

# Eén ei is geen ei

JE KUNT ER BETER MEER INVRIEZEN

VROUWEN STELLEN  
HET KRIJGEN VAN  
KINDEREN STEEDS  
VAKER UIT TOT  
'LATER'. MAAR  
SOMS IS LATER TE  
LAAT. ZIJN NIEUWE  
TECHNIEKEN ALS  
HET INVRIEZEN  
VAN EICELLEN DE  
TOEKOMST?





**Kans op een kind met het syndroom van Down**

- 25 jaar: 1 op 1350 bevallingen
- 30 jaar: 1 op 900 bevallingen
- 35 jaar: 1 op 400 bevallingen

BRON: NIDI

dig ligt het gemiddelde op 29,5 jaar (bron: NIDI). Zo'n zeven procent van de vrouwen krijgt hun eerste kind als ze boven de 35 zijn. En waarom ook niet? Als we naar Hollywood-actrices kijken, lijkt niet alleen eeuwige jeugd mogelijk, maar ook zwanger worden boven de 40 een eitje. Voorbeelden te over. Zoals 'Desperate housewife' Marcia Cross die op haar 44<sup>e</sup> moeder werd van een tweeling, actrice Geena Davis die op haar 46<sup>e</sup> haar eerste kind kreeg en twee jaar later nog een tweeling op de wereld zette en ook Celine Dion bleef niet achter, zij kreeg vorig jaar op haar 42<sup>e</sup> een tweeling via IVF. Onlangs nog beviel Kelly Preston op haar 48<sup>e</sup> van een zoon. Manlief John Travolta in People Magazine: "We waren compleet verrast toen Kelly zwanger bleek te zijn. Ben is ons kleine wondertje." Een wonder, maar wel een waaraan een fors prijskaartje hangt. **Behalve Celine Dion is niemand in Hollywood eerlijk over wat er aan hun zwangerschap voorafging: vaak dure en pijnlijke vruchtbaarheidsbehandelingen in privéklinieken en het gebruik van een eiceldonor.** Dus nee, er stroomt geen wonderwater door de Hollywood Hills, vruchtbaarheid neemt voor alle vrouwen na hun 30<sup>e</sup> rap af. Dit zijn de feiten: voor je 30<sup>e</sup> heb je na een jaar proberen negentig procent kans om zwanger te worden, op je 35<sup>e</sup> is dit zeventig procent, dit slinkt naar veertig procent op je 38<sup>e</sup> en op je 41<sup>e</sup> zijn je kansen bijna verkeken om moeder te worden (bron: Raad voor de Volksgezondheid en Zorg). Let wel, dit zijn gemiddelde cijfers, bij de ene vrouw zal de vrucht-

**'Als je stopt met de pil, kan het anderhalf jaar duren voor je cyclus weer op gang komt'**

"En, wil je kinderen? Nu je de dertig nadert, moet je er serieus over gaan nadenken. Ik krijg zo veel vrouwen in mijn praktijk met vruchtbaarheidsproblemen." Toen Marloes (29) vorige maand naar haar huisarts ging voor een hardnekkige blaasontsteking, was ze niet voorbereid op het 'optijdkinderkrijgpleidooi' van haar arts: "Waar bemoeit ze zich mee? Ik weet überhaupt nog niet of ik kinderen wil. En als ik ze wil, dan pas rond mijn vijfendertigste. Ik wil eerst carrière maken en reizen met mijn vriend. Bovendien: ik heb toch nog tijd zat om kinderen te krijgen?" Net als zo veel vrouwen stelt Marloes het krijgen van kinderen uit. Al jaren is de gemiddelde leeftijd waarop Nederlandse vrouwen hun eerste kind krijgen, aan het stijgen. Was dat in 1970 nog gemiddeld rond hun 24<sup>e</sup>, tegenwoor-

