



## DE MEERWAARDE VAN NATUURLIJKE KRAAMZORG



7

EEN STERKE HECHTING EN EEN VLOTTE START  
VOOR HET KRAAMGEZIN

## Inhoudsopgave

Aanleiding .....	3
1. De (meer)waarde van Natuurlijke Kraamzorg .....	4
Volgens de moeders .....	4
De meerwaarde voor de maatschappij .....	6
De meerwaarde voor de Natuurlijke Kraamverzorgenden.....	9
2. Voorkomen van (gezondheids)problemen .....	10
3. Vergroten van gevoelens van veiligheid.....	12
4. Vergroting van de eigen regie en autonomie.....	14
5. Vermindering uitstroom kraamverzorgenden.....	16
6. Vergroten van de bekendheid van Natuurlijke Kraamzorg .....	17
Aanbevelingen .....	19
Bijlagen.....	22

## Aanleiding

De opleiding Natuurlijke Kraamzorg vierde onlangs haar tiende jubileum en is in die tijd uitgegroeid tot een succesvolle en gecertificeerde opleiding. De oprichters van de opleiding vroegen zich af of de positieve geluiden die zij ontvingen over de opleiding de realiteit weerspiegelden of dat alleen de positieve ervaringen hen bereikten. Het werd tijd om een balans op te maken: terugblikken en vooruitkijken. Daarom heeft de Stichting Natuurlijke Geboortezorg het Lectoraat Antroposofische Gezondheidszorg van de Hogeschool Leiden gevraagd om een onderzoek uit te voeren naar de meerwaarde van Natuurlijke Kraamzorg. De resultaten worden hieronder samengevat vanuit het perspectief van moeders, de maatschappij en Natuurlijke Kraamverzorgenden. Het onderzoek dat medio 2022 verscheen, omvat een literatuurverkenning, oriënterende diepte-interviews met ervaren Natuurlijke Kraamverzorgenden en een enquête onder een grote groep Natuurlijke Kraamverzorgenden en onder ouders die deze kraamzorg hebben ervaren. Het volledige onderzoeksverslag is te vinden op:



<https://www.hsleiden.nl/antroposofische-gezondheidszorg/publicaties/boeken-rapporten/onderzoek-naar-de-meerwaarde-van-natuurlijke-kraamzorg.pdf>

## 1. De (meer)waarde van Natuurlijke Kraamzorg

Onderzoeksvraag 1a: Wat wordt verstaan onder Natuurlijke Kraamzorg?

Onderzoeksvraag 1b: Wat is de (meer)waarde van Natuurlijke Kraamzorg volgens de gebruikers (ouders) en zorgprofessionals?

### Volgens de moeders

De vraag wat Natuurlijke Kraamzorg is kan worden beantwoord door wat moeders hebben ervaren aan Natuurlijke Kraamzorg in hun meest recente kraamweek. Door de hoge respons onder moeders (maar liefst 74%) geven de antwoorden van moeders een feitelijk en een betrouwbaar beeld over wat de Natuurlijke Kraamzorg inhoudt. Het gaat voornamelijk om veelvoorkomende toepassingen zoals:

- Warmtezorg bij verzorging (bijvoorbeeld warme handen, aankleedkussen, doekjes en luiers) (86% van de moeders geeft aan dat dit bijna elke dag tot dagelijks is toegepast),
- Verwarmende verzorging van de moeder (bijvoorbeeld pantoffels, kruik in bed, theeën, omslagdoek) (86%),
- Baby contact laten houden met het aankleedkussen bij het verschonen (83%),
- Huishoudelijke activiteiten (82%),
- Rust, ritme en regelmaat aanbrengen in het gezin (78%),
- Goed voordoen hoe ouders de Natuurlijke Kraamzorg-handelingen zelf kunnen toepassen (77%),
- Ouders leren kijken naar wat hun baby nodig heeft (75%).

Daarna volgen: uitleg aan de ouders, gebruik van wol-zijden materiaal, uitwendige toepassingen (65-71% van de moeders geeft aan dat dit bijna elke dag tot dagelijks is toegepast).



Een belangrijke meerwaarde voor moeders is het hebben van een fijne en goede kraamweek. Een ruime meerderheid van de moeders (90 tot 93%) geeft van bijna dezelfde genoemde onderwerpen aan dat deze in belangrijke mate hebben bijgedragen aan een **fijne en goede kraamweek**.

Afgaande op de antwoorden van zowel Natuurlijke Kraamverzorgenden als moeders blijkt dat de Natuurlijke Kraamverzorgende haar aanpak

over het algemeen in hoge mate afstemt op wat de moeder belangrijk vindt. Maar, rekening houdend met de wensen van de moeder, handelt de Natuurlijke Kraamverzorgende ook autonoom, volgens eigen inzicht, op basis van haar expertise.

