heel enorm enthousiast om ja zeg maar dat van binnen te zien zeg maar zo prachtig is dat

NYD **ML** ja ja heel cool ik las ook in je boek dat er een keer een periode in tweede feministische golf was geloof ik wel vast dat dan feministische groepjes bij elkaar kwamen om met een speculum dan te gaan kijken naar de baarmoedermond. Want ja kan natuurlijk niet echt naar binnen kijken

COR nee je kan niet echt naar binnen kijken maar baarmoedermond kan je wel zien Maar dat is een hele klus met speculum en een spiegel en een zaklamp. ja en er waren inderdaad het nou ja In de jaren 70 waren er , of 80, waren er van die

groepen die gingen gezellig bij elkaar zitten met euh nou ja omdat daar elkaar en bij zichzelf te bekijken

NYD: geweldig

COR heb dat helaas niet meer meegemaakt maar

Door elkaar heen gepraat: funfact, ja

NYD ja In het oud Grieks heet de baarmoeder trouwens hystéra, zo spreekt je het toch uit? Hýstera, het woord kennen we tegenwoordig als euh, nou ja of herkennen we als begrip hysterie, als in: doe niet zo hysterisch. Euhm eh wat is verband tussen de baarmoeder en de huidige betekenis van hysterie ?

COR nou ja Het is een heel duidelijk verband ze hebben al heel vroeg gedacht, ook al In de oudheid dat allerlei euhm moodswings waar vrouwen aan lijden en somberheid en Dat ze zich enorm op kunnen winden of dat ze heel boos kunnen worden of what ever, Dat zou allemaal veroorzaakt worden door hun baarmoeder dus die link tussen baarmoeder en, en nou ja, hysterisch, wat we dan hysterische euh, moet noemen Dat is al heel vroeg gelegd dus het is gewoon een baarmoederziekte. Dus hysterisch betekent gewoon dat je last van je baarmoeder hebt.

NYD ja maar dan wel dat het zich uit op , ja

COR ja ja dus dat eigenlijk alles wat ze niet konden verklaren werd dan euh daaraan toegeschreven alle mogelijke problemen die vrouwen konden hebben ah ja, dat lag allemaal aan het baarmoeder .dus Het is een heel heel oude connectie die gemaakt wordt. Dus niet Alleen euh tussen, zeg maar, wat wel door baarmoeder

veroorzaakt wordt namelijk krampen en pijn Als je ongesteld bent en heel veel bloed als je pech hebt wat heel dúidelijk door de baarmoeder wordt veroorzaakt, maar ook allerlei psychische euh euh problemen of klachten of in elk geval stemmingswisselingen het werd allemaal heel duidelijk al aan die baarmoeder gerelateerd.

NYD: en daar was dan ook later naar op een oplossing voor want dan kon je eventjes euh jezelf laat masseren toch?

COR lacht, ja nou dat, dat is in de tijd van Freud, is verschil, dus we springen heen en weer maar ja,

NYD ja euh he

COR die had dus gedacht dat een baarmoeder die niet in bedrijf is In de zin van dat Dat is een vrouw zwanger is of kinderen aan het baren is of kinderen aan het voeden is dat veroorzaakte klachten dus dat veroorzaakt hysterische klachten. Dus somberheid en ongenoegen en boosheid

COR	woede-uitbarsting en noem het allemaal maar op. En dat kan eenvoudig worden opgelost door een bekkenbodermassage. Nou... dat was eigenlijk ervoor zorgen dat de vrouw klaarkwam. En ze stonden in de rij, de dames in die jaren. De dames van stand, die het konden betalen, voor de bekkenbodermassage bij hun arts. En die artsen, die kregen daar een lamme arm van. *gelach*
NYD	Gedoe. *gelach*

COR	Dit is het moment waarop de vibrator ontwikkeld is, want dan werden ze wat minder moe ervan. *gelach*
NYD	Gewoon even een apparaat erop en dan was alle somberte weer weg. *spottend*
ML	Maar goed het hele hysterisch en hysterie enzo, dat is natuurlijk ook wel weer... want nu, of toen ook, wordt het dan toch gebruikt om de kwaaltjes, de vrouwenkwaaltjes, zeg maar een soort van zeg maar weg te zetten. En gewoon: "Ach nou ja de vrouwtjes, die zijn nu eenmaal emotioneel."
COR	Nee, ja, dat is nu ook een beetje het trieste van het hele verhaal hè. Want dat ze dachten in de oudheid ook dat menstruatie was: het afvoeren van afvalstoffen en van giften en soms van onverteerd voedsel. En dat hele proces had het superieure mannenlichaam niet nodig. Dus er is altijd zo rond die baarmoeder, dat zijn eigenlijk die twee kanten. Aan de ene kant vereren we de baarmoeder want, zonder de baarmoeder was geen van ons op aarde hè. Het is voor ons allemaal ons eerste thuis geweest. Dus dat is geweldig. Een baarmoeder kan baren en daar hebben we een hoop aan te danken. Maar tegelijkertijd wordt die baarmoeder ook altijd als bedreigend en akelig gezien en dat bloeden is gevaarlijk en vervelend en veroorzaakt allemaal rare klachten. Maakt vrouwen een beetje gek en hysterisch. Dus die twee kanten, die enorme ambivalentie van... hè, hoe over dat orgaan gesproken wordt, dat vond ik echt fascinerend. En wat mij ook wel... wat ik niet wist is dat... wat ik eigenlijk ook in dat boek over borsten ook ontdekte... Want bij borsten heb je ook die twee kanten die zo extreem zijn. De borsten voor, nou ja, het voeden, en dat is zelfs soms bijna heilig met een Madonna met een kindje aan haar borst. En die andere kant van

	<p>de pornoborst en de verleidelijke borst en alle akelige kanten. Dus ik ken geen mannelijk orgaan waar zulke ambivalenties bij zitten. Waar je zulke tegengestelde opvattingen over vindt, dus dat is echt wel iets om over na te denken. Dat we dat dus aan vrouwelijke organen aan de ene kant aan het heilige koppelen, en hele speciale en bijzondere en aan de andere kant is dat ook altijd weer vies en verwerpelijk en bedreigend en gevaarlijk.</p>
NYD	<p>En dan op het moment dat je dus vroeger ongesteld werd, had je dus eigenlijk geen idee wat nou precies... hoe dat dan kwam enzo. Maar dan werd er dus gezegd van: "Dat zijn afvalstoffen." ?</p>
COR	<p>Ja.</p>
NYD	<p>Of zijn er ook allerlei verschillende theorieën of dingen?</p>
COR	<p>Er zijn vast wel nog meer theorieën over, maar wat ik me nooit gerealiseerd had: ongesteldheid kwam wel veel minder voor dan tegenwoordig. Omdat, zodra een meisje vruchtbaar was, waren er vaak al heel snel zwangerschappen. Die werden gevolgd vaak ook door lange tijd van borstvoeding geven, en dan ben je sterk verminderd vruchtbaar, maar menstrueer je vaak ook nog niet. Uhm, en dan kwam er ook vaak weer een volgende zwangerschap. Dus, vrouwen hebben in vroeger eeuwen véél minder dan dat wij nu hebben... We baren tegenwoordig gemiddeld nog 1,55 kind per vrouw in Nederland. Dus de tijd dat de baarmoeder met baren en zwanger zijn bezig is in het leven van iemand met een baarmoeder, beslaat een paar procent. Terwijl vroeger was dat... vrouwen werden niet zo oud. Lang niet iedereen bereikte überhaupt de overgang. Heel veel vrouwen stierven ook in die vreselijke processen van zwangerschap, en zeker ook bij baren. Dus, de baarmoeder was veel meer in bedrijf, in de zin van</p>

