



## **Twee handen op één bolle buik**

Gezamenlijke zwangerschapsopvolging  
door uw huisarts en gynaecoloog





## Zwanger!

Van harte gefeliciteerd... u bent zwanger!

Om uw zwangerschap zo goed mogelijk samen te kunnen opvolgen, hebben de gynaecologen van AZ Turnhout samen met de Huisartsenvereniging Regio Turnhout (HVRT) het zorgpad '**Gezamenlijke zwangerschapsopvolging**' uitgewerkt.

### Wat is een zorgpad?

Een zorgpad beschrijft wat welke zorgverlener (in dit geval uw huisarts of gynaecoloog) wanneer doet. Alle stappen die u als zwangere patiënt doorloopt, stemmen we zo goed mogelijk op elkaar af. Dit zorgt voor een **efficiëntere en patiëntvriendelijkere opvolging van uw zwangerschap**.

### Hebt u vragen over de gezamenlijke zwangerschaps-opvolging?

Uw huisarts of gynaecoloog helpt u graag verder.

### Zwangerschapsboekje Kind & Gezin

Via Kind & Gezin krijgt u een zwangerschapsboekje, dit is een handige leidraad bij de opvolging van uw zwangerschap. Neem dit boekje steeds mee naar uw huisarts en gynaecoloog.

## Controles

### 6-7 weken zwangerschap: huisarts

- Opmaak van een zwangerschapsdossier met het noteren van persoonlijke gegevens (datum laatste maandstonden, bloedgroep, ziektegeschiedenis, leefgewoonten) en familiale gegevens (bijv. erfelijke aandoeningen)
- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk
- Bloedafname: algemeen bloedonderzoek, controle antistoffen voor rubella (rode hond), toxoplasmose (kattenziekte), bepaalde infecties zoals hepatitis (geelzucht), HIV en syfilis
- Informatie in verband met het verloop van de zwangerschap, voeding, lichaamsbeweging, levensstijl, ...
- Informatie en bespreken onderzoeken tijdens de zwangerschap
- Meegeven en invullen van moederboekje

### 8-9 weken zwangerschap: gynaecoloog

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk
- Echografie voor bepaling uiterekende bevallingsdatum
- Informatie en bespreken onderzoeken tijdens de zwangerschap
- Invullen van moederboekje

### 12-13 weken zwangerschap: gynaecoloog

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk
- Echografie met nekpluimmeting
- Bloedafname: controle antistoffen voor CMV (cytomegalievirus) indien gewenst, bloedgroepbepaling, en eventueel NIPT
- Urinekweek
- Invullen van moederboekje

## 16 weken zwangerschap: huisarts

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Beluisteren foetale hartslag (doptone)
- Invullen van moederboekje

## 20 weken zwangerschap: gynaecoloog

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Tweede trimester structurele echografie: uitgebreid echografisch nazicht van de verschillende orgaansystemen van de baby, beluisteren foetale hartslag, groei en ligging van de baby, hoeveelheid vruchtwater, positie placenta (moederkoek)
- Invullen van moederboekje

## 25 weken zwangerschap: huisarts

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit
- Beluisteren foetale hartslag (doptone)
- Suikertest en bloedafname
- Invullen formulieren voor aanvraag kraamgeld en erkenning
- Informatie over borstvoeding
- Invullen van moederboekje

## 30 weken zwangerschap: gynaecoloog

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit
- Derde trimester echografie: groei en ligging van de baby, positie placenta (moederkoek), hoeveelheid vruchtwater, beluisteren foetale hartslag
- Informatie over borstvoeding
- Bloedafname - bij rhesusnegatieve moeders: toediening anti-D
- Invullen van moederboekje

### 33 weken zwangerschap: huisarts

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit
- Beluisteren foetale hartslag (doptone)
- Toediening Triaxis<sup>®</sup>-vaccin bij beide ouders
- Invullen van moederboekje

### 36 weken zwangerschap: gynaecoloog

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit
- Echografie: groei en ligging van de baby, positie placenta (moederkoek), hoeveelheid vruchtwater, beluisteren foetale hartslag
- GBS kweek: rectovaginale wisser
- Invullen van moederboekje