De warmte en de zorg voor een **goede hechting** van de baby met de ouders scoren het hoogst bij wat moeders van Natuurlijke Kraamverzorgende hebben geleerd. Het gebruik van natuurlijke middelen staat op de derde plaats. Er zijn door de Natuurlijke Kraamverzorgende ook gezondheidsproblemen voorkomen, zo geven de moeders zelf aan (zie verderop).

In de vergelijking van reguliere en Natuurlijke Kraamverzorgende zijn de moeders van mening dat de Natuurlijke Kraamverzorgende hen meer vaardigheden heeft geleerd wat betreft de verzorging van de baby. Meer dan driekwart heeft meer **vertrouwen gekregen in hun rol als ouders** en nog iets meer geeft aan dankbaar te zijn voor de aanvullende inzichten. Er is meer rust in het gezin gekomen. Moeders die nog geen ervaring hadden met de Natuurlijke Kraamverzorgende geven aan positief verrast te zijn over de resultaten.

Aan moeders is gevraagd of er aspecten waren die ze heel bijzonder vonden of die ze juist hadden gemist bij de Natuurlijke Kraamzorg. Ze zijn zeer tevreden over hun kraamperiode en noemen deze 'bijzonder'. Ze zijn vooral vol lof over de werking van warmtezorg, maar ook over de natuurlijke toepassingen zoals de kamillespoelingen bij hechtingen, het inwikkelen in wollen doeken, de gezonde voeding, de tips en tricks van de Natuurlijke Kraamverzorgende (o.a. over het vasthouden van de baby, het huid-op- huid contact, de betekenis van verschillende huilgeluiden en het nut van de draagdoek), het openstaan voor de gewoonten en gebruiken binnen het gezin, de verschillende inwrijvingen, de aandacht, rust, de warme sfeer in huis en het vertrouwen en de goede en fijne coachende gesprekken. Ook de emotionele ondersteuning, de uitleg en de toelichting door de Natuurlijke Kraamverzorgende zijn door de moeders goed ontvangen. Daarnaast noemen de moeders de hulp van de Natuurlijke Kraamverzorgende bij klachten en kwaaltjes, zoals bij stuwingen of spruw, naweeën en krampjes bij de baby.

Alles overziend zijn bijna alle moeders tevreden of heel tevreden over de Natuurlijke Kraamzorg, die ze hebben ontvangen. 98% zou opnieuw daarvoor kiezen. 97% zou Natuurlijke Kraamzorg aanbevelen aan gezinnen die zoeken naar kraamzorg.

## De meerwaarde voor de maatschappij

Naast de al genoemde gezondheidsvoordelen en de tevreden ouders en in het verlengde daarvan lagere zorgkosten voor de maatschappij, zijn er nog andere maatschappelijke voordelen. Een zo'n goed mogelijke start in de kraamweek is een voorwaarde voor een goed hechtingsproces tussen ouder en baby. Dat maakt de kans groter dat het kind uitgroeit tot een gezond en gelukkig individu en lid van de samenleving. Uit prevalentiecijfers van het Nederlands Jeugdinstituut<sup>1</sup>, die zijn gebaseerd op

---

<sup>1</sup> Nederlands Jeugdinstituut (2021). Cijfers over Jeugd en Opvoeding. Cijfers over hechting.

Uit:

<https://www.nji.nl/cijfers/hechting#>: Laatste actualisatie: 2 april 2021

Meerwaarde Natuurlijke Kraamzorg – [www.natuurlijkekraamzorg.eu](http://www.natuurlijkekraamzorg.eu)  
Publicatie Resultaten onderzoek HSL – verkorte symposium uitgave 2024

zowel internationale als Nederlandse studies naar gehechtheid blijkt dat tussen de 60 en 70 procent van alle gezonde, thuiswonende kinderen in de leeftijd van 1 tot 12 jaar, een veilige gehechtheidsrelatie heeft met hun ouders. Tussen de 30 en 40 procent van alle gezonde, thuiswonende kinderen is onveilig gehecht. Dat wil zeggen: het kind of de jongere ervaart (iets) meer onzekerheid ten opzichte van zichzelf en de ouders dan veilig gehechte kinderen. (Dit betekent niet dat alle jongeren met een onveilige gehechtheidsrelatie hulp of behandeling nodig hebben) (NJI, 2021).

Onveilige gehechtheid is dus een groot maatschappelijk probleem. Afgaande op de resultaten van het onderzoek naar Natuurlijke Kraamzorg kan gesteld worden dat de Natuurlijke Kraamzorg letterlijk eraan bijdraagt dat baby's goed in hun vel komen te zitten. Zo noemen de geïnterviewde Natuurlijke Kraamverzorgenden het goed kunnen 'aarden' of 'landen' in zijn of haar lichaam door de pasgeboren baby, een belangrijk oogmerk van de Natuurlijke Kraamzorg. Volgens de geïnterviewden is hiervoor in de eerste plaats rust nodig voor zowel moeder als kind. Dit kan volgens hen bewerkstelligd worden door ritme en regelmaat (vaste tijden van voeding, aankleden en slapen).