	<p>dat daar een kindje in groeide. En het menstrueren was minder vaak voorkomend dan nu. Wij menstrueren, zoiets van 400 keer in ons leven. Wat natuurlijk enorm veel is. En er zijn natuurlijk geen harde feiten over te geven hè. Want dat werd niet bijgehouden, dus het zijn allemaal speculaties. Maar je kunt er dus wel vanuit gaan dat toen er geen voorbehoedsmiddelen waren: als je seks had, dan leidde dat dan toch vaak tot series zwangerschappen.</p>
<p>ML + NYD</p>	<p>Ja. *bevestigend*</p>
<p>COR</p>	<p>En er waren grote gezinnen, er stierven ook kinderen. Of al tijdens de geboorte of tijdens hun eerste, tweede levensjaar. En dan hup weer de volgende zwangerschap. Dus dat hele, hoe wij nu leven, en dat wij nauwelijks meer... maar voor een paar procent van ons leven bezig zijn met zwanger zijn en baren en de rest van de tijd maandelijks door die hele cyclus heen moeten, dat is ook relatief nieuw.</p>
<p>ML</p>	<p>Maar dan was het dus een soort zeldzaam ding dat mensen ongesteld werden, en dús werd het een soort van... ofwel, het is afvalstoffen laten afvloeien of er werden ook wel magische of soort onreine facetten aan aangeknoopt.</p>
<p>COR</p>	<p>Ja, echt zeldzaam was het niet, maar het kwam wel, hè... maar het was niet dat je jaar-in-jaar-uit in je jonge jaren, uhm... nu krijgen vrouwen in Nederland op hun negenentwintig komma nog wat jaar hun eerste kind. Dan zijn ze vaak al twaalf, dertien, veertien jaar, jaar-in-jaar-uit aan het menstrueren. Dus het is niet dat het vroeger zeldzaam was, natuurlijk werd er gemenstrueerd, maar niet zo veel als nu. En er werd raar tegenaan gekeken. En het was vies, en het was lastig. En er deden allerlei verhalen de ronde. En allerlei huismiddeltjes die</p>

	konden helpen, of niet konden helpen. Dus het was heel anders. En je had natuurlijk ook nog geen menstruatieproducten. Dus dat bloeden was ook een behoorlijk vervelende aangelegenheid.
NYD	Hoe los je dat op dan?
COR	Ja, lappen en doeken. Dat is eigenlijk de oudste remedie. Er zijn natuurlijk ook veel culturen waarin vrouwen zolang ze ongesteld zijn, in een aparte hut zijn ofzo, dus dat niet alle andere ook met dat bloeden te maken hebben. Maar de uitvinding van het maandverband. Dat klinkt natuurlijk raar, want dat zijn en soort luiers waren dat in de begintijd. Maar die persoon die dat heeft uitgevonden... dat was toch echt wel een enorme verbetering geweest, om nog maar te zwijgen over de uitvinding van de tampon, dat is helemaal fantastisch.
ML	En de menstruatiecup.
COR	Ook, dat is een hele grote verbetering.
NYD	Ja, love de cup. Je hebt natuurlijk dat taboe van vroeger. Maar je hebt ook gekeken voor het boek van hoe staat het er dan nu voor. Wat... kan je dat schetsen?
COR	Nou ja, dat is niet weg hè, dat taboe. Dat weten jullie ook heel erg goed, daar hebben jullie ook al vaker over gesproken in de podcast. Uhm... ik denk dat die oude noties aan die baarmoeder die twee kanten heeft, van iets heel speciaals en bijzonders en misschien wel bijna heiligs, maar ook iets gevaarlijks en bedreigends en het bloeden is vies en die pijn is naar enzovoort. Dat zit nog steeds in onze cultuur, dus dat bepaalt ons nog steeds, en ik denk dat je nog steeds ook... ja dat kan ik niet beoordelen, maar ik denk dat bijna alle jonge meisjes ook nog denken van: "Oh, oh dit is toch een beetje beschamend." Uhm.

	Als je verkouden bent dan leg je een pakje papieren zakdoekjes gewoon op je bureau. Uhm... maar wie legt er een pakje tampons op haar bureau als ze ongesteld is?
ML	Nou, leuk dat je dat zegt. Maar er zijn..., we hebben een week of twee weken geleden nog een post gemaakt hierover omdat ongeveer het grootste merk in Nederland wat tampons verkoopt, namelijk OB, had laatst nog een reclame waarin er een meisje te zien is en dan staat eronder: "Drie manieren om je tampon te verbergen." En dan heeft ze als voorbeeld: In je BH, in het elastiekje van je staart en, uhm, verstoppen in de broekspijp ergens, en dan rol je je broek om. Dat was de reclame. Manieren om je tampon te verbergen.
COR	Anno 2022, mijn god. *verbaasd*
NYD	*lacht*. Het was een hele leuke opgewekte dame die dan zo een beetje met die paardenstaart zo heen en weer zwiert. Terwijl ze zo heel vrolijk die tampon... ja, verstoppt.
ML	Het was echt, ik dacht ook... we zijn hier toch al voorbij en zéker bij OB zijn ze toch bezig met een soort van het gesprek opengooien, stigma weg, schaamte weg. "Ga toch weg." Maar dat is dus niet zo, want zelfs OB komt dus nog met dit soort missers.
COR	Ja, het is zo ongeloofelijk hè, dat dat dus nog steeds iets is om je zó voor te schamen en dat je dus aangeleerd wordt omdat dus een beetje geheim te houden en te verstoppen. En dat meisjes dat onderling ook doen. Ik herinner me van mijn eigen middelbareschooltijd dat de jongens op een gegeven moment helemaal gefascineerd waren door ongesteldheid. En die gingen dus de hele tijd de tassen van de meisjes afpakken en die keerde ze dan om, en dan rolde dus

	<p>de boeken en de pennen eruit, en dan hóópte zij natuurlijk dat er natuurlijk ook toilettasjes met tampons uit zou rollen. Of nog beter dat er zo maar verpakte tampons uit zouden rollen. Wij vonden dat echt verschrikkelijk. En we beschermden onze tassen met hand en tand, want stel je voor..., nou, ik zou toch zeggen dat hebben we gehad, dat tijdperk. Maar dat is dus nog steeds aan de hand. En als dan een tamponmerk daar dan ook nog eens in zijn reclame naar verwijst... Ik kan dat bijna niet geloven.</p>
ML	<p>Nee, ja. *bevestigend*</p>
NYD	<p>Ja, het is dus gewoon nog altijd gaande. Wel eventjes een noot: want we hebben het nu af en toe over jongens, meisjes en dat wordt ook in je boek, wordt dat ook meteen benoemd. Niet alleen vrouwen en meisjes menstrueren of hebben een baarmoeder natuurlijk. Ook non-binaire mensen, trans mannen. Uhm, dat toch eventjes gezegd hebbende nog een keer hardop</p>
ML	<p>Ja, en je laat ook een trans man aan het woord erover. Over een baarmoeder hebben en zwangerschap.</p>
COR	<p>Het is natuurlijk ook heel recent dat mannen kunnen baren. Dat kan dus als een trans man in transitie is, maar de baarmoeder nog heeft. En dan kun je dus een zwangerschap nog bewerkstelligen in een lichaam wat al verder mannelijk eruitziet. Dat is heel nieuw. Het zou best kunnen dat dit al veel eerder al ook is geweest.</p>
NYD	<p>Ja, want je hebt natuurlijk in het boek... wordt de eerste trans man genoemd die een kind heeft gebaard, maar dat is natuurlijk, ja, de eerste trans man die wij kennen, want er zullen duizenden trans mannen voor deze trans man zijn geweest die ook een kind hebben gebaard, en op een andere manier als trans</p>

	man uiten. Dat weten wij helemaal niet. Maar dat is allemaal niet gedocumenteerd.

COR Nee, en deze persoon is een Amerikaanse man, die, die is dus via Google ook vindbaar en is ook in het nieuws geweest als de eerste man die ooit gebaard heeft. Terwijl ik denk dat dat niet zo is.

NYD Nee, tuurlijk niet.

COR Ik denk ook dat dat al veel eerder is gebeurd, en euh, ook non-binaire personen hebben gebaard.

NYD Ja.

COR Dus dat is eigenlijk een beetje raar om één iemand aan te wijzen.

NYD Ja, de eerste waarvan het dan nu zo duidelijk in het nieuws is, zo kan je 't natuurlijk wel zien.

COR Ja.

NYD Dan eventjes door met alles wat er, euh, eigenlijk mis kan gaan met de baarmoeder, want dat is ook, euh, nou, niet mis. Wat zijn nou veel voorkomende klachten of aandoeningen?