baarheid sneller dalen dan bij de andere. Dat er onder vrouwen veel onwetendheid is over hun vruchtbaarheid, merkte ook Renske Keizer (27), socioloog aan de Erasmus Universiteit Rotterdam. Zij promoveerde vorig jaar op het onderwerp kinderloosheid. "We zijn opgegroeid met het gevoel dat alles maakbaar is. Veel vrouwen denken dat ze zwanger worden zodra ze met de pil stoppen, maar je cyclus heeft soms nog anderhalf jaar nodig om weer op gang te komen. En als je dan al wat ouder bent, worden je eitjes er niet jonger op. In de jaren negentig was er een campagne van gynaecologen en de emancipatieraad met de leus: 'Een slimme meid krijgt haar kind op tijd'. Maar ik heb het idee dat die bij de huidige generatie vrouwen niet is aangekomen, vrouwen beseffen vaak niet hoe snel hun vruchtbaarheid afneemt na hun 35<sup>e</sup>. Ik pleit voor meer voorlichting: bij de huisarts, op scholen en in ziekenhuizen." Uit het onderzoek van Keizer blijkt dat twintig procent van de volwassen Nederlandse bevolking kinderloos is. Een kleine tien procent van de kinderlozen heeft daar bewust voor gekozen. Ook is er een groep van tien procent die van jongs af aan al weet geen kinderen te kunnen krijgen. Het overgrote deel van de kinderlozen, tachtig procent, is min of meer onbewust kinderloos gebleven door een samenloop van omstandigheden. **"Biologisch gezien is een vrouw het best in staat een kind te krijgen op haar 22<sup>e</sup>. Dat was vaak de leeftijd waarop onze moeders ons kregen. Maar de huidige maatschappij is heel anders ingericht dan vroeger: we hebben nu zo veel opties.** De komst van de pil en de mogelijkheid voor vrouwen om langer door te studeren, hebben daar zeker aan bijgedragen. Sinds de jaren zestig is het aantal kinderlozen

dan ook aanzienlijk gestegen. Maar ook relaties zijn veel onstabiel. Vroeger bleef je gewoon bij elkaar, maar nu moet een relatie vaak aan een heel eisenpakket voldoen. Ook stellen veel koppels het krijgen van kinderen uit, omdat de een nog geen vast contract of vaste baan heeft. Acht procent van alle mensen die het krijgen



**'Toen ik heel jong was, wist ik al: ik wil een man en drie kinderen. Maar die man kwam niet'**

van kinderen uitstelt, blijft kinderloos omdat zwanger worden daarna niet meer lukt."

En dan is er nog de groeiende groep singles. Naar verwachting zijn dat er in 2015 drie miljoen. Velen daarvan verlangen wel naar huisje-boompje-beestje, maar komen gewoon niet de juiste part-

ner tegen. Zoals Carolina Konijn (45): "Al toen ik heel jong was, zag ik het ideaalplaatje voor me: een man en drie kinderen. Het liefst voor mijn 30<sup>e</sup>. Die man kwam niet en de beslissing om eventueel alleen moeder te worden, schoof ik voor me uit. Ik leefde mijn leven, woonde bijna negen jaar in het buitenland, maar mijn kinders bleef altijd sluimerend aanwezig. Bij iedere man die ik ontmoette, hoorde ik een stemmetje in mijn hoofd zeggen: zou dit een geschikte vader zijn voor mijn kinderen? Op mijn 38<sup>e</sup> raakte ik ongewild zwanger van een one-nightstand. Hij wilde geen kinderen en ik wist dat ik geen kind wilde opvoeden zonder man. Ik koos met pijn in mijn hart voor een abortus. Daarna realiseerde ik me dat als ik nog voor mijn ideaalplaatje wilde gaan, ik nu aan de slag moest. Ik ging daten en op zoek naar die ware met wie ik tenminste nog één kind kon krijgen." Het lukte niet. Daarom besloot Carolina zich op haar 39<sup>e</sup> in te schrijven bij een kliniek voor Kunstmatige Inseminatie met Donorzaad (KID). Intussen zocht ze ook op internet naar een particuliere donor. "Uiteindelijk vond ik een anonieme donor via een kliniek toch prettiger. De mannen worden helemaal gescreend en



**Eieren zoeken**

Een vrouwelijke foetus heeft ongeveer zeven miljoen eicellen. Bij haar geboorte zijn er nog maar een miljoen over. Eenmaal in de puberteit neemt de voorraad af tot een paar honderdduizend. Tijdens de menopauze zijn de eicellen op.

**Invriezen: hoe zit het nou?**

**De behandeling** Net als bij ivf is er een hormonale behandeling nodig voordat de eicellen 'geogst' kunnen worden. Bij een normale cyclus rijpt er één eicel per keer. Om meer eicellen te oogsten, moet een vrouw minimaal een week lang hormonen injecteren in haar buik. Via een punctie, waarbij een dunne naald door de vaginawand heen gaat, worden gemiddeld acht à tien eicellen 'geogst' per keer. Bij ivf worden de eitjes daarna direct bevrucht en ingevroren, maar deze eicellen worden onbevrucht ingevroren (vitrificatie). Wil de vrouw later zwanger worden, dan worden de eicellen ontdooid, buiten de baarmoeder bevrucht en teruggeplaatst. De maximale leeftijd waarop de itjes nog mogen worden teruggeplaatst, varieert tussen de 45 en 50 jaar. Er is net als bij ivf gemiddeld 25 procent kans op zwangerschap. Hoe jonger de eicellen, hoe meer kans op succes.