De geïnterviewde Natuurlijke Kraamverzorgende beschouwen zich over het algemeen als **'spreekbuis' van het pasgeboren kind** om de behoeften van het kind te verwoorden. In deze hoedanigheid vinden ze het belangrijk om te zorgen dat het hechtingsproces tussen ouder en kind zo goed mogelijk verloopt. Dit gebeurt als de moeder tot rust komt, ontzorgd wordt en zoveel mogelijk met haar kind kan kennismaken en ook kan genieten van de kraamtijd. Om het laten 'landen' van het kindje te vergemakkelijken moeten de voorwaarden daarvoor geschapen worden. Warmtezorg is daarom een essentieel onderdeel in de aanpak vinden de



geïnterviewde kraamverzorgenden. Het zorgt er volgens de geïnterviewden voor dat het kindje niet bezig is zijn energie te steken in warm blijven, maar in zijn eigen groei en ontwikkeling. De geïnterviewde kraamverzorgenden zien dat door de warmte zorg een baby'tje **sneller terug is op het geboortegewicht** dan toen zij nog geen warmte zorg toepasten. De geïnterviewde kraamverzorgenden proberen nut en noodzaak van warmte zorg over te brengen op de ouders, zodat die dat ook zelf gaan toepassen. Het is volgens hen ook belangrijk dat de moeder warm blijft zodat ze al haar energie kan richten op haar kindje, wat ook bij zou dragen aan een beter hechtingsproces. Ouders zijn over het algemeen overtuigd van de voordelen die warmte zorg hen biedt, zo blijkt uit de interviews en de enquêtes.

De warmte zorg en de zorg voor een goede hechting van de baby met de ouders scoren het hoogst bij wat moeders van Natuurlijke Kraamverzorgende hebben geleerd. Opvallend is echter dat 'slechts' 15% van de moeders aangeeft dat de Natuurlijke Kraamzorgaanpak in de meest recente kraamweek hechtingsproblemen tussen ouder en baby heeft verholpen of voorkomen. Ook andere (medische) problemen die de Natuurlijke Kraamverzorgenden met hun aanpak zeggen te hebben verholpen of voorkomen zouden, onbehandeld, indirect hechtingsproblemen tot gevolg kunnen hebben, zoals bij krampjes bij de baby of overmatig huilen (zie onder).

Maar ook gevoelens van onzekerheid over de verzorging van de baby en stress bij de moeder kunnen een goede hechting tussen ouder en baby in de weg staan. Bijna twee derde van de Natuurlijke Kraamverzorgenden in dit onderzoek geeft aan onzekerheid over de verzorging van de baby bij de moeder te hebben verholpen/voorkomen en ruim de helft zegt stress bij de moeder te hebben verholpen/voorkomen met de Natuurlijke Kraamzorgaanpak. Ook relatief veel moeders geven van deze (medische) problemen aan dat ze zijn voorkomen of verholpen door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak.

De resultaten uit dit onderzoek wijzen erop dat de Natuurlijke Kraamzorg wat betreft een goede hechting tussen ouder en kind, een belangrijke

functie kan vervullen, waarvan de samenleving (vroeg of laat) de vruchten plukt (denk alleen al aan lagere zorg- of behandelkosten). Ondanks dat het gros van de kinderen met een onveilige gehechtheidsrelatie volwassen wordt zonder dat hulp van buitenaf nodig is (NJI, 2021), kan een problematische hechting een mogelijk risicofactor vormen voor het psychisch-sociaal welzijn van het individu (op latere leeftijd).

## De meerwaarde voor de Natuurlijke Kraamverzorgenden

Naast meerwaarde voor de ouders en de maatschappij, is er ook sprake van (meer)waarde voor de kraamverzorgenden zelf. De Natuurlijke Kraamzorgaanpak zorgt volgens de geïnterviewden voor



meer werkplezier en meer autonomie in het werk. Uit de enquête (respons is 41%) onder Natuurlijke Kraamverzorgenden komt naar voren dat ruim vier van de vijf Natuurlijke Kraamverzorgenden **meer plezier in het werk** ervaren. Zesentachtig procent zegt **zelfverzekerder** te zijn in het werk door toepassing van Natuurlijke Kraamzorg in gezinnen. De geïnterviewde Natuurlijke Kraamverzorgenden spreken over ‘verdieping’, ‘verrijking’ en ‘verbreding’ van hun werk. Een zeer ruime meerderheid van de Natuurlijke Kraamverzorgenden, ruim negen van de tien, geeft aan dat ze meer **dankbaarheid bij de ouders ervaren voor de aanvullende inzichten**. De Natuurlijke Kraamverzorgenden ervaren het werk niet meer als standaardverzorging, maar als afwisselend en maatwerk: de Natuurlijke Kraamverzorgenden in dit onderzoek zeggen dat ze kijken naar wat nodig is in het kraamgezin en spelen daarop in. Hierdoor voelen zij zich niet langer meer de ‘poetsvrouw’, want ze geven aan dat ze zien dat door hun zorg

ouders en baby opknappen. Dat vinden ze bemoedigend en het schenkt hen veel voldoening in het werk.