COR Er zijn dus klachten die ontzettend veel voorkomen en waar toch nog steeds niet zo heel veel over bekend is. Dat is Marlies haar werk. Zij is echt hoogleraar in menstruatiestoornissen. En er zijn, nou ja, dat zijn inmiddels wat bekender – endometriose – maar tot voor kort ook nog zeer onbekend. Dat komt bij één op de tien vrouwen voor. Dat is ontzettend veel.

NYD Ja, en zeven jaar duurt het voordat het gediagnostiseerd wordt.

COR Het duurt gemiddeld zeven jaar. Ik heb, euhmn, ook het verhaal van Hilary Mantel, in mijn boek genoemd. Die Engelse schrijfster die in de, ik denk jaren zeventig, ontzettend veel problemen had met buikpijn, en menstrueren en ze voelt zich ook heel somber en akelig. Nou, die is eigenlijk in een, euh, psychiatrische inrichting terecht gekomen omdat niemand die klachten relateerde aan baarmoederproblemen. En toen ze 27 was, toen was dit alles dus al vele jaren bezig, 12, 13, 14 jaar. Toen is pas vast komen te staan dat zij aan een hele, hele ernstige vorm van endometriose leed.

NYD *instemmend* Mhm.

COR En toen heeft ze ook haar baarmoeder laten weghalen. Omdat ze echt, het was zo reddeloos, akelig allemaal, er was geen andere optie meer.

NYD Ja.

COR En al die jaren was dat niet gezien en lag het aan haar. En zeiden artsen van: 'ja - ze studeerde - zo'n ambitieuze jonge vrouw, ja, die krijgen overal problemen van.'

NYD Stress...

COR Dat is stress en zo, tot een psychiatrische inrichting aan toe.

NYD Ja.

COR Het is nog niet zo lang geleden dat dat gebeurde.

NYD Nee, maar dit is natuurlijk nog steeds gaande. Want wat je nu bijvoorbeeld met die long-COVID, daar hebben we ook onlangs een aflevering van gemaakt. Dat, dan zie je ook weer van ja, maar jij hebt stress. Dus jij, dat is niet, dat heeft niets met die COVID te maken. Jij bent gewoon, euh, een soort burn-out heb je nu. Het wordt heel snel, bij vrouwen daarop afgeschoven.

COR Dat geldt ook voor de overgang.

NYD Ja.

ML Ja.

COR Heel veel vrouwen in de overgangsjaren, opvallend veel, krijgen de diagnose burn-out, worden soms naar huis gestuurd met antidepressiva. Terwijl wat er aan de hand is, is een hormonaal probleem. Of is niet eens een probleem, het is hoe de natuur het – helaas dan hè – geregeld heeft. Dat afbouwen van die hele cyclus, dat dat niet zo'n ontzettend vrolijk proces is. Met soms, heel veel ernstige klachten. Maar die, ja, om dan thuis te komen zitten met een depressie, dat is natuurlijk wel wat anders. Dus het wordt vaak gewoon niet gezien.

NYD Nog niet gezien.

COR En niet gerelateerd aan hormonale problemen. Geldt voor endometriose, het geldt ook voor myomen, dat zijn euh, dat worden ook wel vleesbomen genoemd. Nou, dat is een beetje een naar woord, want als je denkt aan een boom, dan denk je aan één of ander iets met takken en uitgroeisels.

NYD Heel vervelend woord, ja.

COR Dat is het helemaal niet, heel naar woord. Daarom heeft Marlies ook voorgesteld om dat woord af te schaffen, omdat het hele verkeerde associaties geeft. En zij noemt het spierbollen.

NYD Ja.

COR En dat zijn het eigenlijk ook. Het is, het is een soort van uitgroei in de spieren, het is een bolletje. Het kan klein zijn maar het kan ook een vrij grote bol zijn. Het kan op een steeltje zitten, of een stengeltje zitten. Maar dat zijn geen bomen in elk geval, het zijn bollen.

NYD *instemmend* Mhm.

COR Dat wordt ook niet altijd onmiddellijk gediagnosticeerd.

NYD En dan kan je d'r kramp van krijgen?

COR Ja.

NYD Of wat voor een klachten moet ik aan denken?

COR Ja, als je een, of als je, die spierbollen, die kunnen dus in de baarmoeder zelf zitten. In de wand van de baarmoeder. Ze kunnen ook in de baarmoederholte zitten.

En ja, een baarmoeder is gewend om dat wat in haar zit, eruit te krampen bij een menstruatie.

NYD Ja.

COR Of als een kind eruit geduwd moet worden. Dat probeert de baarmoeder ook met zo'n spierbol en dat leidt tot heel veel pijn en ellende.

NYD Ja...

ML Het kan toch ook zijn dat je meer, meer bloedt?

COR Ja.

ML Want ik dacht dat ik m'n echoscopie ook kreeg, omdat euh, omdat ze op zoek waren naar spierbollen.

COR Ja. Nee, klopt.

ML Ja.

COR Dus je hebt ook heviger bloedverlies er ook vaak.

ML Ja.

COR En meer pijn en meer krampen en... Ja, kijk, hevig bloedverlies, dat kan van allerlei oorzaken hebben. En het is niet altijd, euh, het kan veroorzaakt worden door zo'n myoom, door zo'n spierbol. Het kan dus ook endometriose zijn. Het kan ook gewoon zijn dat – of 'gewoon' tussen aanhalingstekens – dat jouw baarmoeder daar voor hele extreme bloedingen zorgt. Dus Marlies krijgt patiënten op haar spreekuur en dan moet er eerst uitgezocht worden wat er, euh, aan de hand kan zijn.

NYD Ja.

ML Ja, en soms, soms is het gewoon zo.

COR Ja, en het komt ook wel voor, en ik weet niet of het bij jou heel vroeg was, maar je hebt in die eerste jaren dat een meisje, euh euhmn, net begint te menstrueren, euh, is er nog niet altijd een eisprong. Dat is bij sommigen wel, maar bij anderen niet. En dan heb je soms dat het maar door blijft bloeden. En dat heet 'menorragie des jeunes vierges' en dat is best een heel akelige aandoening, omdat, je bent dus nog heel erg jong en je wordt voor het eerst ongesteld en het is meteen ontzettend extreem, met heel heel heel veel bloed. Dus dat is – vaak ook veel pijn – maar 't is dus een ontzettende schok als je van de allereerste keer af aan meteen te maken hebt met zulk heftig bloedverlies. Dat komt ook redelijk veel voor, dat moet gewoon – meestal is het best omdat toch te behandelen met iets van hormonen, van de pil. En als je dat dan een jaar of anderhalf jaar doet, kan je daarna er ook rustig weer mee stoppen als je dat wil. En dan is die cyclus inmiddels normaal geworden

en zijn er wel eisprongen en neemt dat enorme bloedverlies ook af. Ja, ik had daar ook nog nooit van gehoord, maar het lijkt me heel naar als je op je dertiende met zo'n heel bloedbad te maken hebt elke maand.

NYD Ja.

ML Ja.

NYD En vervolgens dat de omgeving niet altijd door heeft hoe heftig natuurlijk wel is. Want ja, je kan het ook niet altijd zien. En dat de reactie ook veel is, wat echt ook in jullie boek wel veel voorbijkomt, is 'dat hoort er nou eenmaal bij.'

COR Nou, dat is dus echt een zinnetje dat de hele tijd gebruikt wordt, als het over deze problemen gaat. En dat zinnetje dat geven wij aan elkaar door als vrouwen en vriendinnen. Dat geven moeders aan dochters door, en tantes aan nichtjes, en huisartsen aan patiënten. En iedereen gebruikt dat geruststellende zinnetje: 'ja, bloed en pijn hoort er nu eenmaal bij.' En het is maar tot zekere hoogte waar. Want je moet eerst eigenlijk vaststellen of het normaal is, wat er in jouw geval gebeurt. En niet alle pijn en bloed hoort erbij. Sowieso, hoezo zou heel veel pijn erbij moeten horen, anno 2022?

NYD *instemmend* Mhm

COR Er zijn allerlei oplossingen mogelijk, dus het is heel jammer dat we nog steeds, en dat geldt ook voor de overgang, daar wordt ook heel vaak gezegd: 'ja, mevrouw, dat is nou eenmaal zo, dat hoort er nou eenmaal bij'. Dus heel veel van de best wel pittige problemen waar vrouwen mee te maken hebben worden weggewimpeld.

