Zwanger

Welkom: onze begeleiding tijdens uw zwangerschap

www.nwz.nl

Noordwest Ziekenhuisgroep

Inhoud

Uw Zorgteam	3
Welke zorgverleners komt u tegen?	3
Eerste bezoek: intake afspraak	4
Overzicht: uw controles en to do lijst	5
Kraamzorg	10
Eerstelijns verloskundige	10
22 weken prik	10
Griepprik	11
Vaccinatie tegen Corona	11
Erkenning van de ongeboren vrucht	11
Duomoeder	12
Geboorteaangifte	12
Uw vragen	13

Uw arts in Noordwest

Noordwest Ziekenhuisgroep (Noordwest) is een topklinisch opleidingsziekenhuis. U kunt niet alleen te maken krijgen met de gynaecoloog, maar ook met arts-assistenten en klinisch verloskundigen. Waar in deze folder gynaecoloog staat, kunt u daarom ook arts-assistent of klinisch verloskundige lezen. Een arts-assistent is een volledig bevoegde arts - al dan niet in opleiding tot gynaecoloog - die u onder verantwoordelijkheid van en in nauw overleg met uw gynaecoloog onderzoekt en behandelt. Dat geldt ook voor de klinisch verloskundigen van Noordwest.

Gefeliciteerd met uw zwangerschap! We zijn blij dat we u mogen begeleiden tijdens deze bijzondere tijd. In ons ziekenhuis werken we samen om u en uw baby goede zorg te geven. In deze folder vertellen wij u over uw zorgteam, de controles en een to do lijst voor tijdens uw zwangerschap met begeleidende informatie daarbij.

Uw Zorgteam

Wij gaan ons best doen dat u vaak door dezelfde mensen wordt geholpen. Dit noemen we continuïteit van zorg. Dit betekent dat we een vast team hebben dat voor u zorgt tijdens uw zwangerschap. We proberen uw afspraken altijd bij deze mensen te plannen. Zo kent u hen goed en voelt u zich veilig. Maar hiervoor hebben we ook uw hulp nodig. Soms moeten we samen kijken hoe we de afspraken het beste kunnen plannen. We hebben een plan gemaakt voor wanneer bepaalde afspraken het beste kunnen worden ingepland. Dit helpt ons om u goed te helpen.

Welke zorgverleners komt u tegen?

Uw zorgteam bestaat meestal uit een gynaecoloog, een (physician assistant) klinisch verloskundige en een arts-assistent. Bij Noordwest werken ervaren gynaecologen, (physician assistant) klinisch verloskundigen, arts-assistenten en echoscopisten nauw samen om u de meest uitgebreide en persoonlijke zorg te bieden. Ons team is gespecialiseerd in alle onderdelen van de zwangerschapszorg, van controles tijdens de zwangerschap tot de bevalling en nazorg. Afhankelijk van uw zorgvragen en mogelijke risico's, ziet u deze zorgverleners vaker of minder vaak.

Gynaecologen

Onze gynaecologen zijn hooggekwalificeerde medisch specialisten in de vrouwengezondheidszorg. Zij leiden de zorg voor zwangeren die medische aandacht vereisen en zorgen voor een veilige en gezonde bevalling. De gynaecoloog is altijd uw hoofdbehandelaar.

Klinisch verloskundigen

Onze klinisch verloskundigen zijn experts in normale zwangerschappen en bevallingen. Zij zorgen voor een persoonlijke begeleiding tijdens de zwangerschap, de bevalling en in de kraamperiode. Met hun uitgebreide kennis en ervaring bieden zij ondersteuning en adviseren zij over de beste zorg voor u en uw baby.

Psysician Assistants

Een aantal van onze klinisch verloskundigen zijn Physician Assistant. Zij hebben een aanvullende masteropleiding gevolgd. Deze opleiding is met name gericht op achtergronden en verdieping binnen de verloskunde en verbreding van hun medische kennis. Daarom zijn zij bevoegd en bekwaam om een aantal taken van de gynaecoloog over te nemen, zoals het voorschrijven van medicijnen.

Arts-assistenten

Onze arts-assistenten werken nauw samen met de gynaecologen en verlenen dagelijkse zorg aan onze zwangere patiënten. Zij zijn een heel belangrijk onderdeel van ons team en bieden ondersteuning bij de diagnose en behandeling van zwangerschapsgerelateerde aandoeningen. De arts-assistenten werken naar mate hun ervaring onder toezicht van de gynaecologen.

