



MamaKletst  
over mijn reis door het moederschap

PERSOONLIJK

## Blote mama buik van Natasja

3 augustus 2015



Het is tijd om onze schaamte van ons af te zetten. Wij mama's mogen gewoon gezien worden. Met striae, een blubberbuik of een buik zoals vanouds. Iedere maandag zal een mama vertellen over haar blote mama buik. En ze zal het natuurlijk ook laten zien. Natasja had last van extreme misselijkheid tijdens haar zwangerschap en viel daardoor af.

### WIE BEN JE?

Ik ben Natasja, ik ben 23 jaar. Op mijn 21e had ik een prachtige positieve zwangerschapstest in mijn handen. Ik was zwanger! En mocht een nieuw leven dragen.

Tijdens mijn zwangerschap deed ik een werk en leer opleiding: Maatschappelijk verzorgende IG. En ik werkte 32 uur. Vanaf week 6 van de zwangerschap werd ik behoorlijk ziek, ik dacht dat het erbij hoorde, maar het werd al snel zo erg dat ik niet meer kon functioneren. Ik kon mezelf niet eens meer onder de douche krijgen. Ik bleef maar spugen en afvallen.

Die misselijkheid heb ik een week volgehouden, ik belde mijn verloskundige. Na een week heel veel spugen was ik doodop. Ik mocht me melden in het ziekenhuis en ik bleek Hyperemesis gravidarum te hebben. Door het vele overgeven was ik uitgedroogd. Ik kreeg twee dagen vocht toegediend.

### HOE OUD IS Jaimelin?

Jaimelin is 6 maanden oud nu.

Na een zwangerschap van 38.1 weken werd ik ingeleid. Jaimelin groeide al een tijdje op dezelfde lijn. Ze noemden het Dysmaturiteit.

Deze website maakt gebruik van cookies. Heb je daar geen problemen mee? Klik dan op [accepteren](#)

WELKOM OP MIJN BLOG!



Mijn naam is Joyce en ik ben de mama achter deze website. Mijn blog gaat over mijn zoon Luuk (maart '14), het moederschap, recepten, persoonlijke verhalen en andere leuke dingen.

Dus kijk lekker rond op mijn website en schroom niet een reactie achter te laten. Wil je meer weten?

weightwatchers

Flash  
Sale

tot en met  
zondag

Start nu  
Vanaf €3,25 p/w

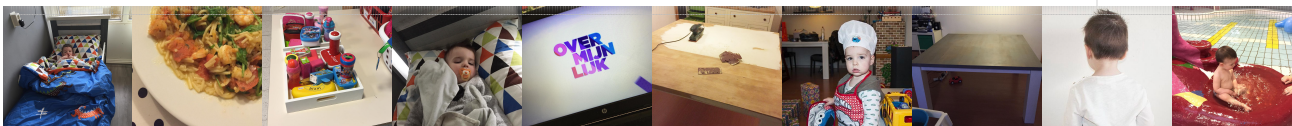
50%

korting op  
een  
3-maanden  
abonnement



VOLG MIJ

HOME OVER MIJ SAMENWERKEN DAY ZERO PROJECT CONTACT



## ZWANGERSCHAP?

∩n het begin van de zwangerschap, waarbij ik hyperemesis had, vond ik vreselijk. Ik had niet zo'n grote buik zoals andere zwangere vrouwen. Ik was aan het afvallen. Met 15 weken kreeg ik Zofran voorgeschreven. Dit werkte goed tegen de misselijkheid. Ik kon zelfs wat eten en drinken. Soms moest ik nog wel spugen, maar het was al veel beter vol te houden. Vanaf 25 weken zwangerschap begon ik te groeien. Ik werd verliefd op mijn buikje en mijn mini mensje die zo haar best deed om te groeien. Niet zoveel vet op mijn buik hebben had ook zo z'n voordelen. Ik zag en voelde haar contouren, haar bewegingen. Ik miste geen moment!

Daarnaast droeg ik nog altijd mijn eigen skinny jeans en shirtjes die mooi aansloten. Van mij mocht iedereen mijn buik zien.