NYD Ja.

COR En je kan je echt afvragen, en ik vraag het me ook af, wat als mannen dit soort pijn hadden?

NYD Cismannen, ja, precies.

COR Zouden dan, zouden we er dan ook op deze manier over praten? Of waren er dan al lang allerlei remedies?

NYD En dat zoiets als endometriose dus 7 jaar duurt, dat zal, dat zit 'm natuurlijk deels in dat er niet altijd evenveel geld naar onderzoeken gaat. Maar ook natuurlijk deels in – als jij jezelf hebt wijsgemaakt 'het hoort erbij' of 'ik moet me verbijten' of 'nou ja, ik lig er nou eenmaal twee dagen af in de maand'. Dan zal je natuurlijk minder snel die stap nemen en ook jezelf, ja, makkelijker weg laten sturen. Dan wil ik niet de schuld bij de patiënt leggen hoor. Maar dat je denkt, oké, nou, als iedereen zegt 'het hoort erbij', dan hoort het erbij, ja.

COR Nou ja, zo'n zinnetje: 'het hoort erbij', dus het positieve ervan is ook geruststellend en, euh, als een huisarts dat tegen je zegt van: 'joh, vervelend, maar het hoort er gewoon bij.' Euhmn, dan kun je je niet serieus genomen voelen. Maar het kan ook zijn dat je toch denkt: oh, gelukkig.

NYD Nou, er is niets raar.

COR Het is niets engs. En je hebt vaak al, euh, heel lang moed zitten verzamelen om überhaupt naar die huisarts toe te stappen.

NYD *instemmend* Mhm.

COR Omdat nog steeds niet een ontzettend leuk onderwerp is om ter sprake te brengen. Omdat de onderzoeken die d'r bij horen ook door veel, met name jonge meisjes, vrezen dat ook de eerste keer dat je dat moet laten doen. Dus als je dat eenmaal gedaan hebt, en je bent naar die huisarts gestapt. En die huisarts zegt: 'nou ja, het valt allemaal mee, het is heel gewoon, het hoort erbij.' Dan is dat ook een enorme geruststelling. Je kan het, de pijn allemaal, en het bloeden gaan gewoon door. Je hebt er nog steeds enorm veel last van, maar het duurt misschien wel jaren voordat je opnieuw aan de bel trekt.

NYD Ja. Ja, logisch.

ML Wat zou je aan luisteraars willen meegeven dan, als er mensen luisteren die problemen ervaren rondom hun baarmoeder?

COR Nou ja, ik zou ze willen meegeven dat het, euh, dat het belangrijk is om na te gaan of het er inderdaad bij hoort of dat je te maken hebt met iets dat dus behoorlijk ernstig is en waar misschien wel een gynaecoloog naar moet kijken en ook bij jouw huisarts daarop aandringen en zeggen van: 'ik weet dat het erbij kan horen, maar ik heb toch het gevoel dat het in mijn geval anders is, ik zou graag doorgestuurd willen worden naar een gynaecoloog.'

NYD Ja.

COR Het is natuurlijk lastig om dat voor jezelf vast te stellen, maar als jij enorm veel bloedverlies hebt en je ervaart dat als extreem, dan is dat eigenlijk al reden genoeg om je te laten doorsturen.

NYD Ja.

COR En hetzelfde geldt eigenlijk voor pijn, want pijn kunnen we ook niet goed meten. Dus jij zegt van: 'die pijn is extreem, ik kan niet normaal functioneren, een paar dagen per maand', dan is dat echt een reden om je niet te laten wegsturen met: 'een beetje pijn hoort erbij'...

NYD Ja.

COR ...en neem een paracetamol.

ML Ja.

NYD Ja, ik las ook over de *gender pain gap*, dus dat pijn van vrouwen lang niet altijd serieus genomen wordt en dan is het ook nog zo dat, van vrouwen in het algemeen, maar bij zwarte vrouwen, vrouwen van kleur, wordt het nog minder serieus genomen worden. Dus dan moet je al...

COR Ja, dat zijn echt angstwekkende cijfers als je dat leest. En dan hebben ze dus ook gekeken in onderzoeken als er over pijn van vrouwen wordt gesproken, versus pijn van mannen, dan wordt pijn heel vaak met allerlei met allerlei emotioneel beladen termen.

NYD – *leest voor uit Biografie van de baarmoeder* Overgevoeligheid, simulatie, klagerigheid en hysterie. Ja.

ML – Hysterie, ach

COR – En dat wordt over pijn van mannen absoluut nooit gezegd.

NYD – Ja erg hé?

COR – Dus het is een heel... en dat is natuurlijk wel iets vanaf het moment dat je op je weet ik veel, 12^e of 13^e voor het eerst menstrueert, tot en met na die overgang, d'r

zijn nogal wat, uh, momenten in het leven, dat die baarmoeder en die hele hormonale cyclus voor pijn kunnen zorgen.

NYD – Ja

COR – Dus dat zijn de menstruatiekrampen, dat zijn de ziektes en problemen die je kan krijgen aan de baarmoeder, maar dat is ook het baren zelf, en dat is vervolgens ook het feest van de overgang.

NYD – Ja

COR – Dus al die momenten kunnen gepaard gaan met heel veel pijn, veel bloed, en vaak ook nog met allerlei minder vrolijke gevoelens.

NYD – Maar tegelijkertijd is het dus blijkbaar nog altijd moeilijk om wetenschappelijk onderzoek naar baarmoederproblemen gefinancierd te krijgen lees ik ook in jullie boek.

COR – Ja daar had je Marlies over aan het woord moeten laten

NYD – Ja die had daar vast vurige pleidooien te houden

COR – Naja het is voor haar ontzettend frustrerend

NYD – Ja

COR – Want zij uh, alleen al dat, hé, dat zij hoogleraar is in menstruatiestoornissen, sommige mensen zullen dáár al om gaan giechelen van, ha ha, hoezo hoogleraar? In zo'n vak, maar het is in ieder geval voor haar vaak heel erg lastig om onderzoek gefinancierd te krijgen.

NYD – Ja

COR – En onderzoek naar allerlei hele geavanceerd en slimme vruchtbaarheidstechnieken, dat staat veel hoger in aanzien en daar gaat het geld veel makkelijker naartoe. Ze zijn enorm gericht op die taak van de baarmoeder, van het voortbrengen van nieuw leven, en daar is ook, zijn enorme fascinerende stappen gezet. En dat wil ik ook helemaal niet ontkennen, maar wat de baarmoeder in die, in de rest van het leven met een baarmoeder allemaal kan veroorzaken, daar is relatief weinig onderzoek naar gedaan. Uhm, en dat wordt ook niet, het is niet in de meeste gevallen niet levensbedreigend hé, je kan dus veel bloedverlies hebben, en je daar heel ellendig van voelen, je kan daar ernstige bloedarmoede van krijgen, dat kan als het heel extreem wordt wel levensbedreigend worden, maar in principe zijn die baarmoederklachten zijn goedaardig, de meesten. Uhm, maar ze veroorzaken ontzettend veel last.

NYD – Ja

COR – Dus voor het onderzoek is dat al een beetje lastig want we zeggen; dat hoort er gewoon bij. Uhm. Het is niet levensbedreigend, dus kom, laten we het geld in kanker steken ofzo. Ik noem maar wat.

NYD – Ja. Ja, ja, ja. Ik had dus wel gelezen, dat had iemand naar ons doorgestuurd dat in Frankrijk nu d'r geld is vrijgekomen voor endometriose en dat was wel een goede klap geld ook geloof ik.

COR – Ja dat is een enorme klap geld, er zijn ook meteen uh, in de Tweede Kamer vragen over gesteld van moeten wij dat niet ook gaan doen. Het is natuurlijk toch wel heel raar dat een behoorlijk ernstige ziekte, waar op 1 op de 10 vrouwen, mensen met een baarmoeder, aan lijdt, dat daar eigenlijk, de oorzaak daarvan, kennen we

nog steeds niet. En de behandelingen daarnaar, ja die zijn ook, daar is niet heel veel duidelijkheid over, wat nou werkt en wat niet werkt.

NYD – Ja.