Echoscopisten

Onze gespecialiseerde echoscopisten voeren belangrijke prenatale echo's uit om de ontwikkeling en gezondheid van uw baby te bewaken.

Eerste bezoek: intake afspraak

Na uw eerste echo volgt rond 10 weken van de zwangerschap uw eerste afspraak bij ons op de polikliniek of per videoconsult . Deze afspraak vinden wij zeer belangrijk. Deze afspraak noemen we de intake afspraak. We gaan praten over uw gezondheid en wat u nodig heeft. U hoort dan van ons welke afspraken er nodig zijn. We maken samen een plan voor de beste zorg voor u en uw baby.

Wat doen we bij uw eerste afspraak (intake afspraak):

- we praten over uw gezondheid en (mogelijke) eerdere zwangerschappen
- we kijken hoe u leeft, wat u eet, en hoe u zich voelt
- we vragen naar uw lengte en gewicht
- we maken een plan voor uw zorg tijdens de zwangerschap
- we geven u informatie over wat u kunt verwachten en hoe u gezond blijft

Overzicht: uw controles en to do lijst

Wij hebben voor u een overzicht (zorgpad) gemaakt. In dit overzicht leest u in welke week van uw zwangerschap (zwangerschapsduur) de diverse controles worden gedaan.
Onder dit overzicht hebben wij voor u 'to do lijsten' gemaakt, aangevuld met informatie.

Het overzicht

U vindt op pagina 6, 7 en 8 van deze folder het overzicht. Graag leggen wij u eerst 3 woorden uit. U herkent deze woorden aan 1, 2 of 3 sterren: * - ** - ***.

Zwangerschapsduur*

Bij 'Duur zwangerschap' leest u wanneer u tijdens uw zwangerschap een afspraak heeft.
Bijvoorbeeld: de afspraak voor een vroege echo vindt plaats als iemand tussen 7 weken en 0 dagen en 8 weken en 6 dagen zwanger is.

Counseling**

Counseling is een gesprek waar onze zorgverlener u zorgvuldig begeleidt bij het nemen van een belangrijke beslissing. Deze beslissing gaat over het wel of niet laten uitvoeren van een prenatale screening. Dit is een onderzoek naar aangeboren afwijkingen tijdens de zwangerschap. Zo'n beslissing nemen is niet gemakkelijk. Het is belangrijk dat u er goed over nadenkt en dat u een zorgvuldige (weloverwogen) beslissing maakt.

De zorgverlener met wie u het gesprek heeft, begeleidt u daarbij. Zij geeft u uitleg zodat u de informatie, inclusief eventuele uitslagen, begrijpt. Maar ook dat u goed kunt nadenken over de voor- en nadelen van deze beslissing.

Normale controle***
Een normale controle is een uitwendig onderzoek, hartje luisteren en bloeddrukmeting.

Afspraak	Duur Zwangerschap*	Waar	Wat	Duur
vroege echo	7+0 t/m 8+6	polikliniek	-eerste echo (vitaliteits-echo)	15 min
intake	10+0 t/m 11+6	polikliniek of videoconsult	-intake	30 min
counseling**	10+0 t/m 11+6	polikliniek	-termijn-echo -counseling over NIPT -13 weken echo -20 weken echo	45 min
13 weken echo	13+0 t/m 14+3	polikliniek	-13 weken echo	35 min
16 weken	15+0 t/m 15+6	polikliniek of videoconsult	-gesprek gynaecoloog zwanger-schapsplan	15 min
20 weken echo	19+0 t/m 20+6	polikliniek	-20 weken echo	45 min
24 weken	23+5 t/m 24+5	polikliniek	-normale controle ***	15 min

28 weken	27+0 t/m 28+6	polikliniek	-normale controle	15 min
32 weken	31+0 t/m 32+6	polikliniek	-normale controle -gesprek bevalling en bevalplan	30 min
36 weken	35+0 t/m 36+6	polikliniek	-normale controle -echo ligging kind	15 min
38 weken	37+0 t/m 38+6	polikliniek	-normale controle	15 min
40 weken	39+0 t/m 40+3	polikliniek	-normale controle	15 min
41 weken	40+4 t/m 41+0	polikliniek	-normale controle -gesprek over inleiding -als dit gewenst is: inwendig onderzoek en inleiding inplannen	15 min

42 weken	41+1 t/m 41+6	polikliniek	doorlopen tot 42 wk = 2x controle: Eerste: -eerste CTG -echo vrucht-water -inwendig onderzoek -inleiding plannen Tweede: -tweede CTG controle	15 min

To do's voor de eerste echo

- Als u nog niet gestart bent met foliumzuur: zo snel mogelijk beginnen. U kunt ook kiezen voor multivitamines voor zwangere vrouwen. Daar zit ook genoeg foliumzuur in.
- Intake vragenlijst invullen.
- Folder Zwanger! (een folder van RIVM en Ministerie VWS) doorlezen.

