

Hoge bloeddruk in zwangerschap(hypertensie in de zwangerschap)

Patiënteninformatie gynaecologie

Hoge bloeddruk in de zwangerschap

Hypertensie in de zwangerschap

Inleiding

Deze brochure geeft informatie over hoge bloeddruk en zwangerschap. Van de vrouwen die voor het eerst zwanger zijn, krijgt zo'n tien tot vijftien procent een hoge bloeddruk (hypertensie). Bij een volgende zwangerschap komt dat minder vaak voor. Hypertensie is vaak een reden om u naar de gynaecoloog te verwijzen. In deze folder bespreken we:

- Welke controles meestal plaatsvinden bij milde hypertensie.
- Welke extra zorg mogelijk is in het geval van ernstiger hypertensie.
- Welke zeldzame complicaties kunnen optreden.

Het meten van de bloeddruk

Doorgaans wordt bij iedere zwangerschapscontrole uw bloeddruk gemeten. U krijgt een band om uw bovenarm. Omdat deze wordt opgeblazen, ontstaat even een knellend gevoel. De band is via een slangetje verbonden met de bloeddrukmeter.

Terwijl de lucht de band uitloopt, luistert de verloskundige of arts met de stethoscoop in de elleboogploo: daar zijn kloppende tonen van de slagader hoorbaar. Op de bloeddrukmeter wordt bij de eerste hoorbare toon de bovendruk afgelezen en bij de laatste hoorbare toon de onderdruk. Bij automatische bloeddrukmeters is luisteren met de stethoscoop niet nodig. Deze apparaten vinden zelf de boven- en onderdruk. De bloeddruk kan wisselen: bij angst of inspanning kan zij stijgen. Bij sommige vrouwen stijgt de bloeddruk tijdens het spreekuur, soms ook door de bloeddrukmeting zelf. Het is normaal dat de waarden van de bloeddruk wisselen. Bij de ene meting kunnen andere waarden gevonden worden dan bij de andere.

Wanneer spreekt men van hypertensie?

Bij zwangere vrouwen wordt over het algemeen de meeste waarde gehecht aan de onderdruk (de diastolische bloeddruk). Onderzoek laat zien dat er bij een onderdruk tot 90 geen verhoogde kans op complicaties voor moeder en kind bestaat. Vanaf een onderdruk van 90-95 kan er een kans bestaan op complicaties. In deze situaties wordt extra controle geadviseerd. Als er aanwijzingen zijn van mogelijke complicaties of als de onderdruk 90 of hoger wordt, is er een reden voor overleg met de gynaecoloog.

Wat zijn de gevaren van hypertensie?

Bij een hoge bloeddruk kunnen complicaties bij moeder en kind optreden. Diverse organen, waaronder uw nieren en/of uw lever, kunnen tijdelijk slechter gaan werken en er kunnen afwijkingen in de bloedstolling ontstaan. Ook de bloedtoevoer naar de placenta (moederkoek) kan afnemen. Dit kan tot gevolg hebben dat het kind in groei achterblijft of dat de conditie van de baby achteruitgaat.

De kans op deze complicaties is over het algemeen niet verhoogd bij een lichte verhoging van de bloeddruk (zoals een onderdruk tot 90 mmHg), maar zij neemt toe naarmate de bloeddruk hoger wordt (zoals bij een onderdruk van 100 mmHg, of hoger).

Ook het moment van optreden van hoge bloeddruk is belangrijk en wanneer tijdens de zwangerschap een hogere bloeddruk optreedt. Tegen het einde van de zwangerschap is de kans op complicaties van een verhoogde bloeddruk meestal veel kleiner dan vroeg in de zwangerschap.