ML – Nou het is in ieder geval fijn dat een land als Frankrijk daar nu onderzoek naar gaat doen want daar profiteert natuurlijk ook de hele wereld van. Maar treurig dat het zo lang heeft geduurd.

NYD – Ja, en terwijl dat baren dus wel heel veel aandacht krijgt. Terwijl dat dus maar 2% eigenlijk als je het gemiddeld ziet van het leven inneemt

COR – Ja, inmiddels wel he en dat is natuurlijk heel snel is dat afgenomen, hé, de hoeveelheid kinderen die vrouwen baren, en met de introductie van de pil in de jaren 60 kregen vrouwen voor het eerst ook macht over de eigen vruchtbaarheid. En vanaf dat moment zie je ook dat het uh, kindertal daalt, en dat vrouwen ook zeggen van nou er zijn ook andere leuke dingen in het leven dan alleen maar baren, dus kom laten wij een carrière hebben, uhm, of op reis gaan, of andere dingen doen. Dus het, ja, het aantal kinderen dat vrouwen gemiddeld nog baren is in, in elk geval dit deel van de wereld wat laag, en de rest van de tijd leef je met dat orgaan, en dat kan best een hoop last bezorgen in die tussentijd.

NYD – Ook trouwens altijd goed om te noemen; ga dat onderzoek doen als je uitgenodigd wordt voor de baarmoederhalskanker uh, swiipe, of swap, hoe noem je dit *gelach*

ML – Bevolkingsonderzoek

NYD – vanaf je 30^e

COR – Ja want dat baarmoederhalskanker merk je niet zo snel en als dat uh, hé, als je daar inderdaad kwaadaardige cellen hebt zitten die zich gaan ontwikkelen tot kanker, uh, dan, dat is wel belangrijk om daar op tijd bij te zijn. Als je dat nou bij het bevolkingsonderzoek uh, als het dan gezien wordt, dan is behandeling betrekkelijk eenvoudig en ben je er ook zo weer vanaf. Maar als je het laat ontsporen dan kan het echt levensbedreigend worden.

NYD – Ja, is altijd goed om eventjes weer benoemd te hebben.

COR – Ja. Het is natuurlijk allemaal niet leuk maar er zijn tegenwoordig ook thuissetjes voor, voor, iemand die liever dat zelf gaat experimenteren.

NYD – Ja, ik heb dat zelf ook gebruikt ja dat was echt top. Terwijl ik had het niet eens zo erg gevonden maar het is ook gewoon weer, je moet dan weer ergens heen en soms denk je, ugh, dan maar liever thuis.

COR – Ja, geen zin in.

NYD – Ja. Trouwens over die, uh, heel even over zo'n onderzoek laten doen, want het gaat ook in het boek even over zo'n stoel waar je dan, uh, in komt te liggen, maar dat is ook eigenlijk redelijk nieuw eigenlijk dat we dat gebruiken

COR – Ja, dat is, het is ontwikkeld in de 17^e eeuw door iemand die uh, een man natuurlijk, die, een chirurgijn, die het onderste deel van het bed van zo'n behandeltafel, dat liet zakken. En dan krijg je natuurlijk makkelijker zicht, dus eigenlijk is dat het hele idee van die, zeg maar, dat prototype gynaecologische stoel, waarin de vrouw achterover ligt, plat op haar rug, met die benen ergens bungelend in de lucht, in die steunen, dat hele klassieke uh ding. Dat is gewoon ontwikkeld

omdat het voor mannen vrij, of naja artsen, maar dat waren vaak mannen, makkelijk is en het geeft ze goed zicht. Terwijl om te baren is het absoluut niet de meest, uh, praktische houding als je een beetje meer, uh, erbij betrokken wil zijn zelf. Dan kun je beter wat overeind zitten. Bovendien werkt de zwaartekracht dan ook mee.

NYD – Ja. Dus dan heb je bijvoorbeeld de baarkruk die je dan kan gebruiken.

COR – Dan heb je de baarkruk ja, dat de zwaartekracht meewerkt kan ook weer een nadeel zijn hé, want dan is het risico op inscheuren weer groter.

NYD – Oh maar hier heb ik ook iets heel grappigs over gelezen in je boek, het idee van de schootster, kan je daar iets over vertellen?

COR – Ja! Ja dat waren vrouwen, stevige potige dames,

NYD - Lekker sterk

COR – die deden dienst als schootster, en de barendende vrouw kon bij hen op schoot zitten en dan aan haar, aan weerskanten van de schootster stonden dan twee hulpjes, die hielden de barendende vrouw onder de oksels vast, en dan kon dus die schootster zat wijdbeens, en dan kon de barendende vrouw zo als een soort levende baarkruk zo op die manier een kind ter wereld brengen.

NYD – Maar die hulpjes konden dan ook helpen om het tegengaan van het perineum, dat het niet ging scheuren

COR – Ja

NYD – En dan konden ze er een doek tegenaan

COR – Ja, een warme doek, dus die hielden daar een warme doek tegenaan. En de vroedvrouw zelf die zat dan, uh, op de grond, voor en die kon dan het kindje opvangen en die schootster of die twee hulpjes die hielden dan het doek dan tegen, het perineum is het stukje tussen de vagina en de anus.

NYD – Ja, dat het ook niet uitscheurde

COR – Dat kan inscheuren en als het gebeurt is dat verre van leuk

NYD – Ja, geweldig wel dat dit allemaal bestond. Toch

ML – En wat doet de baarmoeder nou, welke rol speelt de baarmoeder zelf nou bij het baren?

COR – De baarmoeder is degene die de weeën veroorzaakt, dus het, het eerste deel van de baring dat zijn de ontsluitingsweeën, dus de baarmoedermond moet opengaan, en die is, die is altijd dicht, hé, dus dat, dat, we weten allemaal hoe naar het is als je iets door de baarmoedermond heen wilt doen zoals bijvoorbeeld een spiraaltje of zoiets, dus uhm, die baarmoedermond zit heel stevig dicht. Die ontsluitingsweeën die zorgen dat de baarmoedermond zich gaat openen, uh, en dat gaat dus door een soort krampende beweging van de baarmoeder gaat die baarmoedermond langzaam open, en het deel twee van een bevalling dat zijn de baringsweeën, of dat, dat gaat de uitdrijvingsfase is dat, dan zorgt de baarmoeder dus dat dat kindje naar buiten wordt geduwd. En dat is echt een behoorlijke, voor een spier op zo'n enorme rek, en dan zoveel kracht genereren, dat vind ik wel echt uniek.

NYD – Maar het is ook nog steeds niet helemaal bekend wat er nou precies voor zorgt dat er een op een gegeven moment uitgedreven gaat worden.

COR – Nee, nee.

NYD – Dat vind ik ook wel fascinerend

COR – Wat een baring in gang zet dat weten we niet precies, daar is lang gedacht dat het het kind was, dat een signaal geeft op een of andere manier, het moet een samenspel zijn tussen moeder en kind

NYD – Ja.

COR – Het wordt waarschijnlijk ook al voorbereid een aantal dagen, en als het moment daar is, is het niet te missen

NYD – En onomkeerbaar toch?

COR – Maar je kunt het dus niet, en ook als het echt doorzet is het onomkeerbaar, dan kan je echt niets anders meer dan gaan baren. Dat is eigenlijk ook wel volkomen logisch. En al die verhalen over wat je eraan kan doen hé, want op een gegeven moment, ja, je kan erdoor overvallen worden maar het kan ook zijn dat het gebeurt zoals bij mij, dat je kind best wel lang blijft zitten en dat je denkt het mag nu echt

NYD – Nu mag het wel gebeuren

COR – Ja, nou dan zijn er allerlei verhalen over wat je dan zou kunnen doen om het te bespoedigen

NYD – Wonderolie

COR – Wonderolie

ML – Seks hebben toch?

COR – Seks hebben, ja. Ja. Naja, en, het strippen, daar is tussen vroedvrouwen en gynaecologen altijd discussie over. Vroedvrouwen doen dat, die maken dan met hun vingers een beetje zo, rond de baarmoedermond, de vliezen los

NYD – Maar doet dat dan niet ook heel veel pijn?

COR – Nou het is niet een heel leuk gevoel, maar ik vond het ook niet verschrikkelijk.

NYD – Oke.

