

ZWANGER? PROFICIAT! WAT NU?

Wij geven u alvast een kort overzicht van de medische opvolging bij uw zwangerschap. De opvolging wordt vaak al gestart voor de zwangerschap bij de huisarts en/of gynaecoloog. Wanneer je thuis een positieve zwangerschapstest deed, wordt in een eerste gesprek uitgebreid uitleg gegeven over de opvolging.

NOG NIET ZWANGER? NOG STEEDS NIET ZWANGER? ONVERWACHTS ZWANGER?

Ook hiervoor kan je bij je huisarts terecht. Spreek er zeker en vast over. Elke ongerustheid verdient een gesprek.

VOORAFGAAND

Vrijblijvend gesprek

- Persoonlijke voorgeschiedenis
- Familiale voorgeschiedenis
- Algemene gezondheid
- Startgegevens (Lichaamsgewicht, bloeddruk,...)
- Advies betreffende zwangerschap: Stoppen anticonceptie – Vruchtbaarheid – Levensstijl – zwangerschapstest (Wanneer? Bij uitblijven van de menstruatie.) – medicaties te mijden (ook vrij te verkrijgen)

Bloedonderzoek

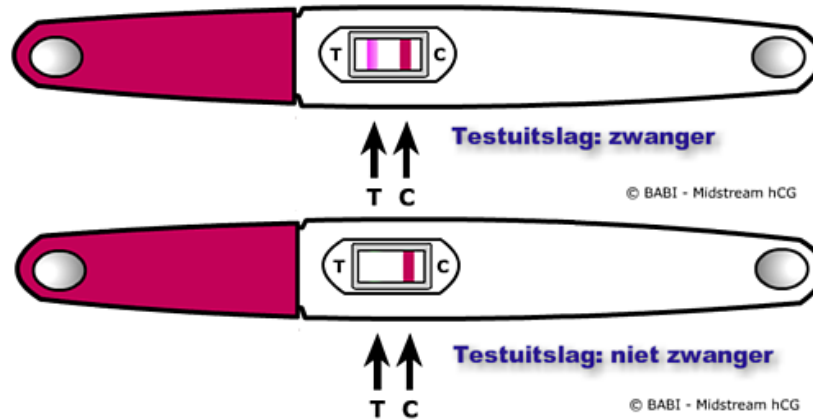
Een nuchter bloedonderzoek wordt uitgevoerd

- Uw bloedgroep en rhesusfactor worden bepaald
- Er wordt gekeken of je al of niet bepaalde infecties al hebt doorgemaakt
- Suikerwaarde wordt bepaald

Opstart vitamine: foliumzuur

- Ter preventie van neurale buis afwijkingen/een open ruggetje wordt een vitamine opgestart
- Dit wordt aangeraden vanaf de zwangerschapswens tot en met 3 maanden zwangerschap
- Dosis: 0.4mg / dag – vrij te verkrijgen in de apotheek

ZWANGERSCHAPSTEST POSITIEF



Is een zwangerschapstest correct?

Een zwangerschapstest in de urine is een zeer correcte diagnose van een zwangerschap. Hetzelfde hormoon wordt in het bloed teruggevonden. Is de test positief, mag je ervan uitgaan dat je zwanger bent.

Hoever ben ik?

Zelf kan u de berekening maken door de 1ste dag van uw laatste menstruatie goed bij te houden. Tel daarbij 9 maanden en 10 dagen op. Dit is een zeer ruwe en onprofessionele schatting. De gynaecoloog kan vanaf 8 weken de uitgerekende bevallingsdatum bepalen op echografisch onderzoek door de lengte van het embryo'tje te meten. Dan pas kunnen we spreken van een correct uitgerekende bevallingsdatum.

Merk ik dat ik zwanger ben?

Dit is zeer afhankelijk van persoon tot persoon. In het prille begin van de zwangerschap is het moeilijk om hierover uitleg te vragen aan vrienden en/of familie (aangezien we de zwangerschap nog wat voor onszelf houden). Toch is het belangrijk om erover te spreken met je partner/je arts/ een vertrouwenspersoon. Volgende tekens komen vroeg in de zwangerschap voor:

- Ochtendbraken en misselijkheid
- Vermoeidheid
- Verhoogde spanning in de borsten

Bij hinderlijke last kan je steeds de huisarts contacteren voor tips en eventueel medicatie.