Soorten en ernst van hypertensie in de zwangerschap

- Zwangerschapshypertensie is een hoge bloeddruk die het gevolg is van de zwangerschap. Vroeger sprak men wel van zwangerschapsvergiftiging, maar deze term raakt in onbruik. Er is sprake van zwangerschapshypertensie als bij een vrouw die tevoren een normale bloeddruk had, in de tweede helft van de zwangerschap hypertensie optreedt. De oorzaak van zwangerschapshypertensie is onbekend. Waarschijnlijk spelen de aanleg en de ontwikkeling van de placenta in de eerste helft van de zwangerschap een rol.
- Pre-eclampsie is een ernstiger vorm van zwangerschapshypertensie. Hierbij is er eiwitverlies in de urine of zijn er andere tekenen van tijdelijke orgaanbeschadiging.
- Eclampsie is een zeer ernstige vorm. Hierbij ontstaan insulten (stuipen of convulsies).
- Het Hellp-syndroom is een speciale vorm van ernstige zwangerschapshypertensie. Deze vormen van ernstige zwangerschapshypertensie worden later in deze brochure apart besproken. Ze komen gelukkig weinig voor: bij minder dan 2% van de vrouwen die voor de eerste keer zwanger zijn. In een volgende zwangerschap zijn ernstige vormen van zwangerschapshypertensie nog zeldzamer.
- Chronische of pre-existente hypertensie is hypertensie die al vóór de zwangerschap bestaat. Waarschijnlijk heeft ongeveer een derde van de zwangeren met hoge bloeddruk deze vorm van hypertensie. Als de bloeddrukverhoging al vóór de zwangerschap bestaat adviseert de huisarts of de verloskundige over het algemeen controle van de zwangerschap door de gynaecoloog. De adviezen bij een chronische hypertensie worden in deze brochure niet besproken. Wel hebben sommige extra onderzoeken hetzelfde doel als die bij zwangerschapshypertensie. Uw gynaecoloog kan u hierover informeren.

Wie loopt er risico op zwangerschapshypertensie?

Zwangerschapshypertensie treedt vooral op tijdens de eerste zwangerschap. Bij lichte vormen verloopt een volgende zwangerschap doorgaans normaal. Bij een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie bestaat in een volgende zwangerschap, wel een grotere kans op het opnieuw optreden van zwangerschapshypertensie, al is het verloop vaak minder ernstig.

Bij de meeste vrouwen is niet duidelijk waardoor zwangerschapshypertensie optreedt. Bij een aantal ziekten is de kans op zwangerschapshypertensie verhoogd. Voorbeelden zijn suikerziekte (diabetes mellitus), vaat- en nierziekten, sommige auto-immuunziekten of al eerder bestaande hoge bloeddruk.

Ook bij een meerlingzwangerschap is de kans op zwangerschapshypertensie toegenomen.

Vermoedelijk spelen ook erfelijke factoren een rol. Vrouwen die een moeder of zuster hebben die een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie doormaakten, lopen zelf ongeveer vijfmaal zoveel kans ook een hoge bloeddruk tijdens de zwangerschap te krijgen.

Kan een zwangerschapshypertensie voorkomen worden?

Voor gezonde vrouwen die voor hun zwangerschap geen ziekten hadden, zijn geen zinvolle maatregelen bekend om zwangerschapshypertensie te voorkomen.

Vroeger werd een zoutloos of zoutarm dieet geadviseerd. Inmiddels is gebleken dat hiermee zwangerschapshypertensie niet voorkomen kan worden. Ook in het geval van zwangerschapshypertensie is een dieet zonder zout niet zinvol. U mag dus een normale, dat wil zeggen matige hoeveelheid zout gebruiken.

Of u door rust zwangerschapshypertensie kunt voorkomen, is nooit goed onderzocht. Maar als de bloeddruk verhoogd is, adviseert de verloskundige of gynaecoloog vaak rust zoals het verminderen of stoppen van werk buitenshuis of het regelen van extra hulp thuis.

Wanneer eerder bestaande ziekten van uzelf een rol spelen bij de hypertensie, krijgt u soms medicijnen.

Klachten en verschijnselen

Veel vrouwen met milde zwangerschapshypertensie hebben geen klachten. Bij de ernstiger vormen komen meestal wel klachten voor:

- Hoofdpijn is een gebruikelijk verschijnsel. Soms treden hierbij gezichtsstoornissen op zoals vaag zien, lichtflitsen of sterretjes zien.
- Tintelingen in de vingers.
- Pijn of een knellend gevoel boven in de buik, misselijkheid en braken.
- Ook kan het lichaam in korte tijd veel vocht vasthouden waardoor zwellingen (oedeem) kunnen ontstaan, met name van de handen en het gezicht. Oedeem van de handen en de voeten komt echter ook vaak voor bij zwangeren die geen zwangerschapshypertensie hebben.