Ook op persoonlijk vlak zeggen de geïnterviewde kraamverzorgenden veel te hebben gehad aan de opleiding tot Natuurlijk Kraamverzorgende. Ruim vier van de vijf Natuurlijke Kraamverzorgenden geven aan dat Natuurlijke Kraamzorg heeft gezorgd voor een verrijking in hun **persoonlijke ontwikkeling** (meer rust, meer inlevingsvermogen, meer compassie, meer geluk). Ze geven aan door hun kennis van de temperamenten begripvoller en geduldiger te zijn geworden. Sommige geïnterviewden zeggen ook assertiever te zijn geworden: dat wil zeggen dat ze zich meer bewust zijn van de valkuil dat ze als 'zorgmens' soms een neiging tot 'overzorg' hebben. Dat betekent altijd meer willen doen dan nodig is. Overzorg kan onrust in een gezin met zich meebrengen, wat volgens de geïnterviewde Natuurlijke Kraamverzorgenden een fijne en goede kraamweek in de weg kan staan.

## 2. Voorkomen van (gezondheids)problemen

Onderzoeksvraag 2: Welke gezondheidsproblemen en medische kosten kunnen worden voorkomen door de inzet van Natuurlijke Kraamzorg, volgens ouders en kraamverzorgenden?

Volgens de Natuurlijke Kraamzorg is op het gebied van gezondheid voor zowel moeder als kind, veel winst te behalen door direct te starten warmte-zorg en het gebruik van natuurlijke producten en middelen. De moeders noemen (borst)ontstekingen het vaakst als (gezondheids)probleem dat door de Natuurlijke Kraamzorg is voorkomen of verholpen, gevolgd door stress bij de moeder, borstvoeding die stagneert en onzekerheid over de verzorging van de baby, krampjes bij de baby, onzekerheid over de gezondheid van de baby en hechtingen die moeilijk helen. De Natuurlijke Kraamverzorgenden noemen het vaakst: onzekerheid over de verzorging van de baby, gevolgd door: krampjes bij de baby, stress bij de moeder, borstvoeding die stagneert, overmatig huilen door de baby,

(borst)ontstekingen, slaapproblemen bij de moeder en de baby, hechtingen die moeilijk helen en groeiproblemen bij de baby.

Natuurlijke Kraamverzorgenden in loondienst geven significant vaker aan dat ze overmatig huilen door de baby hebben voorkomen of verholpen in het afgelopen jaar dan Natuurlijke Kraamverzorgenden die werken als ZZP'er. Zij hebben daarentegen significant minder vaak aangegeven slaapproblemen bij de moeders te hebben verholpen of voorkomen, vergeleken met de ZZP'ers. Onduidelijk is wat hiervoor de verklaring is.

Opvallend is dat **stress bij de moeder** voorkomt in de top 3 van zowel moeders als Natuurlijke Kraamverzorgenden van meest voorkomende problemen die zijn **voorkomen of verholpen** door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak. Natuurlijke Kraamzorg lijkt dus vooral geschikt te zijn als het gaat om het tegengaan van onzekerheid en stress bij de moeder over de verzorging en

gezondheid van de baby. En minder stress draagt volgens de geïnterviewde Natuurlijke Kraamverzorgenden bij aan een beter hechtingsproces tussen ouder en pasgeboren baby (zie hierboven).



Afgaande op de antwoorden uit enquêtes, zowel onder moeders als onder Natuurlijke Kraamverzorgenden, blijkt de Natuurlijke Kraamzorgaanpak geschikt om grote en kleine (gezondheids)problemen in kraamgezinnen te voorkomen en/of te verhelpen. [zie voor meer info in de bijlage: Tabel 1]

### 3. Vergroten van gevoelens van veiligheid

Onderzoeksvraag 3: Kan Natuurlijke Kraamzorg bijdragen aan het vergroten van het gevoel van veiligheid bij ouders? En zo ja, op welke manier?



De kraamverzorgende begeleidt en ondersteunt de moeder tijdens de kraamweek bij de dagelijkse zorg voor de baby. Om dit te kunnen doen betreedt zij het privédomein van het gezin. Daarom is het belangrijk dat de kraamverzorgende bij het gezin vertrouwen wekt en deskundigheid uitstraalt.

Over het algemeen hebben de ouders zich geborgen en veilig gevoeld tijdens de kraamweek met Natuurlijke Kraamzorg. Een ruime meerderheid, negen van de tien ouders, heeft nooit twijfels gehad over het nut of de noodzaak van een aspect van de Natuurlijke Kraamzorg. **Problemen in de communicatie tussen ouders en de verloskundigen zijn er niet geweest.** Over de verzorging en de gezondheid van hun baby is geen spanning geweest. Een substantieel deel van de moeders geeft aan dat alles zo goed ging, dat er geen overleg nodig was.