COR – Uhm, en dat zou dan helpen om de bevalling op gang te brengen. Maar gynaecologen zeggen, de meeste gynaecologen zeggen van nou, wij geloven daar niet in. Nouja er zijn ook voetreflexmassages

NYD – Ohja

COR – Die zeggen ook dat ze dat doen. En zo zijn er lijsten ook nog in onze tijd zijn er heel veel van die middeltjes en van die bakerpraatjes, uh, en van dit helpt en dat helpt. En het kan natuurlijk best dat het in jouw geval werkt.

NYD – Naja het ding is natuurlijk, als jij steeds dichterbij het punt staat om bij het bevallen te komen, dan als je dan toevallig de dag daarvoor een behandeling

COR – Dan denk je dat het werkt

NYD – Ja dat is logisch

ML: Ja. Hé en van het baren dan nog eventjes naar de laatste fase: De overgang. Hier willen we trouwens nog een keertje een hele aflevering over maken want de

overgang verdient een hele aflevering! Maar toch nog even kort wat vragen: Welke veranderingen gaat de baarmoeder door als de menopauze of de overgang begint? En wanneer begint de overgang ook alweer?

COR: Ja, dat is een goede vraag. Het begint meestal ergens in de tweede helft van de veertig, maar het kan al eerder zijn. Uhm, het wordt al eerder voorbereid. Dus de cyclus veroudert al vanaf je vijfendertigste.

ML: Jaahaa, dit las ik en dit vond ik heel schokkend want ik word dit jaar vijfendertig!! Dus toen dacht ik: "Oooh nee!!!". [lacht zenuwachtig]

NYD: It's happening!! [lacht]

COR: Nee, ja, dat zijn dus, je kan hier statistisch... Ik weet ook nog wel dat... Ik was ook laat met mijn zwangerschap en dat ik dus ook die statistiekjes zag en dacht van: "Ooeijjhh... Je vruchtbaarheid begint al wel af te nemen vanaf je dertigste en vanaf je vijfendertigste gaat dat hárdere, en rond de veertig is het natuurlijk...". Nou ja, maar er zijn ook voorbeelden van vrouwen die dik in de veertig nog zwanger worden. Het is niet voor iedereen hetzelfde en dat geldt eigenlijk ook voor het begin. De één is met tien jaar al ongesteld en iemand anders is vijftien of zestien voor het begint.

NYD: Hmm, hmm.

COR: Dus daarin zit gewoon... Dat weet je ook gewoon niet precies. Wat een klein beetje een voorspeller kan zijn is dat je weet van je moeder wanneer zij in de overgang kwam.

NYD: Ooh ja, dat is wel even goed om te vragen.

COR: Dat is wel slim om misschien te checken. Misschien ook nog wel aardig om te checken of die moeder er veel last van heeft gehad. Dat kan natuurlijk ook.

NYD: Ja.

COR: Dat is ook heel verschillend. Er zijn vrouwen die er echt fluitend doorheen gaan en er zijn ook vrouwen die er óngelooflijk veel last van hebben. Dus dat kan ook nog.

NYD: Ja.

ML: Ik herinner me de opvliegmomenten nog wel, dus ja... zin in. [lacht]

COR: Ja?

NYD: Maar jij hebt nu al opvliegers, dus dat belooft wat...

ML: Ja ik heb nu al opvliegers, ja... [lacht]

COR: Dat soort opvliegers zijn niet het allerleukste, nee. [lacht]

ML: Zin innnn.

COR: Maar goed, het begint dus langzaam al wat te verouderen, de cyclus, en je bent natuurlijk eigenlijk begin twintig op je vruchtbaarst. Sowieso zitten we zo biologisch in elkaar. Het feit dat wij gemiddeld onze eerste zwangerschap op ons negenentwintigste hebben is natuurlijk vrij laat.

NYD: Ja dat is laat. En welke veranderingen maakt de baarmoeder zelf door?

COR: Nou het grappige is, en dat heb ik ook door het schrijven van dit boek ontdekt, is dat de baarmoeder zelf niet... Ja uiteindelijk na de overgang wordt de baarmoeder kleiner, dus er blijft niet zo héél erg veel van over. De eierstokken verschrompelen...

NYD: Nee, van peer naar...?

COR: Nou, het wordt toch een heel klein mini peertje.

NYD: Ja. [lacht]

ML: [lacht]

COR: Ik heb toevallig mijn eigen baarmoeder laatst wel gezien op een echo. Dat zag er dan wel kleiner uit, maar nog wel heel mooi die vorm.

NYD: Leuk.

COR: Uhm, dus de baarmoeder wordt kleiner, maar als je het zou willen... Want de reden dat de baarmoeder buiten bedrijf raakt is omdat de hormonale aansturing ophoudt. Maar, als je het zou willen, zou de baarmoeder haar werk nog wel kunnen doen.

ML: Hmmm.

COR: En dat is zo'n fascinerend feit dat ik echt nog niet wist.

Baarmoedertransplantatie is tegenwoordig mogelijk als een jonge vrouw geen baarmoeder heeft. Bijvoorbeeld omdat ze zonder baarmoeder is geboren of omdat ze haar baarmoeder is kwijtgeraakt door bijvoorbeeld een ziekte of door kanker of wat dan ook. Nou, en als zij dan via een baarmoedertransplantatie zwanger zou willen worden, kan je dat aan de moeder van die vrouw vragen. Ook als die moeder al na de menopauze is. Als die baarmoeder bij die moeder wordt weggehaald en die wordt in het lichaam van die jonge vrouw geplaatst en de hormonale aansturing is daar nog intact, dan komt die baarmoeder weer helemaal tot leven!

ML: Wauw!

COR: Dus je kunt dan, en dat is dus ook al gebeurd, je kan dan als jonge vrouw dus zwanger worden met de baarmoeder waar je zelf uit voortkomt. Dat is echt...

ML: Ongelooflijk!!

NYD: Unbelievable!!

COR: Ik vind dat echt zo'n fascinerend verhaal!

NYD: Ze zijn zo ver met alles!!

ML: En dat gemiddeld bij baarmoedertransplantatie-zwangerschappen, dat 80% van de zwangerschappen succesvol is! Dat is toch ook...?! [verwonderd]

COR: Ja, dat is ontzettend veel. Dat wordt ook met IVF meestal gedaan, maar het gaat, het lukt dus goed. Dus het is dan ook heel fascinerend dat iemand de moed heeft gehad, dat is een Zweedse onderzoeker geloof ik, die heeft zich enorm hard gemaakt om dat voor elkaar te krijgen. Die vond dat leed van mensen die niet zwanger konden worden en daar ontzettend veel verdriet door hadden zo indrukwekkend dat die dacht: "Daar moet iets aan te doen zijn!". En dat is dus meer dan gelukt.

NYD: Maar het is dus nog niet zo dat als bijvoorbeeld een transvrouw zou willen... Dat is nog niet mogelijk toch?

COR: Nee, volgens mij nog niet. Maar, dat kan misschien op den duur ook. Maar het is ingewikkeld want in het lichaam van iemand die als vrouw geboren is, heb je een baarmoeder en één van de belangrijke kenmerken van die baarmoeder zijn die speciale bloedvaten waarmee die baarmoeder verbonden is. Zo'n speciaal bloedvat is een heel dik bloedvat, maar ook een bloedvat dat zich kan aanpassen tijdens een zwangerschap. Tijdens de zwangerschap kan dat bloedvat veel meer bloed vervoeren dan buiten een zwangerschap. Dat soort bloedvaten heeft het mannenlichaam niet.

NYD: Hmm.

ML: Maar het is dus waarschijnlijk wel zo dat als je zonder baarmoeder geboren bent, uhm, dat de set-up van je lijf wel zo is dat er een baarmoeder in kan met een baarmoedertransplantatie?

COR: Nee, dat...

NYD: Nou, dat bloedvat?

COR: Als je zonder baarmoeder geboren bent, weet ik het niet. Dat hangt er dus wel vanaf of... Er zijn dus allemaal vormen van aanlegfoutjes in de embryonale fase en één van die aanlegfouten kan zijn dat iemand zonder baarmoeder geboren wordt. Die heeft ook vaak een kleine en ondiepe vagina. En het is natuurlijk de vraag. Je kan allerlei varianten hebben, als er wel eierstokken zijn en er zo'n bloedvat zit, dan is dat een andere situatie dan wanneer dat er niet is.