### 38 weken zwangerschap: gynaecoloog bij een eerste zwangerschap, huisarts bij volgende zwangerschappen

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit en suiker
- Echografie: groei en ligging van de baby, positie placenta (moederkoek), hoeveelheid vruchtwater, beluisteren foetale hartslag
- Invullen van moederboekje
- CTG of monitor: registratie van foetale hartslag en contracties gedurende 30 minuten



### **39 weken zwangerschap: gynaecoloog**

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit en suiker
- Echografie: groei en ligging van de baby, positie placenta (moederkoek), hoeveelheid vruchtwater, beluisteren foetale hartslag
- Invullen van moederboekje
- CTG of monitor: registratie van foetale hartslag en contracties gedurende 30 minuten

### **40 weken zwangerschap: gynaecoloog**

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk, buikonderzoek
- Urineonderzoek op eiwit en suiker
- Echografie: groei en ligging van de baby, positie placenta (moederkoek), hoeveelheid vruchtwater, beluisteren foetale hartslag
- Invullen van moederboekje
- CTG of monitor: registratie van foetale hartslag en contracties gedurende 30 minuten

### **Na 40 weken zwangerschap: gynaecoloog**

- Klinisch onderzoek: controle van gewicht, bloeddruk
- Urineonderzoek op eiwit en suiker
- CTG of monitor tweemaal per week
- Afspreken eventuele inleiding

### **Controle 6-8 weken na de bevalling: huisarts**

- Bespreking gezondheidstoestand na de bevalling
- Vaginaal onderzoek
- Informatie over o.a. maandstonen, contraceptie, kinesithérapie, seksualiteit, ...

## Onderzoeken tijdens de zwangerschap

### Nekplooiemeting

De nekplooiemeting is een echografisch onderzoek van de foetus, tussen de elfde en veertiende week van de zwangerschap, waarbij de dikte van de nekplooi wordt gemeten. De plooi die op de echo wordt gezien, is niet een echte plooi in de huid, maar een tijdelijke ophoping van vocht onder de huid. Deze kan bij elke foetus worden aangetoond. Een verdikte nekplooi op de echo kan duiden op een chromosoomafwijking, waarvan het syndroom van Down de meest voorkomende is. Ook kan er sprake zijn van een hartafwijking.

### NIPT (Niet Invasieve Prenatale Test)

DE NIPT is een screeningstest voor syndroom van Down (trisomie 21), trisomie 13 en 18. Tijdens de zwangerschap circuleren er DNA fragmenten van de baby in het bloed van de moeder. Door een bloedafname bij de moeder kan vanaf 11 weken aantal DNA fragmenten gemeten worden. De NIPT bepaalt of er een extra kopie van chromosoom 21, 13 of 18 bij de baby aanwezig is. Tevens kan het geslacht van de baby bepaald worden.

NIPT heeft een gevoeligheid van bijna 100% voor detectie van trisomie 21, 13 en 18. De NIPT test is in minder dan 1% vals positief. Dit wil zeggen dat de test aangeeft dat de baby trisomie heeft, terwijl dit niet zo is. Daarom wordt een afwijkende NIPT steeds gevolgd door een invasieve test (vlokkentest of vruchtwaterpunctie).

Deze bloedafname wordt verricht op maandag, dinsdag, woensdag en donderdag. Na 1 week ontvangt u het resultaat per brief. U kan het resultaat ook online raadplegen via [www.mynexuzhealth.be](http://www.mynexuzhealth.be).

NIPT wordt terugbetaald door het ziekenfonds (remgeld 8,68 €).



## Suikertest (glucosebelastingstest)

Deze test wordt uitgevoerd tussen 24 en 28 weken zwangerschap om vroegtijdig zwangerschapssuikerziekte op te sporen. U moet hiervoor 50 g suikerwater drinken. Eén uur later wordt bloed afgenomen om het suikergehalte in uw bloed te bepalen. U moet niet nuchter zijn voor deze test. Indien het suikergehalte in uw bloed 140 mg/dl of hoger is, heeft u mogelijk zwangerschapssuikerziekte. U wordt dan uitgenodigd voor een uitgebreide test (OGTT of Orale Glucose Tolerantie Test).