## HOE ZIE JE JEZELF NA DE BEVALLING?

Ik ben weer terug naar hoe het was voor de zwangerschap. Ik hou van lekker eten en snaaien. De sportschool is niet voor mij weggelegd. Ik heb 6 weken borstvoeding gegeven. Ik vond het heel intiem dat we dit zo samen konden doen. Niemand anders kon dit haar geven. Maar ik vond het wel erg vermoeiend.

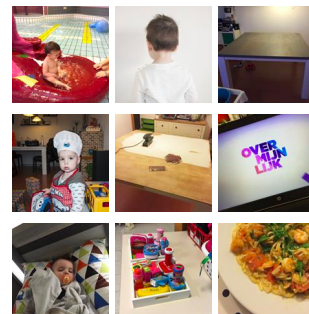
Ik heb geen sixpack, maar ik heb wel een dochtertje gedragen gekoesterd. Dat is toch bijzonder? Alle mama's mogen trots zijn op hun buik.

## HEB JE ZICHTBARE VERANDERINGEN AAN JE BUIK, BORSTEN OF BENEN?

Ik heb geen striae, maar het is allemaal niet zo strak. Daar zou ik wel wat aan kunnen doen, maar de sportschool is niets voor mij. Toen ik borstvoeding gaf, leek ik net Bobbie Eden. Dat was wel leuk. Maar inmiddels moet ik het weer met mijn eigen cup doen.

Deze website maakt gebruik van cookies. Heb je daar geen problemen mee? Klik dan op [accepteren](#)

INSTAGRAM



BLOTE MAMA BUIKEN



OOK LEUK OM TE LEZEN



Ik doe aan Weight Watchers



Baby moment cards van HEMA



Pasta met spinazie



Spelen en leren gaan hand in hand met BAMBAM



Fotodagboek: Weight Watchers en eettafel opknappen



Baby ritme met 6 maanden

CATEGORIEËN

Baby & Kind

Huis, Tuin & Keuken

Lifestyle

Media

Persoonlijk

INA DE ZWANGERSCHAP:

Ik begrijp het wel. Sommige vrouwen hebben striae, een velletje hier en daar. Maar je hebt zoiets moois op de wereld gezet, vergeet dat niet!

WAT IS JOUW TIP VOOR ANDERE MOEDERS OM JE GOED TE VOELEN IN JE LIJF?

Voor de ene moeder is er een sportschool om weer in shape te komen. Maar voor de lui lakken zoals ik: geniet lekker van het leven, met zo nu en dan eens een lekker hapje en drankje. Maar wees vooral vreselijk trots. Het is een prestatie om zich van je lichaam!

Bedankt voor het meedoen, Natasja!

Wil je net als Natasja ook meedoen aan deze challenge?

Stuur mij dan een mailtje via het contactformulier, of naar info@mamakletst.nl Dan stuur ik je zo snel mogelijk meer informatie toe.

BLOTE MAMA BUIK

2 reacties

Deel het artikel via: f t i p g+



Joyce

Ik ben de mama van Luuk, vrouw van Joost en wij wonen samen met ons poezenkind Zoey in het midden van het land. Ik ben gek op fotograferen, social media, haken, kleuren en schrijven. Wil je meer weten?

f t i p g+

YOU MIGHT ALSO LIKE



Mijn plannen in de kerstvakantie  
24 december 2015

Luuk

What's in a name?  
23 juni 2014



My Breast Friends Tag  
2 september 2015

2 REACTIES

CHARLOTTE

3 augustus 2015 at 8:58 am

Ik vind het altijd zo stoer als mama's meedoen aan deze challenge!

Mooi buik heb je, Natasja!

Charlotte onlangs geplaatst...Shoplog Zara! ❤️

Reply



ANGELA | GREAT BODY & SKIN

3 augustus 2015 at 12:07 pm

Nou, mooie buik hoor! Groetjes, een sportieve èn genietende dame 😊

Angela | Great Body & Skin onlangs geplaatst...Model Interview: Patty Lujt (De Boekers) ❤️

Reply

LAAT EEN REACTIE ACHTER

Deze website maakt gebruik van cookies. Heb je daar geen problemen mee? Klik dan op [accepteren](#)



Artikelen met rechts onderin onderstaande logo zijn gesponsord door een merk of bedrijf.



Klik op het logo om mijn disclaimer te lezen.

Naam \*

E-mail \*

Website

PLAATS JE REACTIE

