



KINDERWENS SPREEKUUR

DE PAREL
VERLOSKUNDIGENPRAKTIJK



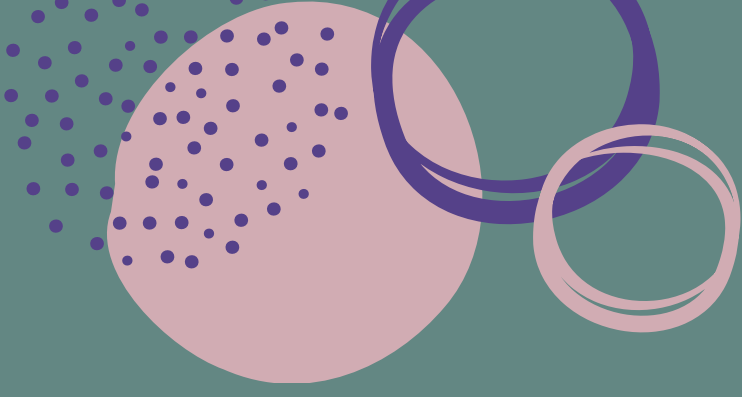
De Parel

Tel: 06-13325095
Chopinstraat 1b, 3752HR
Bunschoten-Spakenburg



KINDERWENS

Het was gebruikelijk om je aan te melden bij een verloskundige vanaf een positieve test. Tegenwoordig is het ook mogelijk om al eerder in gesprek met ons over jullie kinderwens. Het is bekend dat er juist in de eerste weken zwangerschap veel gebeurt qua ontwikkeling van de baby. De organen en placenta ontwikkelen. Veel problemen in de zwangerschap en mogelijk later bij een kind kunnen komen door bedreigingen in deze eerste periode. Deze eerste periode begint al als de zwangerschapstest nog niet eens positief aangeeft. Uit onderzoek blijkt dat 1 op de 2 stellen één of meerdere factoren heeft die van invloed kunnen zijn op de zwangerschap. Lees deze folder verder om erachter te komen wat deze risicofactoren kunnen zijn, en voor jullie betekenen.



"Laagdrempelig,
aandacht voor
jou, voorbereid
zwanger
worden"



Foliumzuur

Foliumzuur wordt geadviseerd vanaf 4 weken voor de bevruchting tot 10 weken in de zwangerschap. Eigenlijk dus vanaf het ontstaan van de kinderwens. Foliumzuur helpt bij het sluiten van de neurale buis.

Intoxicaties

o Roken tijdens de zwangerschap wordt afgeraden. Roken geeft namelijk een verhoogde kans op een laag geboortegewicht, vroeg geboorte en aangeboren afwijkingen.

o Alcohol heeft invloed op de vruchtbaarheid van jou en je man, deze wordt onder invloed van alcohol verminderd. Daarnaast heeft alcohol gebruik in de zwangerschap invloed op de ontwikkeling van de baby. Alcohol gebruik heeft vooral invloed op de hersenontwikkeling en kan zorgen voor aangeboren afwijkingen. Het advies is dan ook om voor de bevruchting al te stoppen.

o Drugs kan invloed hebben op de spermacellen, eicelleiders en baarmoeder en dus op de vruchtbaarheid. Daarnaast heeft het gebruik van drugs ook invloed op de ontwikkeling van de baby. Zo kan drugsgebruik leiden tot aangeboren afwijkingen, miskramen, complicaties in de zwangerschap of gedragsproblemen bij het kind op latere leeftijd. Het is belangrijk het gebruik hiervan voor de bevruchting al te stoppen.

Voeding

Het is belangrijk dat je voor en tijdens de zwangerschap gezond en gevarieerd eet. De bouwstoffen die jij uit de voeding haalt zijn belangrijk voor de groei en ontwikkeling van je kind.

Medicatie

Een aantal vrouwen gebruikt medicatie voor eventuele ziektes of chronische aandoeningen. Het is belangrijk om voor de zwangerschap informatie te vergaren over deze medicatie en indien nodig deze aan te passen op de zwangerschap.

Risico's

Bij sommige werkzaamheden of werkomstandigheden kan je in aanraking komen met gevaarlijke of zwaar belastende situaties. Samen kan je gaan kijken hoe je dit bij een eventuele zwangerschap kan voorkomen.

Beweging

Beweging heeft invloed op de algemene gezondheid en stemming. Door sporten en bewegen beginnen vrouwen fit aan de zwangerschap. Het advies is om minimaal twee keer per week te sporten.

Familie

In de familie kunnen soms aangeboren afwijkingen of chronische ziektes voorkomen. Het kan raadzaam zijn om deze voor de zwangerschap in kaart te brengen en te bekijken hoe groot deze kans voor jullie is.

Stress

Stress heeft invloed op je eigen en lichamelijke gesteldheid. Zo kan stress zorgen voor een hoge bloeddruk. Daarnaast kan het ook zijn dat je medicatie hiervoor gebruikt, het kan dan aangewezen zijn om op voorhand al informatie te krijgen over deze medicatie.

WANNEER EN WAAR

Om toch te zorgen dat deze eerste periode zo goed mogelijk verloopt willen wij jullie uitnodigen voor het kinderwensspreekuur. Hier beantwoorden wij jullie vragen en geven wij informatie om zo gezond mogelijk zwanger te worden met als doel de zwangerschapsuitkomst positief te beïnvloeden. Dit spreekuur kan zowel digitaal als live op de praktijk plaats vinden, afhankelijk van jullie wensen en behoeftes. Meld je vrijblijvend aan op onze website of neem telefonisch contact met ons op.