**Wat kost het?** Een behandeling kost zo'n drieduizend euro, waarbij maximaal tien eicellen worden geogst. Voor een goede kans op zwangerschap zijn minimaal dertig à veertig eicellen nodig.

**Waar kan het?** Eicellen invriezen is in Nederland alleen mogelijk in het AMC op medische indicatie, bijvoorbeeld voor vrouwen die na een chemokuur onvruchtbaar worden. In de Tweede Kamer hebben vooral christelijke partijen moeite met het invriezen van eicellen met sociale redenen. Bijvoorbeeld als vrouwen hun carrière voorrang willen geven, of als ze geen man hebben. In augustus 2010 gaven de beroepsverenigingen van gynaecologen en klinisch embryologen aan dat het invriezen van eicellen ook om sociale redenen moet kunnen. De Centrale Commissie Mensgebonden Onderzoek zal waarschijnlijk dit voorjaar een uitspraak doen. In het buitenland is het al jaren mogelijk dat vrouwen om niet-medische redenen hun eicellen laten invriezen.

**Risico's** Op latere leeftijd moeder worden is lichamelijk zwaarder voor vrouwen. Er is meer kans op complicaties zoals vroeggeboortes, meerlingen en een verhoogde bloeddruk. Ook hebben vrouwen die op latere leeftijd voor het eerst moeder worden, een verhoogde kans op borstkanker (1 op de 10.000). Op een natuurlijke manier op latere leeftijd moeder worden verhoogt de kans op een kind met het syndroom van Down. Als je 'jonge' eicellen invriest, is deze kans weer kleiner. **En ook** Dokter Sherman Silber, expert op het gebied van (on) vruchtbaarheid, vindt dat vrouwelijke twintigers erover moeten nadenken een derde van het weefsel van haar eierstokken te laten invriezen. Hij doet deze operatie van 4500 dollar al bij vrouwen die kanker hebben en door chemo onvruchtbaar worden, maar wil 'm ook bij gezonde vrouwen doen. Ook in Nederland, in de academische ziekenhuizen van Groningen, Leiden en Nijmegen, wordt al op medische indicatie met deze methode geëxperimenteerd.



De kans op een twee-eiige meerling

- 25 jaar: 4 op duizend bevallingen
- 30 jaar: 10 op duizend bevallingen
- 35 jaar: 12 op duizend bevallingen

onvervulde kinderwens weinig informatie tegenkwam over single vrouwen die in hetzelfde schuitje zitten, is ze haar praktijk Inako Coaching en Therapie gestart, met als specialisatie de onvervulde kinderwens van met name singles. “Dat ik nooit die typische babygeur van mijn eigen kindje zal kunnen opsnuiven, doet pijn, maar ik heb het een plekje gegeven. **Van mijn abortus heb ik nooit spijt gehad, maar wel veel verdriet: er is toch een kind van mij verdwenen.** En als ik vrouwen zie

een gebroken gezin en wil dat een ander nooit aandoen. Natuurlijk schrok ik. Even overwoog ik onze relatie te verbreken, maar we hadden het zo leuk samen en waren zo verliefd. En stiekem hoopte ik nog dat zijn kinderwens zou groeien. Wel had ik mezelf een tijdslimiet gegeven. Als Menno binnen vijf jaar niet van mening zou veranderen, zou ik de relatie beëindigen. Dan was ik nog jong genoeg om kinderen te krijgen en had ik nog tijd om een nieuwe relatie op te bouwen.” Door de jaren heen bleef Maaikes kinderwens een moeilijk punt. Menno veranderde niet van standpunt. Toen Maaike vorig jaar zomer na een kraambezoek van een vriendin weer overstuur thuiskwam, wisten ze allebei dat het eind van hun relatie in zicht was. “Het was heel zwaar. We hielden van elkaar en onze relatie was geweldig, maar ik kan niet om mijn kinderwens heen. Als we bij elkaar waren gebleven, ben ik bang dat ik het hem was gaan nadragen. Menno begreep dat. Met pijn in ons hart zijn we uit elkaar gegaan.” Inmiddels is Maaike druk aan het internetdaten. Maar ook dat gaat niet zonder slag of stoot. “Ik date nu een heel leuke jongen, maar in zijn profiel stond dat hij misschien kinderen wil. Ik wil niet als een wanhopige vrouw overkomen die alleen op zoek is naar zaad op pootjes, maar ik denk toch dat ik het onderwerp binnenkort moet aansnijden. **Ik heb geen zin om me weer in een relatie te storten die niet leidt tot het vervullen van mijn kinderwens.**” Hoe het ook loopt met haar date, Maaike heeft zich voorgenomen zich over een halfjaar in te schrijven voor een spermadonor. En als ze onvruchtbaar blijkt? “Dan ben ik een hartstikke leuke vent kwijt en heb ik geen kind. Dat is het risico dat ik heb genomen.”