Uit de enquête onder moeders blijkt dat de Natuurlijke Kraamverzorgende veel aandacht heeft voor de gezondheid van de baby en handelt als de situatie daarom vraagt, bijvoorbeeld door te overleggen met de verloskundige. Over het algemeen blijken de Natuurlijke Kraamverzorgenden de gezondheidsbevorderende beslissingen ten aanzien van de baby in gezamenlijkheid met ouders te nemen. Soms zijn er

Meerwaarde Natuurlijke Kraamzorg – [www.natuurlijkekraamzorg.eu](http://www.natuurlijkekraamzorg.eu)  
Publicatie Resultaten onderzoek HSL – verkorte symposium uitgave 2024

vaste overlegmomenten of soms gebeurt dit wanneer overleg over de verzorging of gezondheid van de baby nodig is. De uitleg van de Natuurlijke Kraamverzorgenden neemt vooral onzekerheid bij ouders weg over de gezondheid van de baby (bijvoorbeeld ten aanzien van temperaturen of geelzien van de baby). Onzekerheid bij de ouders nemen zij ook weg door ouders goed te leren kijken naar de behoeftes van hun kind, zo geven de moeders zelf aan.

Van de ouders die ervaring hebben met zowel reguliere als Natuurlijke Kraamzorg, geeft ongeveer driekwart aan meer vertrouwen te hebben dat ze in goede handen zijn wat betreft de verzorging van de baby en het gezin. [zie in de bijlage: Figuur 1]

De meerderheid van de Natuurlijke Kraamverzorgenden denkt er ook zo over. Van hen blijkt ruim vier van de vijf Natuurlijke Kraamverzorgenden het (helemaal) eens te zijn dat hun Natuurlijke Kraamzorgaanpak bijdraagt aan een basis van vertrouwen. Ouders zouden hierdoor weten dat ze in goede handen zijn.

Bijna elke Natuurlijke Kraamverzorgende geeft aan met ouders te overleggen, wanneer zij bij aanvullende inzichten uit de Natuurlijke Kraamzorg afwijken van de reguliere aanpak. En bijna negen van de tien overleggen dan met de verloskundige. Meer dan een kwart overlegt in dat geval (ook) met een collega-kraamverzorgende.

Een goede samenwerking met de verloskundige is belangrijk voor de veiligheid van de kraamzorg. De houding van een verloskundige ten opzichte van de Natuurlijke Kraamzorgaanpak kan hierop van invloed zijn. Meer dan driekwart van zowel de moeders als van de Natuurlijke Kraamverzorgenden geeft aan dat de verloskundige(n) met wie de Natuurlijke Kraamverzorgende samenwerkt (zeer) positief staat/staan tegenover de Natuurlijke Kraamzorgaanpak. De overige moeders en Natuurlijke Kraamverzorgenden geven een neutraal antwoord of zeggen niet te weten hoe de verloskundige denkt over de Natuurlijke Kraamzorg. Geen enkele moeder en geen enkele Natuurlijke

Kraamverzorgende kwalificeert de houding van de verloskundige tegenover de Natuurlijke Kraamzorg als negatief. Er is dus over het algemeen sprake van **vertrouwen onder de verloskundigen in de Natuurlijke Kraamzorgaanpak**.

Dit onderzoek laat zien dat Natuurlijke Kraamzorg kan bijdragen aan het vergroten van gevoelens van veiligheid bij de ouders. Overleg met ouders en andere zorgprofessionals en de samenwerking met de verloskundigen door Natuurlijke Kraamverzorgenden zijn belangrijke waarborgen voor een veilige toepassing van Natuurlijke Kraamzorg. Dit onderzoek laat zien dat de Natuurlijke Kraamverzorgenden dit voldoende in acht nemen.

#### 4. Vergroting van de eigen regie en autonomie

Onderzoeksvraag 4: Ervaren zowel ouders als kraamverzorgenden meer eigen regie en autonomie in respectievelijk het gezinsleven dan wel het werk, door toedoen van Natuurlijke Kraamzorg? Zo ja, hoe?

We zagen al dat een ruime meerderheid van de Natuurlijke Kraamverzorgenden meer plezier ervaart in het werk en dat de opleiding tot Natuurlijke Kraamzorg een positief effect heeft gehad op de persoonlijke ontwikkeling. De Natuurlijke Kraamverzorgenden ervaren over het



algemeen dat ze meer kennis en vaardigheden hebben door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak om de kraamgezinnen een goede en fijne kraamweek te bezorgen. Meer kennis en vaardigheden dragen over het algemeen bij aan een grotere zelfstandigheid en autonomie in het werk als kraamverzorgende. Bijna negen van de tien Natuurlijke Kraamverzorgenden geven daarnaast aan dat ze zich vrij voelen om de Natuurlijke Kraamzorg toe te passen.

