



ABONNEREN

Wijzig **Utrecht** ▶ Net Binnen 112 nieuws Van de lezer Uit-tips Eten en drinken Regiosport In



▲ Miriam van der Kreij met een schaal vol voor figuratieve eicellen. © Angeliek de Jonge

Dit is waarom het ophalen van je embryo's kan helpen bij het afsluiten van een vruchtbaarheidstraject



ABONNEREN

Wijzig **Utrecht** ▶ Net Binnen 112 nieuws Van de lezer Uit-tips Eten en drinken Regiosport In

miskraamdeskundige Miriam van Kreijl.



Maaïke Kooistra

18 januari 2026, 05:00 • Laatste update: 18 januari 2026, 08:58

Fysiek stelt het niet veel voor, een stel embryo's ingevroren in 'een soort rietje'. „Met het blote oog niet eens te zien, zo klein zijn ze. Ze worden ingevroren rond dag vijf van de celdeling”, zegt Van Kreijl.

Check je salaris met de Salariswijzer

Leeftijd

Jaren werkervaring

Functie niveau

Hoogst voltooide opleiding

mbo hbo wo

[Check je salaris](#)



Maar gevoelswaarde heeft het minuscule goedje wel, ontdekte ze al decennia geleden in haar werk als coach. „Mensen kwamen bij me met vragen over hun gezondheid, relatie, loopbaan; van alles. Ergens liepen ze vast en dat bleek vaak terug te voeren op een miskraam, een abortus of een fertiliteitstraject. Typisch iets wat vaak is verborgen of waar het niet meer zo over gaat, terwijl als dat wel mag, het ook weer meer in je werk of in je gezin gaat stromen.”

Problemen met zwanger worden

Inmiddels is Van Kreijl (53) deskundig in de emotionele begeleiding bij pril verlies in een zwangerschap. Met haar bedrijf Miskraambegeleiding Nederland traint ze verloskundigen, gynaecologen en echoscopisten over de psychosociale kant van miskramen, leidt ze gespecialiseerde coaches op en zette ze drie boeken op haar naam voor professionals en ouders die te maken krijgen met verlies tijdens de zwangerschap.



ABONNEREN

Wijzig **Utrecht** ▶ Net Binnen 112 nieuws Van de lezer Uit-tips Eten en drinken Regiosport In

Een op de zes heterostellen heeft problemen met zwanger worden, weet Van Kreijl. „Veruit de meeste van hen belanden vroeg of laat in het ziekenhuis, in de hoop met hulp alsnog hun kinderwens te vervullen.”



Je tekent een contract waar ook in staat wat er gebeurt met eventueel overgebleven embryo's

Miriam van Kreijl, Miskraambegeleiding Nederland

Een van de opties is ivf, waarbij eicellen buiten het lichaam van de moeder worden bevrucht en als embryo in de baarmoeder worden geplaatst. Jaarlijks starten een kleine 14.000 stellen met zo'n behandeling. „Er blijven soms nog embryo's over in de diepvries. Als patiënt kun je kiezen: Wil ik daar nog een keer zwanger van worden? Maar soms is het gezin compleet of is zwanger raken niet meer verantwoord. En dan heb je maar drie andere opties.”

Doneren aan de wetenschap

Die worden al voorgelegd wanneer een stel een traject in een fertilitetskliniek afspreekt: „Je tekent een contract waar ook in staat wat er gebeurt met overgebleven embryo's. Dat vink je aan. Je kan ze doneren aan de wetenschap, ter beschikking stellen aan een ander koppel met een kinderwens of laten vernietigen.”

Vernietigen gebeurt sowieso vaak na vijf jaar, als ouders niet reageren op de vraag wat ze willen. „Elk jaar krijg je een brief. Veel vrouwen vertellen dat ze gerust een paar nachten van wakker liggen over die beslissing. Dan besluiten ze om ze toch maar weer een jaar in de vriezer te laten. Op een gegeven moment is de wettelijke maximale bewaartermijn verstreken. En als je niks kiest, worden ze vernietigd. Maar dat weet niet iedereen.”

alsnog kunnen kiezen voor ophalen; dat ze mogen terugkomen op een eerdere keuze

Miriam van Kreijl, Miskraambegeleiding Nederland

Waarom dat er soms zo inhakt? „Het gaat om de prille vorm van verlies; niet ergens in de zwangerschap, maar aan het allereerste begin. Dat is zoiets wezenlijks. Het kan voelen als een potentieel kind, broertjes en zusjes van al levende kinderen, als die er zijn.”