To do's voor de counseling

- 2 folders lezen (beide van RIVM en Ministerie VWS):
  - de NIPT
  - de 13 weken en de 20 wekenecho

To do's na de termijnecho

- Bloedafname zwangerenlab regelen en als u dit wenst NIPT.
- Kraamzorg regelen.
- Als u nog geen verloskundige uit de buurt (eerstelijns verloskundige) heeft, uzelf inschrijven voor een 'los kraambed'.
- Als u dit wenst: kinderopvang regelen.

To do's in het tweede trimester (korter dan 28 weken)

- Kraampakket aanvragen bij uw verzekering. Als dit niet wordt vergoed, dan schaft u een kraampakket aan bij drogist/via internet.
- Afspraak maken voor de door u gewenste vaccinaties.
- Als u niet getrouwd bent of geen geregistreerd partner: erkenning regelen.
- Folder Belinstructie zwangerschap lezen.

To do's in het derde trimester

- Vóór 32 weken controle:
  - voorlichtingspresentatie bekijken 'bevallen en kraambed' op de website van Ovida: www.ovida.nl › informatie
- Als u dit wenst: voorlichtingsavond borstvoeding bijwonen. Inschrijven via www.ovida.nl › informatie › voorlichtingsavonden borstvoeding.
- Vóór 36 weken controle: folder Hielprik en gehoortest bij pasgeborenen (een folder van RIVM en Ministerie VWS) lezen.
- 3 folders van het ziekenhuis lezen: Belinstructie bevalling - Belinstructie kraambed - Na de bevalling naar huis

Kraamzorg

De kraamverzorgster komt de eerste dagen na de bevalling bij u thuis. Zij:

- voert de controles bij u en uw baby uit
- helpt bij de voeding
- geeft informatie
- helpt bij enkele vooraf afgesproken huishoudelijke taken, bijvoorbeeld het bed verschonen en het sanitair reinigen

Het is de bedoeling om u uiterlijk na de 13-weken echo in te schrijven voor kraamzorg. Noordwest Ziekenhuisgroep werkt samen met alle kraamverzorgsters uit de regio. U kunt kiezen voor een van de grotere organisaties, zoals De Kraamvogel of Kraamzus. Maar u kunt via internet ook vele ZZP'ers (zelfstandigen zonder personeel) vinden. U kunt zich via hun website of telefonisch aanmelden.

Eerstelijns verloskundige

Een eerstelijns verloskundige is de verloskundige uit de buurt. Nadat u en uw partner het ziekenhuis verlaten hebben, is de verloskundige de eindverantwoordelijke voor jullie zorg. Dit betekent dat de verloskundige ervoor zorgt dat het goed bij u loopt.
Als u bevallen bent en naar huis gaat, geven wij alle gegevens door aan uw verloskundige. Zij houden daarna minimaal om de dag contact met u: komen bij u langs of telefonisch. Alleen als het nodig is, overlegt de kraamverzorgster met uw verloskundige.

'Los kraambed'

Ook al wordt u tijdens uw hele zwangerschap begeleid door het ziekenhuis? U moet zich toch toch na de 13-weken echo inschrijven bij een verloskundigenpraktijk uit uw buurt. U kunt dan aangeven dat het om een 'los kraambed' gaat.

22 weken prik

Als de 20 weken echo staat ingepland, kunt u via onderstaande link een afspraak maken voor de gratis 22 weken prik. Rijksvaccinatieprogramma: maak een afspraak

Deze vaccinatie is niet verplicht, maar wordt wel geadviseerd. Door deze vaccinatie te nemen, maakt uw lichaam antistoffen aan die via de placenta bij de baby komen. Dankzij deze antistoffen is de baby de eerste 3 maanden na de geboorte beschermd tegen kinkhoest. Baby's kunnen erg ziek worden van kinkhoest. Ze kunnen het niet alleen erg benauwd krijgen, maar het kan ook leiden tot longontsteking, hersenschade of overlijden.