We zagen dat onzekerheid over de verzorging van de baby over het algemeen vaak door moeders wordt genoemd als veelvoorkomend probleem dat door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak is voorkomen en/of verholpen. Meer vaardigheden en kennis wat betreft de verzorging van de baby dragen bij aan meer autonomie in de verzorging van de baby door de ouders. Bijna negen van de tien Natuurlijke Kraamverzorgenden geven aan dat ze merken dat ouders meer vaardigheden hebben gekregen door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak wat betreft de verzorging van de baby. Ook zeggen ruim vier van de vijf Natuurlijke Kraamverzorgenden dat er sprake is van meer rust in het gezin.

Ongeveer vier van de vijf ouders die ervaring hebben met zowel reguliere als Natuurlijke Kraamzorg, geven aan dat ze meer vaardigheden hebben gekregen wat betreft de verzorging van hun baby door de Natuurlijke Kraamzorg. Van deze groep ouders (met ervaring met beide soorten kraamzorg) geven ruim drie van de vijf ouders aan dat er meer rust in het gezin is gekomen door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak. [zie voor meer info in de bijlage: Figuur 1]

Naast het aanbrengen van meer rust, ritme en regelmaat (prikkelreductie), stimuleren de Natuurlijke Kraamverzorgenden de zelfstandigheid van de ouders door ouders zoveel mogelijk bij de verzorging te betrekken. Bijna alles gaat in overleg met de ouders, vrijwel niets gebeurt zonder hun toestemming. Er zijn vaak vaste overlegmomenten waarin de Natuurlijke Kraamverzorgenden toepassingen voordoet en uitlegt.

Over het algemeen laat dit onderzoek zien dat de Natuurlijke Kraamzorg zorgt voor **vergroting van de eigen regie en autonomie, bij zowel ouders als kraamverzorgenden**. Vergroting van de autonomie is belangrijk. In de eerste plaats voor de kraamverzorgenden omdat dit mogelijk leidt tot meer plezier in het werk en dus voor een deel zou kunnen zorgen dat Natuurlijke Kraamverzorgenden langer voor de sector behouden blijven om aan de grote vraag naar Natuurlijke Kraamzorg te kunnen voldoen (zie verderop). In de tweede plaats zorgt een grotere autonomie bij de ouders over het algemeen voor meer rust in het gezin. Dit is volgens de geïnterviewde Natuurlijke Kraamverzorgenden de basis van een goed hechtingsproces tussen ouders en pasgeboren baby.

## 5. Vermindering uitstroom kraamverzorgenden

Onderzoeksvraag 5: Kan Natuurlijke Kraamzorg bijdragen aan het verminderen van de uitstroom van kraamverzorgenden? En zo ja, op welke manier?

De vraag naar Natuurlijke Kraamzorg vanuit de gezinnen is dermate groot, dat er sprake is van een tekort is aan gecertificeerde Natuurlijke Kraamverzorgenden. De vraag is of langer



doorwerken door de huidige Natuurlijke Kraamverzorgenden bij kan dragen aan de oplossing van dit probleem. Immers 81% van de Natuurlijke Kraamverzorgenden geeft aan meer plezier in het werk te hebben door toepassing van de Natuurlijke Kraamzorg.

De enquête onder Natuurlijke Kraamverzorgenden toont aan dat, ondanks meer werkplezier en een grotere autonomie door toepassing van de Natuurlijke Kraamzorg, dit niet betekent dat de kraamverzorgenden ook geneigd zijn om langer door te werken (dus na hun pensionering) omdat ze Natuurlijke Kraamzorg toepassen.

Aan het motiveren van kraamverzorgenden om de opleiding Natuurlijke Kraamzorg te doen, zit een aantal praktische bezwaren. De Natuurlijke Kraamverzorgenden in dit onderzoek vinden de Natuurlijke Kraamzorg weliswaar verrijkend en verdiepend en inspirerend, maar het volgen van de opleiding vergt van de kraamverzorgenden een behoorlijke inspanning en tijdsinvestering.

## 6. Vergroten van de bekendheid van Natuurlijke Kraamzorg

Onderzoeksvraag 6: Op welke wijze kan de bekendheid met Natuurlijke Kraamzorg bij het publiek worden vergroot? De daadwerkelijke vraag naar Natuurlijke Kraamzorg hangt af van de bekendheid bij jonge moeders. Een belangrijke vraag is dan ook hoe (potentiële) klanten het beste in contact kunnen komen met deze vorm van kraamzorg.

De meeste kraamverzorgenden in dit onderzoek (ruim vier van de vijf) geven aan het belangrijk te vinden dat er bij het grote publiek meer aandacht komt voor de Natuurlijke Kraamzorg. Aan de andere kant wordt ook opgemerkt dat meer aandacht wellicht meer vraag zal genereren. En dat, terwijl er nu al te weinig Natuurlijke Kraamverzorgenden zijn.

Bijna alle moeders in dit onderzoek (negen van de tien) vinden het belangrijk dat er bij het grote publiek meer aandacht komt voor Natuurlijke Kraamzorg. Veruit de meeste jonge moeders zouden **via de verloskundige** op de hoogte gebracht willen worden van de mogelijkheid van Natuurlijke Kraamzorg. Ook kraambureaus worden als belangrijke informatiebronnen genoemd. Daarnaast websites en advertenties en voorlichting door andere

professionals zoals lactatiedeskundigen en huisartsen. Een keuzehulp-app en een pre-conceptieconsult worden weinig genoemd.