Onderzoek

Als uw bloeddruk in de tweede helft van de zwangerschap verhoogd is, wordt hij vaak na korte tijd opnieuw gecontroleerd. Soms blijkt hij dan toch normaal te zijn. Als de onderdruk bij herhaling verhoogd is, kan er sprake zijn van zwangerschapshypertensie.

Bij een verhoogde bloeddruk wordt meestal de urine gecontroleerd op de aanwezigheid van eiwit. De kans dat er bij een onderdruk van 90 mmHg eiwit in de urine zit, is heel klein. Bij een hogere waarde ziet men vaker eiwit in de urine. Afscheiding of een blaasontsteking geeft soms ook eiwit in de urine. Dit is dus niet altijd een teken van zwangerschapshypertensie.

Bij een onderdruk die bij herhaling 90 mmHg of hoger is, bij eiwit in de urine en/of bij klachten verwijst de verloskundige of de huisarts u naar de gynaecoloog. Eventuele complicaties van de hypertensie bij u en uw baby kunnen zo op tijd herkend worden.

- Meestal vindt bloedonderzoek plaats, gericht op de bloedstolling en het functioneren van lever en nieren.
- Eiwit in de urine vertelt ook iets over het functioneren van de nieren en de ernst van de hypertensie.
- Bij ernstige hypertensie kan de kniepeesreflex gecontroleerd worden. Met een soort hamertje geeft de gynaecoloog dan een tikje op de kniepees. Zo wordt gezien of het zenuwstelsel extra prikkelbaar is.
- Uw gewicht kan worden gecontroleerd om te bezien of u veel vocht vasthoudt. Meestal verzamelt vocht (oedeem) zich in de onderbenen. U kunt dan putjes in de benen drukken die maar langzaam verdwijnen. Soms zwellen ook het gezicht en de handen op als gevolg van oedeem.
- Voor de beoordeling van de conditie van uw baby wordt de grootte van de baarmoeder nagegaan. De gynaecoloog schat of de baby groot genoeg is voor de duur van de zwangerschap. Echoscopisch onderzoek kan ook informatie over de grootte van de baby geven. De hoeveelheid vruchtwater wordt daarbij bekeken.
- Bij ernstiger vormen van hypertensie wordt soms tijdens het echoscopisch onderzoek de doorstroming van de bloedvaten in de navelstreng gemeten (=Doppler-onderzoek).
- Er kan ook een hartfilmpje van de baby gemaakt worden (een CTG: cardiotocogram).

Tijdens kantooruren vinden deze onderzoeken in de triagekamer plaats, bij de polikliniek gynaecologie, route 89. In het weekend kunt u hier tussen 9:00-13:00 terecht. Buiten kantooruren vinden de onderzoeken plaats op het Moeder&Kindcentrum, de eerste etage, route 91.

Afhankelijk van de situatie bespreekt de gynaecoloog alle uitslagen tijdens het eerste bezoek met u, u krijgt een vervolgspraak op korte termijn op de polikliniek, of een belafspraak. Of u wordt teruggestuurd naar uw verloskundige. Bij ernstige hypertensie wordt u soms meteen opgenomen. Ook informeren wij uw verloskundige.

Poliklinische controle

Hoe uw zwangerschap verder begeleid wordt, hangt af van de uitslagen van het onderzoek. Als de bevindingen niet afwijkend zijn kan de gynaecoloog u terugverwijzen naar de verloskundige of de huisarts. In andere gevallen neemt de gynaecoloog als de begeleiding over. Poliklinische controles zijn voldoende als u:

- Geen klachten heeft.
- Uw bloeddruk slechts matig verhoogd is.
- Geen eiwit in de urine wordt gevonden.
- Uw bloeduitslagen normaal zijn.
- De baby normaal van grootte lijkt en goed beweegt.

De kans op complicaties voor u en uw baby is dan klein. Opname in het ziekenhuis of bloeddrukverlagende medicijnen zijn dan niet nodig. Wel moet u geregeld terugkomen voor controle. Als de hypertensie ernstiger wordt kan alsnog een ziekenhuisopname geadviseerd worden. Doorgaans herhaalt de gynaecoloog bij elke controle de verschillende onderzoeken.