ML: Ja, ja.

COR: En dat zijn wel zeldzame aandoeningen, maar wel hele aangrijpende aandoeningen. En het duurt vaak ook wel een tijdje. Je komt er meestal pas achter als je opgroeit en er komt geen menstruatiecyclus op gang. Dan denk je eerst nog een paar jaar: "Ik ben gewoon laat, mijn vriendinnen zijn al ongesteld maar bij mij is het nog steeds niet begonnen.". En dan op een gegeven moment, als je dan zestien of zeventien bent denk ik, dan gaan ze er echt eens naar kijken en dán kan blijken dat je een zeldzaam syndroom hebt en dat je geen baarmoeder hebt.

NYD: Ja.

COR: Maar dat is wel, dat komt heel weinig voor. Gelukkig.

NYD: Het is wel, uhm, ik denk dat mensen nu maar gewoon het boek moeten gaan lezen, toch?

ML: Ja, echt hoor. En nou ja, er zijn gewoon... Je gaat in het boek gewoon zó door de wervelwind van alle onderwerpen heen en alle onderwerpen op zich verdienen gewoon een eigen aflevering. Nou hebben we over een paar al een aflevering gemaakt. De overgang-aflevering komt er zeker! Maar, ga allemaal dit boek kopen en lezen en leer over de baarmoeder! [lacht] Dankjewel!!

COR: Wat misschien nog leuk is om over het boek te zeggen, is dat er ook heel veel ervaringsverhalen in zitten.

ML en **NYD** in koor: Ja, ja, ja!

COR: En dat het dus niet alleen maar een theoretisch verhaal is.

NYD: Sowieso is het níét saai!!

ML: Nee!!

NYD: Dat kan ik sowieso al vertellen! Maar, er komen inderdaad ook allemaal mensen aan het woord die hun eigen ervaringen hebben en hun verhaal delen.

Dankjewel!

COR: Bedankt!

SPONSORTIJD TUNE

ML: Oh my god, de tijd vliégt, hoe laat is het? Het is SPONSORTIJD!!

NYD: En die sponsor heet: HOTEL WONDERLAND!

ML: Hooo-tel wonder-laaaand! God ja, waar beginnen we, met deze geweldige ervaring. Want dat is het, een ervaring. We mochten er zelf heen omdat deze belevenis bijna niet in woorden te vatten is.

NYD: Zal ik een poging doen?

ML: Doe het!!

NYD: Oké, het is de eerste grootschalige immersive theatervoorstelling van Nederland, ook wel 'onderdompeltheater' genoemd. En dat betekent dat je als bezoeker létterlijk tussen de acteurs rondloopt. Je begeeft je onder de acteurs in een wonderlijke wereld, ik kan het niet anders beschrijven, die net zo groot is als een voetbalveld.

ML: Ja, het is mágisch. En het bevindt zich in een omgebouwde fabrieksruimte op het HemBRUGterrein in Zaandam, dat is dus vlakbij Amsterdam. Het is een gigantische ruimte die helemaal omgebouwd is om de acteurs daar dus te laten spelen en om jouw helemaal rond te laten dwalen in, nou ja, een magische wereld dus.

NYD: Ja, we hebben een soort raar kattenhuis gezien, we hebben auto's, lampjes, een bos, geheime ruimtes die je kan ontdekken...

ML: Een boomhut!

NYD: Ik denk dat we ook heel veel ruimtes niet ontdekt hebben.

ML: Ja.

NYD: Water! Ja, we kunnen niet teveel weggeven, maar het is écht... it's magic, het is wonderlijk!

ML: Ja, en de ene keer zit er een deur op slot en dan tien minuten later is die open. Maar goed, er bewegen zich in die wonderlijke wereld twaalf personages. En het verhaal van die personages is... Nou ze maken natuurlijk allemaal een eigen verhaal door, maar ze staan stuk voor stuk op een kruispunt in hun leven. Ze moeten een keuze maken en ze betrekken jou als bezoeker dus bij het maken van die keuze. Ze gaan door een proces heen. En dat betekent dus ook dat je ze letterlijk volgt. Je bent heel dichtbij ze. En dat betekent dus ook dat ze soms tegen je kunnen praten of dat ze je uitnodigen om iets te doen.

NYD: Dat vonden wij éinig, maar als je dat niet wil is dat ook geen probleem.

ML: Nee.

NYD: Dan is het geen awkward situatie, gewoon niet reageren en dan gaan ze meteen door op een volgend persoon of ze doen hun eigen ding weer.

ML: En als introvert typ en als extravert typ, het is gewoon enig.

NYD: Het is echt de bedoeling van, je leunt bijna over de schouder van de acteur heen. Je probeert als zij een brief lezen die mee te lezen. Soms gaan ze ook in interactie met elkaar, met de andere acteurs. Nou, het is echt...

ML: Het is echt 'in hun nek hijgen' en gewoon heel erg dichtbij zijn en het meemaken.

NYD: En dan ga je weer naar een ander personage. Of je gaat even naar de bar. Je kan er trouwens ook heerlijk eten. Het zit bij de prijs in.

ML: Jahaa, en het ook echt allemaal, nou ik weet niet of het allemaal vega is...

NYD: Maar wel veel!

ML: Ja, ze hebben echt wel lekkere vega hapjes. Nou ik was helemaal tevreden.

NYD: Je moet het zelf gaan beleven. Dat is eigenlijk alles wat ik erover wil zeggen.

ML: Ja, dat is de enige manier.

NYD: De prijs is normaal €110, maar nu tijdelijk €95. Dat is dus voor een avondvullende theaterervaring, het duurt echt meerdere uren, en het is dus inclusief dat heerlijke eten dat ik net noemde en gratis parkeren. En het is elke vrijdag, zaterdag en zondag.

ML: Ga naar hotelwonderland.nl voor info en tickets.

TUNE DAMN, HONEY YES & NO

NYD: Tijd voor onze afsluitende rubriek de DAMN, HONEY YES en NO. Marie Lotte, jij hebt de 'no' deze week, waar werd je boos van?

ML: *aangedane stem* Ja even een TRIGGER WARNING voor het begin want ik

uhm ga het hebben over seksueel geweld of een verkrachting in oorlogen en in het bijzonder de oorlog in Oekraïne.

Uhm ik vind het een heel zwaar onderwerp, ik ben er ingedoken maar het is gewoon ja, het is vreselijk want naja de Oekraïne, de oorlog in de Oekraïne duurt, duurt voort en er komen steeds meer verhalen boven drijven over seksueel geweld door het Russische leger tegen het Oekraïense volk. Wat ik voornamelijk nu lees is tegen Oekraïense vrouwen en meisjes, soms wordt het woord kinderen ook wel gebruikt. Ik weet niet of dat compleet is, ik denk ook dat dat misschien tegen naja mannen, non-binaire mensen maar het lijkt er dus op dat verkrachtingen uh door het Russische leger worden ingezet als oorlogswapen en dat gebeurt vaker, zo niet altijd, in oorlogen dat er seksueel geweld wordt ingezet als wapen.

Euhm ik kwam een boek tegen van Christina Lamb, en uhm zij heeft het boek geschreven *Our bodies, their battle fields, what war does to women* en ze heeft het dus voornamelijk over vrouwen en meisjes en uhm haar boek gaat over oorlogsverkrachtingen wereldwijd. Zij noemt het, het goedkoopste wapen dat de mens kent.