Uit de literatuurverkenning blijkt dat juist ten aanzien van deze voorlichtingstaak (van verloskundigen en kraamverzorgenden) winst te behalen valt: door de komst van de integrale geboortezorg zijn er verschillende momenten in de ketenaanpak waarin voorlichters ouders kennis kunnen laten maken met Natuurlijke Kraamzorg, zodat zij beter een weloverwogen keuze maken voor het soort kraamzorg dat zij wensen.

Behoorlijk wat moeders geven in de enquête aan dat ze graag bij hun eerste kind ook al Natuurlijke Kraamzorg hadden willen hebben, maar dat ze niet van het bestaan ervan afwisten. Kennelijk waren ze ook niet door de verloskundige geïnformeerd. Dat vinden ze jammer want juist de



keuzevrijheid in de gewenste soort kraamzorg vinden moeders belangrijk. Mond-op-mondreclame of persoonlijke informatie (door de verloskundige of door de kraamverzorgende), al dan niet met een begeleidende brochure, genieten bij deze moeders over het algemeen de voorkeur.

Ook andere ontwikkelingen bieden kansen. Denk hierbij aan betere aansluiting bij intermediaire organisaties en aanbieders en bij bestaande eHealth programma's. Ook meer samenwerking met reguliere ziekenhuizen en geboortecentra zou een optie kunnen zijn. Daarnaast zou, naar het voorbeeld van de Therapeutica in Nederland, de Natuurlijke Kraamzorg zelf het initiatief kunnen nemen tot de ontwikkeling van eHealth programma's of oprichting van eigen geboortecentra en -hotels die zijn gestoeld op het gedachtegoed van de Natuurlijke Kraamzorg. Tot slot blijft het doen van onderzoek belangrijk voor de brede toepassing van

werkzame principes uit de Natuurlijke Kraamzorg, denk



bijvoorbeeld aan de toepassing van warmtezorg bij baby's. Immers onderzoek naar regelmaat en prikkelreductie heeft aangetoond dat wanneer toepassingen uit de Natuurlijke Kraamzorg evidence-based zijn gebleken, deze uiteindelijk vanzelf hun weg vinden naar de dagelijkse praktijk van de reguliere kraamzorg.

## Aanbevelingen

- Het vergroten van de bekendheid van Natuurlijke Kraamzorg door praktische implementatie, zoals het organiseren van trainingen en

Meerwaarde Natuurlijke Kraamzorg – [www.natuurlijkekraamzorg.eu](http://www.natuurlijkekraamzorg.eu)  
Publicatie Resultaten onderzoek HSL – verkorte symposium uitgave 2024

educatieve sessies op verschillende locaties. Hierdoor kunnen meer professionals en ouders bekend raken met de voordelen en toepassingen van Natuurlijke Kraamzorg.

- Het versterken van de samenwerking met bestaande kraamzorgorganisaties, zoals de KCKZ (Kenniscentrum Kraamzorg) en kraambureaus. Door nauwer samen te werken met deze organisaties kan de integratie van Natuurlijke Kraamzorg in bestaande zorgstructuren worden bevorderd.
- Intensivering van de samenwerking met verloskundigen, aangezien zij een cruciale rol spelen in de prenatale en postnatale zorg. Door nauwere samenwerking kunnen verloskundigen hun cliënten beter informeren over de mogelijkheden en voordelen van Natuurlijke Kraamzorg.
- Het uitbreiden van samenwerkingsverbanden met andere relevante ketenpartners, zoals consultatiebureaus (CB's). Dit zorgt voor een naadloze overgang en continuïteit van zorg voor gezinnen die gebruikmaken van Natuurlijke Kraamzorg.
- Streven naar een rechtvaardige vergoeding voor zowel reguliere kraamverzorgenden als Natuurlijke Kraamverzorgenden. Een passende vergoeding is essentieel om hoogwaardige zorg te kunnen blijven bieden en professionals te stimuleren zich verder te specialiseren tot Natuurlijke Kraamverzorgende.
- Het ondersteunen van initiatieven zoals de oprichting van een Natuurlijk Geboortehuis in samenwerking met antroposofische gezondheidscentra (Therapeutica). Een dergelijk centrum biedt een omgeving waarin Natuurlijke Kraamzorg optimaal kan worden toegepast en geïntegreerd met andere aspecten van zorg.
- Het uitvoeren van verder onderzoek naar de langetermijneffecten van Natuurlijke Kraamzorg, met name op de ontwikkeling van gehechtheid bij kinderen. Door de wetenschappelijke basis te versterken, kunnen de voordelen van Natuurlijke Kraamzorg beter worden onderbouwd en geïmplementeerd in de bredere zorgpraktijk.