Als u tussen de controles door meer of nieuwe klachten krijgt of minder leven voelt, is het verstandig contact op te nemen met het ziekenhuis. **Telefoonnummer 088 706 6650.** Ook buiten kantooruren en in het weekend en op feestdagen kunt u bellen naar het ziekenhuis. U krijgt de coördinator van het Moeder&Kindcentrum aan de lijn. Deze gespecialiseerd verpleegkundige vertelt aan de hand van uw klachten wanneer en waar u zich kan melden.

Opname in het ziekenhuis

Opname adviseren we meestal bij:

- Klachten.
- Ernstige zwangerschapshypertensie.
- Eiwit in de urine
- Afwijkende bloeduitslagen
- Een duidelijke groeiachterstand van de baby
- Andere complicaties.

Het doel van de ziekenhuisopname is bewaking van uw gezondheid en die van uw baby. Als u in het ziekenhuis ligt wordt ook regelmatig gevraagd of u klachten heeft. De bloeddruk wordt vaak meerdere malen per dag gemeten, en bloed en urineonderzoek vindt regelmatig plaats. Ook de conditie van uw baby wordt in de gaten gehouden. Leven voelen is een belangrijk teken. Vaak maakt de verpleegkundige of klinisch verloskundige, dagelijks een CTG, en wordt echoscopisch onderzoek herhaald. Soms blijkt na enkele dagen dat de ernst van de zwangerschapshypertensie meevalt, zodat u weer naar huis kunt. In ernstiger gevallen blijft u langer opgenomen, vaak tot na de bevalling.

Over het algemeen wordt in het ziekenhuis bedrust geadviseerd. Meestal mag u wel uit bed om naar de wc te gaan of te douchen. Ernstige zwangerschapshypertensie kan echter niet genezen door bedrust.

Veel vrouwen met zwangerschapshypertensie voelen zich niet ziek. Eventuele medicijnen kunnen bijwerkingen geven, maar worden doorgaans goed verdragen. Toch is een opname vaak een moeilijke tijd van wachten, spanning, onzekerheid en ongerustheid. Het is daarom belangrijk dat u aan artsen, klinisch verloskundigen en verpleegkundigen uitleg vraagt over uw toestand en de verwachtingen. Toch kunnen ook zij niet altijd precies voorspellen wat er zal gebeuren: dat is afhankelijk van de ontwikkeling van de hypertensie, uw klachten en de conditie van uw baby.

De bevalling bij milde vormen van zwangerschapshypertensie

De gynaecoloog probeert over het algemeen uw baby zolang mogelijk in de baarmoeder te laten. Dat kan bij een goede conditie van uzelf en uw baby betekenen dat men wacht tot de bevalling spontaan begint. In andere gevallen – bijvoorbeeld als de bloeddruk hoger wordt, als bloeduitslagen afwijkend zijn, als er meer eiwit via de urine verloren wordt of als de conditie van de baby achteruit lijkt te gaan – kan de gynaecoloog adviseren de bevalling in te leiden. Meer informatie vindt u in de folder 'Inleiding van de bevalling'.

Het is bekend dat zwangerschapshypertensie spontaan geneest na de bevalling. In de eerste twee dagen na de bevalling is vaak nog extra waakzaamheid geboden.

De bloeddruk kan dan nog hoger worden. Daarna wordt hij als regel uit zichzelf lager. Eventuele afwijkende bloedsuitslagen verbeteren dan ook spontaan.

Na de bevalling

Bij lichte vormen van hypertensie krijgt u na de bevalling soms het advies nog een of twee dagen in het ziekenhuis te blijven voor controle van de bloeddruk. Hierbij speelt een rol of u al voor de bevalling opgenomen was, of er laboratoriumafwijkingen gevonden waren, en natuurlijk ook hoe hoog de bloeddruk tijdens en na de bevalling was. In het kraambed thuis controleert de eerstelijns verloskundige verder uw bloeddruk.