Mensen vinden het ook wel lastig als dat prille verlies ze dwars zit. „Ze kunnen denken: ‘Waar hebben we het nou over?’”, zegt Van Kreijl. „Dat maakt het ingewikkeld om mee naar buiten te komen. Er zijn ook wel oordelen over.”



▲ Embryo's onder de microscoop.

Het liefst ziet Van Kreijl dat stellen een extra optie krijgen. „Om de embryo's op te halen. Het zou goed zijn als ouders daar aan het eind van het traject alsnog voor kunnen kiezen.”



ABONNEREN

[Wijzig](#) [Utrecht](#) ▶ [Net Binnen](#) [112 nieuws](#) [Van de lezer](#) [Uit-tips](#) [Eten en drinken](#) [Regiosport](#) [In](#)

met als optie benoemt. Een beetje een kip-ei-verhaal misschien.

Niettemin kunnen mensen volgens Van Kreij altijd vragen om hun embryo's op te halen bij de kliniek, ook als de optie niet expliciet wordt genoemd. „Wettelijk mag dat gewoon.”



Het hoeft helemaal geen drama te zijn, maar aandacht doet er wel toe

Miriam van der Kreij, Miskraambegeleiding Nederland

Opties zijn er vervolgens te over om goed afscheid te nemen van een kindje in de dop, meent Van Kreij. „Het hoeft geen drama te zijn, maar aandacht doet er wel toe. Er kan van alles: begraven in de tuin of in een pot die mee kan met een verhuizing, of in een bos of in het park. Meegeven aan een rivier of de zee.”

Wat incidenteel al gebeurt: „Verwerken in een sieraad. Of begraven op het graf van een dierbare.”

Mooi doosje

Inmiddels heeft Van Kreij verscheidene stellen op het spoor gezet om hun vruchtbaarheidstraject beter af te sluiten. „Een mevrouw koos ervoor haar embryo's in een mooi doosje met watjes mee te nemen naar huis. Iemand anders zei: 'Ik wil ze ook het huis laten zien, want ik had hier graag voor ze gezorgd'. Goed afscheid nemen en dan kun je verder.”

Soms gaat dat minder makkelijk. „Ik sprak een vrouw die er niet uit kwam met haar man. Ze wilde ze graag ophalen. Hij vond het ook prima om te doneren aan de wetenschap. Misschien was het gesprek sneller en makkelijker geopend, als ophalen ook als optie was aangeboden.”

Van Kreij blijft haar missie voortzetten en heeft de tijd mee. „Er ontstaan online communities van mensen die vruchtbaarheidsbehandelingen meemaken, BN'ers zijn opener over hun verlies of hun fertiliteitstraject of miskraam. Dat maakt het makkelijker



ABONNEREN

Wijzig **Utrecht** ▶ Net Binnen 112 nieuws Van de lezer Uit-tips Eten en drinken Regiosport In

De volgende stap liet een gynaecoloog die scholing volgde bij Van Kreijl al zien. „Zij werkt ook in Engeland, waar ze het principe hebben dat voor gelijke situaties, gelijke zorg moet gelden. Zij vroeg zich af: Waarom is er veel meer aandacht voor babysterfte, dan voor miskramen en dit soort verlies? Zij gaat zich daar nu hard voor maken. Misschien maak je geen foto's van embryo's en natuurlijk zijn er geen voetafdrukjes van maken of haarlokjes bewaren. Maar iets meer aandacht voor wat je kunt doen met je overgebleven embryo's, kan veel betekenen.”

Tip onze verslaggever

Maaïke Kooistra

Schrijft over de regio Utrecht

m.kooistra@ad.nl

Ontvang elke avond een nieuwsbrief met nieuws uit jouw gemeente! [Schrijf je hier in!](#)



Kies jouw gemeente

Stel hier jouw gemeente in en lees elke dag al het nieuws uit jouw omgeving.



Volg AD Utrechts Nieuwsblad op sociale media

[WhatsApp](#) • [Instagram](#) • [Bluesky](#) • [Facebook](#) • [Threads](#) • [X.com](#) • [LinkedIn](#)

Ontvang elke avond een nieuwsbrief met nieuws uit jouw gemeente! [Schrijf je hier in!](#)