Het volledige onderzoek kunt u vinden op de website van Hogeschool Leiden onder de link: [onderzoek-naar-de-meerwaarde-van-natuurlijke-kraamzorg.pdf \(hsleiden.nl\)](#)

En op de website van de stichting natuurlijke geboortezorg [Onderzoek Waarde Natuurlijke Kraamzorg - Natuurlijke Kraamzorg](#)

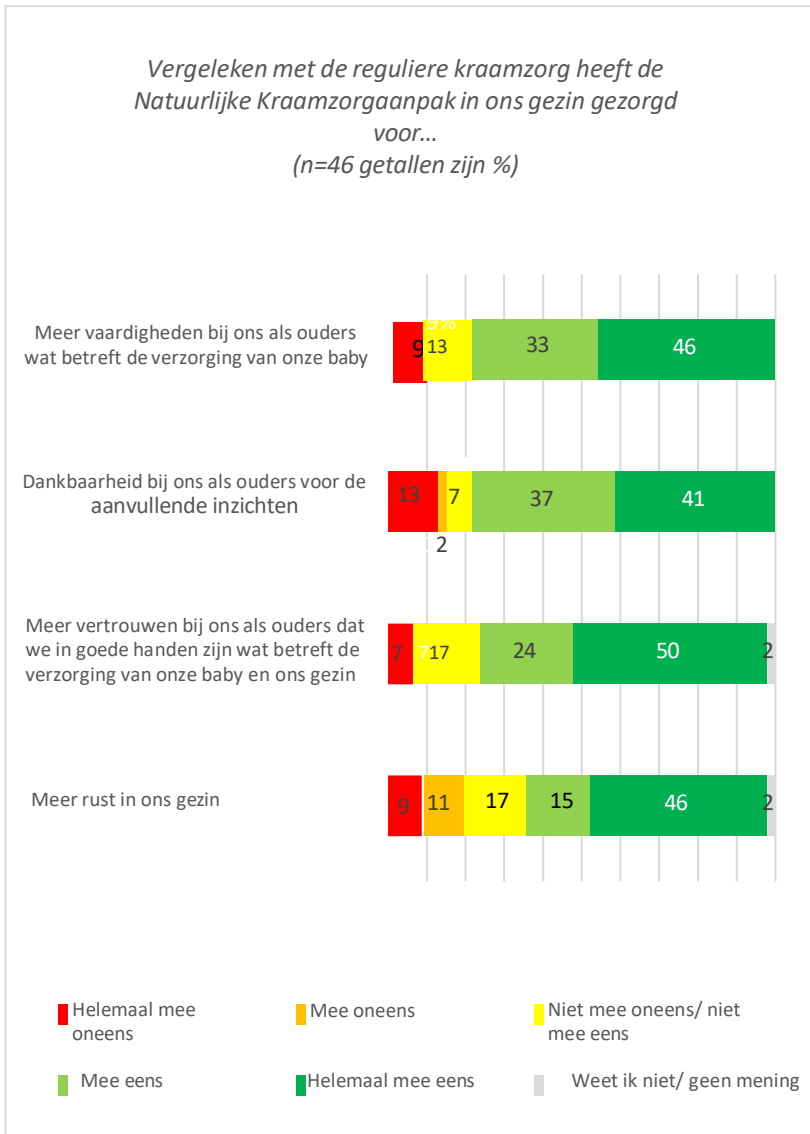


## Bijlagen

*Tabel 1: De (gezondheids)problemen die volgens de moeders zijn voorkomen of behandeld door de Natuurlijke Kraamzorgaanpak (meerdere antwoorden mogelijk, maximaal vijf antwoorden)*

	Aantal keer aangevinkt	% van totaal aantal keer aangevinkt	% van respondenten dat heeft geantwoord
(borst)ontstekingen	54	13%	48%
Stress bij mij als moeder	50	12%	44%
Borstvoeding die stagneert	44	11%	39%
Onzekerheid over de verzorging van onze baby	44	11%	39%
Krampjes bij onze baby	35	9%	31%
Onzekerheid over de gezondheid van onze baby	30	7%	27%
Hechtingen die moeilijk helen	29	7%	26%
Slaapproblemen bij onze baby	21	5%	19%
Slaapproblemen bij mij als moeder	17	4%	15%
Hechtingsproblemen tussen onze baby en ons als ouders	17	4%	15%
Overmatig huilen door onze baby	17	4%	15%
Geelzien van onze baby	11	3%	10%
Aambeien	9	2%	8%
Groeiproblemen	5	1%	4%
Spruw bij onze baby	4	1%	4%
Spruw bij mij als moeder	4	1%	4%
Relatieproblemen binnen ons gezin	2	1%	2%
Anders	8	2%	7%
Ik zou het niet weten	5	1%	4%
Totaal aantal antwoorden	406	100%	

*Figuur 1: vier stellingen over de vergelijking tussen reguliere en Natuurlijke Kraamzorg*



BEROEPSVERENIGING  
**NATUURLIJKE  
KRAAMZORG**  
SINDS 2012