U krijgt nog een afspraak voor nacontrole bij de verloskundige, huisarts of gynaecoloog na zes weken. Voor controle van een eventuele volgende zwangerschap, na een lichte hypertensie kunt u gerust weer naar de verloskundige of huisarts gaan, omdat de kans op zwangerschapshypertensie in een volgende zwangerschap heel klein is.

Ernstige vormen van zwangerschapshypertensie: complicaties

Gelukkig zijn ernstige vormen en complicaties van zwangerschapshypertensie zeldzaam.

- Wanneer er naast de hoge bloeddruk ook een abnormale hoeveelheid eiwit in de urine aanwezig is, spreekt men niet meer van zwangerschapshypertensie maar van pre-eclampsie. De kans op complicaties neemt dan toe. Het is dan beter dat u wordt opgenomen. De ernst en het verloop van pre-eclampsie kunnen sterk wisselen. Sommige vrouwen hebben lange tijd weinig of geen klachten, andere worden in korte tijd ernstig ziek.
- Het HELLP-syndroom is een ernstige vorm van pre-eclampsie. HELLP staat voor Hemolyse (afbraak van de rode bloedcellen), Elevated Liver enzymes (verhoogde leverenzymen) en Low Platelets (een laag aantal bloedplaatjes). Vrouwen met het HELLP-syndroom voelen zich meestal ziek. Vaak hebben zij ernstige pijn in de bovenbuik, soms met uitstraling naar de zijkant van de buik of de rug. Ook misselijkheid en hoofdpijn komen veel voor. De klachten kunnen in aanvallen optreden: ze verdwijnen vaak na enige tijd (uren tot dagen) om later weer terug te komen. Het HELLP-syndroom is dan ook een ernstig ziektebeeld waarvoor ziekenhuisopname noodzakelijk is.
- Bij ernstige zwangerschapshypertensie en pre-eclampsie treden in zeer zeldzame gevallen insulten (stuipen of convulsies) op. Er wordt dan gesproken van eclampsie. Insulten zijn trekkingen van de armen en benen. Soms wordt er op de tong gebeten, en kan er sprake zijn van urineverlies. De vrouw merkt er zelf niets van doordat zij even in buiten bewustzijn raakt. De gynaecoloog geeft medicijnen om de insulten te stoppen en nieuwe insulten te voorkomen. Zeer intensieve bewaking is noodzakelijk, soms op een intensievecareafdeling. Eclampsie is een zeer ernstige situatie, die in enkele gevallen levensbedreigend kan zijn door bijkomende complicaties als hersenbloeding, lever- of nierbeschadiging of problemen met de bloedstolling. Gelukkig herstellen de meeste vrouwen uiteindelijk helemaal. Wel is er meer risico voor de gezondheid van de baby. Complicaties zoals het loslaten van de placenta komen vaker voor.

Medicijnen

De gynaecoloog kan medicijnen geven om te proberen complicaties van ernstige zwangerschapshypertensie voor moeder of kind te voorkomen. Vaak begint men met tabletten; bij ernstiger vormen van zwangerschapshypertensie worden medicijnen via een infuus toegediend.

Bloeddrukverlagende middelen

Als de onderdruk bij herhaling te hoog is, kunnen bloeddrukverlagende medicijnen worden gegeven. Er zijn verschillende middelen: methyldopa (Aldomet®), labetalol (Trandate®) en nifedipine (Adalat®). De laatste twee middelen kunnen ook per infuus worden toegediend, evenals nicardipine (Cardene®).

De belangrijkste bijwerkingen van deze bloeddrukverlagende middelen zijn hoofdpijn, slaperigheid, duizeligheid, hartkloppingen, misselijkheid en braken.

Medicijnen die insulten voorkomen en stoppen

Om insulten te stoppen en nieuwe insulten te voorkomen geeft de gynaecoloog via een infuus magnesiumsulfaat. Magnesiumsulfaat kan aan het begin van de behandeling even een sterk warmtegevoel, misselijkheid, braken en een raar gevoel in de keel en op de tong veroorzaken. Ook een brandend gevoel in de arm waarin het infuus zit komt vaak voor. Dit is vervelend, maar kan geen kwaad.

Medicijnen die de longrijping van de baby versnellen.