Dankzij de 22 weken prik zijn baby's beschermd voor de eerste 3 maanden na de geboorte. Daarom kan in de meeste gevallen de standaard vaccinatie 2 maanden na de geboorte overgeslagen worden. Alleen bij bepaalde aandoeningen of bij vroeggeboorte is dat nog wel nodig. Uw baby is dus eerder beschermd dan met de eerste standaard vaccinatie. Extra informatie hierover leest u op de eerdergenoemde website Rijksvaccinatieprogramma

Griepprik

Als u tussen 15 oktober en 1 maart minimaal 22 weken zwanger bent, kunt u via de eerdergenoemde website ook aangeven of u een griepvaccinatie wilt. Deze wordt dan tegelijk met de kinkhoestvaccinatie gegeven. Het griepvaccin geeft bescherming aan moeder en baby. Als zwangere kunt u van griep zieker worden dan buiten de zwangerschap en u heeft eerder kans om daardoor in het ziekenhuis opgenomen te moeten worden. Ook kunnen baby's zieker worden van griep en hebben zij meer kans op een ziekenhuisopname.

Vaccinatie tegen Corona

Ook mag u zich als zwangere laten vaccineren tegen Corona. Deze vaccinatie geeft alleen bescherming aan uzelf. Corona kan tijdens de zwangerschap heftiger verlopen met meer kans op ziekenhuisopname. Hiervoor kunt u een afspraak maken via telefoonnummer 0800 - 7070.

Erkenning van de ongeboren vrucht

Zijn u en uw partner niet getrouwd of heeft u geen geregistreerd partnerschap, dan is de vader of duomoeder van het kind niet automatisch de juridische (volgens de wet) ouder. Als de vader het kind erkent, wordt hij de juridische ouder

van het kind en krijgt hij een aantal rechten en plichten. Automatisch krijgt hij het gezamenlijk gezag met de moeder. Zonder ouderlijk gezag kunt u niet meebeslissen over de opvoeding van uw kind. Ook kunt u dan niet optreden als zijn of haar wettelijke vertegenwoordiger. Aangezien de (aanstaande) moeder toestemming voor erkenning moet geven, adviseren wij u om voor de geboorte samen erkenning te regelen. U en uw partner kunnen hiervoor telefonisch of online een afspraak maken bij uw gemeente. De erkenning is gratis en moet voor elk volgend kind apart worden opgesteld.

Duomoeder

Elke vrouw (duomoeder) kan het kind van de moeder (uit wie het kind is geboren) erkennen. Hiervoor gelden dezelfde voorwaarden als voor de erkenning door een man.
Uitzondering: Als de spermadonor een bekende van u en uw partner is, krijgt de duomoeder niet automatisch juridisch (volgens de wet) ouderschap over het kind, ook al zijn jullie getrouwd of geregistreerd partner. Dan is erkenning wel nodig om juridisch ouder te worden.

Geboorteaangifte

U moet uw baby aangeven in het gemeentehuis/stadskantoor van de gemeente waar hij /zij geboren is, op zijn laatst 3 werkdagen na de geboorte. Dit kan de vader of duomoeder van het kind doen of iemand anders die bij de geboorte aanwezig was. Als u te laat bent met de aangifte, kunt u een boete krijgen. U kunt voor de geboorteaangifte een afspraak maken:

- online via de website van de gemeente Alkmaar › direct regelen › levensgebeurtenissen
- telefonisch: 14072

Uw vragen

Heeft u vragen? Neem dan contact op met de polikliniek gynaecologie van Noordwest Ziekenhuisgroep.

De polikliniek is telefonisch bereikbaar op werkdagen van 08:30 - 11:30 uur en van 13:00 - 16:00 uur. Of neem digitaal contact op via Mijn Noordwest (nwz.nl/mijnnoordwest).

- locatie Alkmaar: 072 - 548 2900
- locatie Den Helder: 0223 - 69 6536

Notities

Noordwest Ziekenhuisgroep
Postbus 501
1800 AM Alkmaar
www.nwz.nl
tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie	gynaecologie/verloskunde communicatie
Druk	Ricoh
Bestelnummer	324705

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl

Noordwest Ziekenhuisgroep

NWZ-11454-NL / 2024.04

www.nwz.nl