Ik heb dit boek niet gelezen maar wat ik er over gelezen heb is het eh wel echt een tip als je je hierin zou willen verdiepen. Ja euhm ik, ik weet niet zo goed wat ik moet zeggen want in ben er gewoon erg van onder de indruk dat er uhm zulke ernstige verhalen zijn. Het is verboden om mensen te verkrachten, ook in de wereld van de oorlog. Er gelden wetten uhm je mag niet verkrachten, seksueel geweld gebruiken en iedereen die dat wel doet en iedereen die medeplichtig is aan zulke daden die pleegt oorlogsmisdaden. En uhm de vreselijke verhalen over seksueel geweld en over verkrachtingen die nu naar boven komen die worden zoveel mogelijk

gedocumenteerd, bijvoorbeeld door de organisatie 'Human Rights Watch' je kan op hun website best wel gedetailleerde verhalen vinden, ik zal er verder niet te diep op in gaan. Uhm maar nu veel gebieden dus bijvoorbeeld rondom Kiev en in Boetsja bijvoorbeeld weer worden verlaten uh wordt de schaal van dat seksueel geweld wel steeds duidelijker Marie-Lotte zucht/snift, ik wordt er helemaal emotioneel van. Uhm naja, tussen de lichamen die daar gevonden worden zitten bijvoorbeeld veel kinderen met sporen van seksueel geweld en uhm Human Rights Watch heeft nu een aantal verhalen opgetekend, er worden foto's verzameld, rapporten uit het ziekenhuis bestudeerd, uhm maar dat is natuurlijk ook heel moeilijk wel in een land waar de oorlog nog volledig gaande is, en waar het allemaal nog woedt. Uhm ze zeggen bij Human Rights Watch ook, we zitten nog vroeg in het conflict, en ik vrees dat we nog veel mee van dit soort verhalen gaan horen, vooral vanuit plekken die momenteel nog onder controle zijn van de Russen.

Pas als zij zich terugtrekken kunnen we echt onderzoek gaan doen. Dus wat er bijvoorbeeld in Marioepoel gebeurt en is gebeurt daar kunnen we nu alleen nog maar naar gissen. En het uhm voelt heel machteloos want de hulp voor slachtoffers is ook niet optimaal nu, er speelt natuurlijk alsnog ook heel veel schaamte, angst voor stigma, vernedering, uhm waarschijnlijk komt lang niet iedereen met diens verhaal naar buiten. Er is een hele grote groep mensen een onbeschrijfelijk groot trauma aangedaan, hun leven is verwoest en de samenleving is ontwricht, uhm ja naja wat ik erover wil zeggen is nog : het is goed om dat de verhalen worden vastgelegd en dat er getuigenissen worden afgenomen, uhm in de hoop dat de daders uiteindelijk ooit berecht zullen worden voor het internationaal strafhof, ook al is dat dus heel heel moeilijk. Want de kans is klein, volgens mij is het uhm

verkrachtingen zijn ook niet, nog niet zo heel erg lang uh, daadwerkelijk voor de wet verboden. Uhm naja het is dus ook moeilijk om misdadigers te berechten uhm nou Plan International is bezig met medische en psychologische hulp bieden aan de slachtoffers, uhm ja, ja, wat kan ik erover zeggen...?

NA en ML door elkaar: NA: Het is vreselijk ML: Het is verschrikkelijk NA: Ja ML: Ja NA: Ja dat is het ja, het is gewoon een heel zwaar onderwerp COR: Nouja en ook de ongewenste zwangerschappen die hier uit voortkomen.. moet je voorstellen ML: Ja, dat las ik dus ook nog, ook over uhm ookin dat uhm, over dat boek van Christina Lamb, dat ook uh ook zegmaar de ongewenste zwangerschappen die daar uit voorkomen ook dat is een soort, dat is een manier om, om een bevolking, om slachtoffers te controleren en constant weer te confronteren met wat hen is aangedaan. Het is, het is echt *diepe zucht, naja ik zet wel en linkje naar dat boek neer want het lijkt me en enorme eyeopener ook. Nydia, vertel even wat leuks!

Alle drie lachen de spanning een beetje weg

NYD: euh, euh iets lichters..! Ik heb er, ik heb er twee. De eerste zou ik even kort houden. D'r is vanaf nu een waarschuwingsplatform voor sekswerkers in Nederland, 'Ugly Mugs' heet dat en daar kan je geweld melden en eh waarschuwingen over gevaarlijke klanten krijgen en je klanten checken. Dat bestond dus nog niet, en ook als je zoekt op meldpunt sekswerker dan krijg je juist allemaal meldpunten waar je sekswerkers kan ja uh soort van kan aangeven ofzo. Zo van 'Oh ik denk dat mijn buurvrouw..' dus zeg maar juist iets van NIET sekswerkers beschermt, dat krijg je dan, nou, dus laten we ervoor zorgen met z'n allen dat we dat Uglymugs.nl lekker

hoog in de ranking gaan komen als je op Google zoekt euh zodat het vak euh veiliger wordt.

Dan mijn andere DAMN HONEY YES die heeft te maken met abortus, dat is natuurlijk een onderwerp wat bij jou uh in jullie boek ook goed en uitgebreid besproken wordt. En je bent ongetwijfeld op de hoogte van het bestaan van de abortus buddy's in Nederland, *vertwijfelde* ja? Dat is een initiatief wat alweer eventjes geleden gestart is hier in Nederland in 2019, door de bovengrondse in samenwerking met het humanistische verbond EN het Nederlands Genootschap van Abortusartsen. En abortusbuddy's dat zijn dus vrijwilligers die op verzoek van bezoekers begeleiding kunnen bieden naar de kliniek. En tegenwoordig is het een zelfstandige stichting geworden, dat heet 'stichting Samen naar de kliniek' . En zij zetten zich ervoor in dat niemand zich alleen, uh alleen hoeft te voelen of alleen naar de kliniek hoeft. Uh het is deels, deels bedoeld als een soort schild tegen de anti-abortus demonstranten die ook helaas in Nederland nog altijd uh hun ding doen.. Maar ook als steun en toeverlaat want er zijn ook natuurlijk ook mensen die naar de kliniek gaan en uh daar verder met niemand ook kunnen of durven of willen spreken en op die manier hebben ze dus toch iemand bij zich. En uhm wat dan nu specifiek de YES is, is dat de stichting gaat uitbreiden naar Utrecht! Want ze waren al actief in Den Haag en Rotterdam. En het idee is dus ooit overal waar kliniek gevestigd is, dat je daar dan ook een buddy kan aanvragen, maar nu gaan ze dus beginnen met het uh opzetten in Utrecht. En als je dit nou hoort en denkt, ik zou me best wel willen aanmelden als vrijwilliger dan kan dat! Tot zaterdag 30 April, en dat kan via de link die ik in de shownotes zet, dus dat is op damnhoney.nl/aflevering-91 en ook heel goed om te weten; vanaf de zomer, dus ongeveer midden juli 2022 kan

je als bezoeker van de kliniek, dat is het Vrelinghuis , kan je dus een abortusbuddy aanvragen. En dat gaat via samennaardekliniek.nl. Dus naja het lijkt me belangrijk dat dus zoveel mogelijk mensen dit initiatief weten, en ja uhm wil je vrijwilliger worden geef jezelf op.

COR: Heel goed initiatief!

NYD: Ja!

EINDTUNE

ML Dit was aflevering 91. Corien, DANKJEWEL. En euhm, 'Biografie van de baarmoeder' ligt NU in de boekhandel

NYD Ja, Marlies, ook bedankt. Ja, op afstand.

ML in spirit

NYD Ik hoop dat ze voelt dat ik dit nu zo naar haar toestraal. Euh,nog even een reminder: vergeet vooral niet om een kandidaat op te geven voor de Ribbius Peletier Penning. Of dus om je aan te melden als abortusbuddy.

ML Bedankt Daniël van de Poppe, Lucas de Gier en Liesbeth Smit: voor de edit, de jingles en onze website damnhoney.nl - waar je ook de shownotes kan vinden. En ook nog eventjes bedankt aan alle geweldige mensen die ervoor zorgden dat het transcript van aflevering 90 met Anja Meulenbelt in no time op onze website stond, dat zijn: *Paula, Julia, Vera, Anouk, Ymke, Holly, Juliëtte en Jenny*. Dankjulliewel

NYD Ja, geweldig! Dankjulliewel. Spread the word, zorg dat die transcripts elke keer weer gefixt worden

ML Ja, dat is heel erg belangrijk. Steun ons op petje.af/damnhoney en luister naar de zeeer exclusieve damn honey content, spin off, if you will: je doet het er maar mee, de podcast. Volgende week hebben we een heuse GAST! Die ons onze astrologische staat van zijn gaat uitleggen, wil je dat missen, nee dat wil je niet missen. Voor een eurotje per maand kun je meeluisteren

NYD Of je mist het wel he. Mag ook.

ML Precies, zelf weten

NYD doeiiii, daahaaggg