Er is nog een andere optie: het invriezen van je eicellen voor de toekomst. Voor als je uiteindelijk wel die leuke man tegenkomt die ook kinderen wil. Marieke Schellart (37) liet op haar 36° als eerste Nederlandse vrouw haar eicellen invriezen. Ze ging daarvoor naar België en maakte de documentaire ‘Ei voor later’. “Iedere vrouw kent een moment waarop ze

‘Ik wil niet als een wanhopige vrouw overkomen die alleen op zoek is naar zaad op pootjes’

juridisch is alles goed geregeld. Na een jaar op de wachtlijst was ik aan de beurt voor een intakegesprek. Maar hoe meer ik erover nadacht en erover sprak met anderen, hoe meer ik tot de conclusie kwam dat ik absoluut niet een vrouw ben om een kind alleen op te voeden. Ik heb vrijheid nodig om mezelf te ontplooiën en ook financieel leek het me zwaar om het alleen te doen.” Nadat ze vorig jaar, op haar 44°, overspannen raakte, gaf Carolina haar droom pas echt op. Omdat ze tijdens haar rouwperiode om haar

die het wél alleen doen, voel ik altijd even een steek van jaloezie.” Wat als je in tegenstelling tot Carolina wel die leuke man en fijne relatie hebt, maar hij geen kinderen wil? Blijf je dan bij hem of volg je je kinderwens? Maaike (32) koos voor het laatste. Vorig jaar verbrak ze na vijf jaar haar relatie met Menno (35). “Ik heb altijd geweten dat ik kinderen wil. Toen ik Menno leerde kennen, begon ik er al vrij snel over. Hij was meteen duidelijk: kinderen krijgen was voor hem geen optie. Hij komt uit

stilstaat bij hoe ze haar toekomst wil invullen: of ze kinderen wil of niet. Ik ben blij dat ik op mijn 35° de tijd heb genomen om erover na te denken. Dan zou ik er in elk geval niet op mijn 45° achterkomen dat ik te laat was. Ook het feit dat ik mijn eicellen heb laten invriezen, heeft me meer rust gegeven. Voordat mijn documentaire werd uitgezonden, had ik slapeloze nachten. Ik dacht steeds: straks weet iedereen dat ik mijn eicellen heb laten invriezen, zal ik mannen daar dan niet juist mee afschrikken? Maar ik merk dat ze het juist dapper en interessant vinden.” Marieke denkt dat nieuwe technieken als eicellen invriezen de toekomst zijn. “De maatschappij verandert, maar onze biologische printplaat evolueert niet zo snel mee. Vrouwen hebben de behoefte om langer vruchtbaar te zijn. Maar ook mannen voelen die voortplantingsdrift van vrouwelijke dertigers. Ook voor hen zou het fijn zijn als er minder druk op de ketel kwam.” Volgens tegenstanders is de behandeling zwaar en pijnlijk, maar Marieke vindt juist van niet: “De hormonen vielen me heel erg mee. En de punctie is als een vervelend bezoekje aan de tandarts.

‘Ik heb in Brussel tweeëndertig bevroren eicellen liggen. Gewoon voor de zekerheid’

Het oogsten van de eicellen duurt gelukkig maar vijf minuten. Juist omdat het zo meeviel en om mijn kansen op een zwangerschap in de toekomst te vergroten, ben ik vorige week nog een keer teruggegaan. Nu heb ik in Brussel tweeëndertig bevroren eicellen liggen. Gewoon voor de zekerheid.” Onderzoeker Renske Keizer, zelf moeder van een zoontje van twee, ziet het invriezen van eicellen als een noodoplossing. “Rond ons 30° levensjaar zitten we in het spitsuur van ons leven: we willen een volgende stap in onze carrière maken, een huis kopen, een goede partner vinden, en ook nog aan kinderen beginnen. Hoe combineren we dit? Het invriezen van eicellen biedt geen oplossing. Veel vrouwen willen namelijk best rond hun 30° aan kinderen beginnen, maar krijgen het op de een of andere manier niet voor elkaar. Bovendien is de eicel die je op je 35° invriest, ook geen ideale eicel meer. En als je dan later die man vindt, is hij waarschijnlijk ouder en is zijn zaad dus van mindere kwaliteit. Daarnaast is er nog onvoldoende bekend over de effecten op het leven en het functioneren van kinderen die zijn geboren uit ingevroren eicellen. Wat betekent het bijvoorbeeld voor een kind om