ZWANGERSCHAPSOPVOLGING IN EEN NOTENDOP

Week 8 (6 – 10)		Keuze: HA/VV/GYN
Gesprek	Diagnose, wensen, risico's bespreken, uitleg Down-screening/NIPT test.	Huisarts / vroedvrouw
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje	Huisarts / vroedvrouw
Bloedonderzoek	Als voorafgaand nog geen bloedonderzoek gebeurde of als dit lang geleden is. Het zwangerschapshormoon is enkel een extra bevestiging.	Huisarts
Medicatie	Foliumzuur 0.4mg/d = vrij te verkrijgen, zeker en vast eerste 3 maanden	Apotheek
Week 12 (11 – 14)		Gynaecoloog
Gesprek	Beleving, wensen, risico's bespreken, uitleg Down-screening/NIPT test.	Gynaecoloog
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje, echografie en harttonen	Gynaecoloog
Bloedonderzoek	Down-screening/NIPT-test (terugbetaling vanaf 12 weken)	Huisarts / ziekenhuis
Week 16 (15-17)		Keuze: HA/VV/GYN
Gesprek	Klachten? Beleving? Vragen?	Huisarts / Vroedvrouw
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje, harttonen	Huisarts / vroedvrouw
Week 20 (18 – 23)		Gynaecoloog
Gesprek	Beweging kindje, welke tekens duiden op zwangerschapsvergiftiging	Gynaecoloog
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje, echografie en harttonen	Gynaecoloog
Week 24 (24 – 28)		Keuze: HA/VV/GYN
Gesprek	Beweging kindje, welke tekens duiden op zwangerschapsvergiftiging, welke tekens duiden op vroegtijdige opening	Huisarts / Vroedvrouw
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje, harttonen	Huisarts / Vroedvrouw
Bloedonderzoek	Suikertest om zwangerschapsdiabetis op te sporen (1 u vooraf suikerdrankje drinken – te verkrijgen bij je huisarts)	Huisarts
Medicatie	Antistoffen wanneer bloedgroep rhesus negatief op 28 weken	
	Vaccinatie tegen kinkhoest (zowel bij mama als bij papa)	Huisarts
Week 30 (29 – 33)		Gynaecoloog
Gesprek	Beweging kindje, welke tekens duiden op zwangerschapsvergiftiging, welke tekens duiden op vroegtijdige opening, informatie prenatale oefeningen, bevalling, uitlegsessies borstvoeding	Gynaecoloog
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje, echografie en harttonen	Gynaecoloog
Vanaf week 32 = 1x per 2 weken tot uiteindelijk 1x per week		Gynaecoloog
Gesprek	Klachten, tekenen zwangerschapsvergiftiging, bevalling voorbereiden	Gynaecoloog
Onderzoek	Bloeddruk, lichaamsgewicht, urinestaaltje, echografie en harttonen	Gynaecoloog
	Ligging van de baby en opening	Gynaecoloog
	Wisser vaginale infectie GBS tussen week 35 en week 37	Gynaecoloog
Vanaf week 40 = Verhoogde opvolging en monitoring in het verloskwartier		Gynaecoloog

Waar “Gynaecoloog” wordt aanbevolen, is het belangrijk dat deze opvolging bij de **Gynaecoloog** plaats vindt. Er moeten dan namelijk echografische onderzoeken worden uitgevoerd om de evolutie van de foetus te volgen.

Waar “Naar keuze” staat, kan je zelf kiezen of je bij **je huisarts/je vroedvrouw/je Gynaecoloog** langs gaat. Dit kan verschillend zijn bij een eerste zwangerschap en de volgende zwangerschappen. Weet je niet goed wat je moet doen, kan dit bespreken met een zorgverlener naar keuze. De vaccinaties tegen kinkhoest worden steeds geplaatst door de huisarts.

VACCINATIES TIJDENS DE ZWANGERSCHAP?

Kinkhoest?

- Tussen week 24 en week 28 bij je huisarts te verkrijgen (hoef je niet bij de apotheek op te halen)
- Zowel toekomstige moeder als vader. Bij elke zwangerschap wordt de mama opnieuw gevaccineerd.
- Vaccinatie bij de moeder beschermt de baby in de eerste maanden. De prikjes bij de baby starten pas vanaf 8 weken.

Griep?

- Het vaccineren van de griep gebeurt vanaf half-oktober tot en met eind november .
- Ben je 16 weken zwanger vanaf half-oktober, raden we een griepvaccin aan om de winter sterk door te komen.
- Ook is het samen leven met een baby < 6 maanden een indicatie om je te laten vaccineren tegen de seizoensgriep.

INFECTIES TIJDENS DE ZWANGERSCHAP?

Zie folder “[Infecties tijdens de zwangerschap](#)” op onze website.

HULP TIJDENS DE ZWANGERSCHAP EN NA DE BEVALLING?

Tijdens je zwangerschap, kan je je best informeren over alle te nemen maatregelen voor als de baby erbij komt. Bij een eerste consultatie krijg je het “[zwangerschapsboekje](#)” mee met daarin chronologisch opgesomd wat je allemaal zal beleven én wat je wanneer in orde moet brengen. Het is als het ware een leidraad. Kijk je toch graag rond op internet, dan kan je hier correcte informatie terugvinden:

<http://www.kindengezin.be/zwangerschap-en-geboorte/>

Heel uitgebreide website die u informeert over alles wat bij zwangerschap komt kijken.

<http://www.kindengezin.be/nieuwsbrieven/over-je-zwangerschap/inschrijven/>

Je kan je inschrijven op deze wekelijkse nieuwsbrief (e-mail) waarin je persoonlijk begeleiding krijgt aangepast aan de duur van je zwangerschap.

<http://www.dewieg.be/>

Hier kan je alles vinden over kraamzorg.

Via het ziekenhuis [AZ Delta Roeselare en Jan Yperman Ieper](#) worden ook informatiesessies gehouden betreffende onder andere borstvoeding, een rondleiding in de kraamkliniek, ... Aarzel niet om uitleg te vragen, wij helpen u graag verder.

DE DOKTERS VAN HAPPA WENSEN JE ALVAST EEN FIJNE ZWANGERSCHAP

Dr. Jan Ingelaere, Dr. Peter Bardyn en Dr. Bossaert Herlinde

Bronnen:

- HapPa huisartsen
- www.domusmedica.be : Richtlijn goede medische praktijkvoering, Zwangerschapsopvolging. 2015