Voor de OGTT dient u wel nuchter te zijn. Er wordt een nuchtere bloedafname verricht, vervolgens drinkt u 100 g suikerwater en wordt het suikergehalte bepaald na één uur, twee uur en drie uur. Indien twee of meer waarden gestoord zijn, heeft u zwangerschapssuikerziekte.

## GBS screening

Bij alle zwangere vrouwen wordt rond 35 à 37 weken zwangerschap een wisser van de vagina genomen om de aanwezigheid van Groep B Streptokokken (GBS) op te sporen (aanwezig bij één op vijf vrouwen).

Deze bacterie geeft geen klachten bij de moeder, maar kan tijdens de bevalling na het breken van de vliezen uw baby besmetten en ziek maken. Indien deze wisser GBS aantoonst, zal u tijdens de bevalling een infuus met antibiotica krijgen om infectie van de baby te voorkomen.



## Voorkomen van besmettingen tijdens de zwangerschap

### Toxoplasmose (of kattenziekte)

Toxoplasmose is een parasiet in de uitwerpselen van katten, maar kan ook voorkomen in rauw vlees en groenten en fruit. Indien u voor de eerste maal besmet wordt tijdens de zwangerschap, kunnen hierdoor aangeboren afwijkingen bij de baby ontstaan.

Daarom wordt er door middel van een bloedonderzoek nagegaan of u de ziekte al heeft doorgemaakt. Is dit niet het geval, dan neemt u best enkele voorzorgsmaatregelen in acht om een besmetting te voorkomen:

- U eet best geen rauw vlees (bijv. filet americain, carpaccio, ...). Goed gebakken, gekookt of gerookt vlees en charcuterie vormen geen probleem.
- Eet enkel rauwe groenten als u weet dat ze goed gewassen zijn. Was ze eventueel nog een keer extra.
- Als u in contact komt met katten, was dan zeker goed de handen voor u voedingsmiddelen aanraakt.
- De kattenbak ververs u best met handschoenen of u laat iemand anders het doen.
- In de tuin werkt u best met handschoenen aan.

### Cytomegalievirus (of CMV)

Wanneer u tijdens de zwangerschap voor de eerste maal besmet wordt met CMV, kunnen hierdoor aangeboren afwijkingen (doofheid, mentale retardatie) bij de baby ontstaan.

Wanneer iemand besmet is met CMV, wordt het virus in alle lichaamsvochten aangetroffen (bloed, urine, speeksel, tranen, moedermelk, ...). Overdracht gebeurt via rechtstreeks contact met deze lichaamsvochten.

Zuigelingen, kleuters en jongeren zijn dus risicogroepen. Vaak treden dus ook besmettingen op in eigen gezin, van kind op zwangere mama. Probeer goed de

handen te wassen na elk contact met uw kind, dit gedurende de hele zwangerschap. Ook na het aanraken van bestek of speelgoed wordt er aangeraden de handen te wassen.

Indien gewenst kan via een bloedafname gecontroleerd worden of u ooit in contact geweest bent met CMV. Deze bloedafname wordt echter niet vergoed door de mutualiteiten (eigen kost 17€).

## **Kinkhoest**

Kinkhoest is een bacteriële infectie van de bovenste luchtwegen die aanleiding geeft tot ernstige hoestaanvallen. Hiervoor was u gevaccineerd als baby, maar deze vaccinatie is na 10 jaar uitgewerkt.

Toekomstige ouders worden aangeraden zich opnieuw te laten vaccineren, vermits de baby pas na enkele maanden kan gevaccineerd worden. Zonder vaccinatie kunnen de ouders de baby met kinkhoest besmetten. Kinkhoest verloopt zeer ernstig bij pasgeboren baby's.

Daarom wordt sterk aanbevolen dat beide ouders zich reeds voor de zwangerschap opnieuw laten vaccineren.