te weten dat je uit een bevroren eicel komt?” Toch ziet Marieke Schellart hierin geen probleem: “Ik denk dat een kind geen trauma overhoudt aan het feit dat ie een paar jaar als eicel ingevroren heeft gelegen. Ivf-kinderen zijn toch ook niet getraumatiseerd omdat ze in een reageerbuisje zijn verwerkt? Volgens mij is het voor een kind belangrijker dat ie opgroeit binnen een liefdevol gezin en gewenst is.” ● **De documentaire ‘Ei voor later’ kun je bekijken via eivoorlater.nl**



Praat verder over dit onderwerp op [viva.nl/](http://viva.nl/) tijdschrift.



floor faber

Bob vindt dat Floor hem op het verkeerde been heeft gezet en nu wil hij alleen nog zakelijk contact. Martijn denkt dat Floor inderdaad verliefd is op Bob.

Vrijdag

Renske heeft haar pruik afgezet en een knalroze doek om haar hoofd gewikkeld. Het staat haar zo leuk dat ik me voorneem om ook eens met zo'n doek te experimenteren. We kijken naar ‘Eat, pray, love’ waarbij we een zak chips weg knabbelen. Julia Roberts is erg druk met eten en mediteren en die stille momenten kletsen we vol. “Daniël wil met me naar Barcelona, maar ik weet niet of ik wil.” “Ben je bang dat je het niet volhoudt?” Ze haalt haar schouders op. “Ik ga ervan uit dat we veel in bed liggen.” “Of wil je hem niet vertellen dat...” “Laat maar,” onderbreekt ze me. Wat een gemiste kans! Ik vind dat Renske Daniël moet inlichten over haar ziekte. Doet zij het niet, dan wil ik hem vertellen wat er met haar aan de hand is. Hij heeft er recht op te weten dat de vrouw op wie hij stapelgek is, een hersentumor heeft. Ik

verzameld. Ik zeg: “Ik heb eens nagedacht over Daniël en jou. Ik vind het natuurlijk geweldig dat jullie samen zo gelukkig zijn, maar ik vind wel dat hij moet weten hoe jouw gezondheid ervoor staat.” Ze reageert niet, en als ik opzij kijk, begrijp ik waarom. Ze is in slaap gevallen. Ik leg haar benen op de bank en een fleece deken over haar heen. Haar hoofddoek is een stukje opzijgeschoven waardoor een paar blonde stekeltjes zichtbaar worden. Ik aai zachtjes over haar wang. Ze wordt niet wakker.

Zondag

*To be or not to be, that's the question.* Ben ik verliefd op Bob of denk ik voortdurend aan hem omdat ik zo aan zijn aanwezigheid ben gewend? Lustgevoel lijkt me een goede graadmeter, maar ik kan me slecht voorstellen dat ik sex heb met Bob. Ik ben bang dat hij tegenvalt in z'n blootje. Bijvoorbeeld dat hij zo'n veertigplusbuijke heeft met daarboven een witte kippenborst met lange grijze haren erop. Aan de andere kant: een man hoeft voor mij geen Adonis te zijn. Van die sportschooltypes met afgetrainde wasbordjes vind ik nogal griezelig, nog afgezien van het feit dat zo'n man waarschijnlijk meteen alle chips, chocola en drank uit mijn leven bant. Bob dus. Of geen Bob? Rond een uur of acht 's avonds ben ik mijn oeverloze gepieker zo zat dat ik naar hem toe fiets. ●

Straks heeft Bob zo'n witte kippenborst

neem een nieuw aanloopje: “Hoe gaat het eigenlijk met dat ding in je hoofd?” Geïrriteerd kijkt ze me aan. “Die zit er nog steeds. Wil je verder nog iets weten, bijvoorbeeld of ik mijn medicijnen wel slik? Of ik genoeg slaap? Dan kun je beter met mijn moeder bellen, want die houdt het exact bij.” Pas tegen de tijd dat de aftiteling over het scherm rolt, heb ik weer genoeg moed