Indien dit niet voor de zwangerschap gebeurd is, zal rond 33 weken zwangerschap de kinkhoestvaccinatie (Triaxis®) door uw huisarts worden toegediend.

## **Listeria**

Besmetting met de listeriabacterie kan leiden tot aangeboren afwijkingen bij de baby en vroeggeboorte. U vermijdt best het eten van Franse schimmelkaas en huisgemaakte paté. De bacterie kan ook voorkomen in niet-gepasteuriseerde melk.

## Levenswijze

Probeer regelmatig, evenwichtig en gevarieerd te eten volgens de actieve voedingsdriehoek, zo krijgt je baby alles wat het nodig heeft.

Beperkt het aantal kopjes koffie.

Omdat het onduidelijk is vanaf welke hoeveelheid alcohol schadelijk is, drink je best geen alcohol.

Rook niet en vermijd ruimtes waar gerookt wordt.

Op de website van Kind en Gezin ([www.kindengezin.be](http://www.kindengezin.be)) kan je hierover meer informatie terugvinden.

## Aanvraag kraamgeld

De aanvraag van het kraamgeld kan gebeuren vanaf 26 weken zwangerschap. Doorgaans wordt het kraamgeld aangevraagd via het werk van de vader. Is dit om bepaalde redenen niet mogelijk, dan moet het kraamgeld via het werk van de moeder worden aangevraagd. Wanneer beide niet mogelijk zijn, kan dit gebeuren via de dienst voor uitkeringen.

## Erkenning van de baby

Indien u niet gehuwd bent, kan u vanaf de 26ste zwangerschapsweek samen met uw partner de baby gaan erkennen (reeds voor de geboorte dus). Dit kan u doen in het gemeentehuis van uw woonplaats. In sommige gemeentehuizen kan de erkenning ook al voor 26 weken zwangerschap. Het erkenningsbewijs dat u meekrijgt, dient u mee te nemen wanneer u de baby gaat aangeven na de geboorte. Indien de erkenning niet voor de bevalling is gebeurd, kan dit ook nog tezamen met de aangifte.

Indien u gehuwd bent, moet u enkel uw baby gaan aangeven na de geboorte.

## Nuttige websites

- [www.kindengezin.be](http://www.kindengezin.be) (zwangerschap en geboorte)
- [www.fara.be](http://www.fara.be) (prenatale screening)
- [www.gynesis.be](http://www.gynesis.be) (AZ Turnhout)
- [www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl) (gezondheid en ziekte, huisarts)
- <https://www.gezondheidenwetenschap.be/richtlijnen/listeriose> (listeria)

## Contactgegevens

Dienst gynaecologie-verloskunde AZ Turnhout

Campus Sint Jozef, Steenweg Op Merksplas 44, 2300 Turnhout

Poli gynaecologie                      014 44 44 20

Verloskamer                              014 44 42 31



## Zwangerschapskalender

Naam: .....	Laatste menstruatie: ...../...../.....	Verwachte ...../...../.....	bevallingsdatum:

Week van de zwangerschap	Zorgverlener	Datum consultatie
6-7 weken	Huisarts	
8-9 weken	Gynaecoloog	
12 weken	Gynaecoloog	
16 weken	Huisarts	
20 weken	Gynaecoloog	
25 weken	Huisarts	
30 weken	Gynaecoloog	
33 weken	Huisarts	
36 weken	Gynaecoloog	
38 weken	Gynaecoloog (1 <sup>e</sup> zwangerschap) Huisarts	
39 weken	Gynaecoloog	
40 weken	Gynaecoloog	

## Afvinklijstje

- Foliumzuur opgestart
- 6-7 weken zwangerschap: uitgebreide eerste bloedafname
- Griepvaccinatie (van november tot en met maart)
- 12 weken zwangerschap: urinecultuur
- 25 weken zwangerschap: glucose challenge test + toxoplasmose indien nodig + aanvraag kraamgeld & erkenning
- 30 weken zwangerschap: Rhogam bij rhesus negatieve
- 33 weken zwangerschap: kinkhoest vaccinatie (Triaxis<sup>®</sup>)
- 36 weken zwangerschap: GBS-screening