Als er een kans is dat de baby voor 34 weken geboren wordt, geeft men vaak corticosteroïden (bijnierschors hormonen) om de longen van de baby sneller te laten rijpen. Deze medicijnen worden via een injectie (prik) aan de moeder toegediend.

De bevalling bij ernstige vormen van zwangerschapshypertensie

De enige manier om zwangerschapshypertensie te behandelen is het beëindigen van de zwangerschap. Alle andere behandelingen bestrijden alleen symptomen en proberen complicaties te voorkomen. Bij ernstige pre-eclampsie, HELLP-syndroom en eclampsie wordt daarom vaak

overwogen de zwangerschap te beëindigen. Daarbij zijn de duur van de zwangerschap, de groei en de conditie van het kind en de conditie van de moeder van belang.

Bij voorkeur wordt de bevalling ingeleid. Als inleiden niet mogelijk is, of als de conditie van de baby of de moeder dit niet toelaat, wordt een keizersnede overwogen. Vaak is een ruggenprik mogelijk. Soms, bijvoorbeeld bij afwijkende bloedstolling, is narcose veiliger. Als de geboorte plaatsvindt vóór 36-37 weken, of als de baby te licht is, is opname op de afdeling neonatologie noodzakelijk. Deze afdeling is geïntegreerd in het Moeder&Kindcentrum: teampost Groen. Moeder ligt bij haar kindje op de couveusekamer. Ook vader kan de eerste dagen blijven slapen.

Overplaatsing naar een ander ziekenhuis

Soms is zeer intensieve zorg voor de moeder noodzakelijk, zoals bij zeer ernstige vormen van zwangerschapshypertensie en bij complicaties. De gynaecoloog verwijst u dan naar een ziekenhuis dat deze intensieve zorg voor de zwangere kan bieden. Dit gebeurt ook vaak als verwacht wordt dat de baby na de geboorte verzorgd moet worden op een gespecialiseerde afdeling voor pasgeborenen.

Na de bevalling

Ook bij ernstige vormen van zwangerschapshypertensie zoals pre-eclampsie en HELLP-syndroom treedt na de bevalling spontane genezing op. Altijd adviseert de gynaecoloog om na de bevalling een aantal dagen in het ziekenhuis te blijven.

Naarmate de hypertensie ernstiger was, kan het herstel langer duren. Als u bloeddruk- verlagende medicijnen hebt gekregen moet u deze na de bevalling meestal nog enige tijd blijven gebruiken. Verreweg de meeste vrouwen die een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie hebben gehad, zijn binnen twee weken na de bevalling weer thuis en genezen uiteindelijk weer volledig.

Behalve de ernst van de zwangerschapshypertensie is voor het herstel ook van belang hoe u bevallen bent. Een kraamvrouw knapt na een gewone bevalling sneller op dan na een keizersnede.

Meestal kunt u ook bij ernstige zwangerschapshypertensie uw baby borstvoeding geven. Als u veel te vroeg bevallen bent, moet u de eerste tijd de voeding afkolfen. Baby's die veel te vroeg geboren zijn, kunnen de eerste tijd nog niet zelf drinken omdat zij te zwak zijn. Ze krijgen de voeding via een sonde, een dun slangetje dat in de maag wordt ingebracht. Als u na de bevalling medicijnen in verband met de bloeddruk gebruikt, bespreekt de gynaecoloog of kinderarts met u of uw baby borstvoeding mag krijgen.

Bij sommige medicijnen wordt borstvoeding afgeraden, maar de indruk bestaat dat methyldopa, nifedipine, labetalol, enalapril en magnesiumsulfaat slechts in kleine hoeveelheden in de moedermelk terechtkomen en onschadelijk zijn voor de baby.

Emotionele aspecten

Welke naam er ook aan gegeven wordt: ernstige zwangerschapshypertensie, pre-eclampsie, eclampsie, HELLP-syndroom – het is voor u een emotioneel zware tijd. Vaak is er een plotselinge overgang van een normale, gezonde zwangerschap naar een periode met angst en zorgen. Het is vaak moeilijk te accepteren dat het lichaam 'faalt'. Sommige vrouwen voelen zich hier – ten onrechte! – soms zelfs schuldig over. Door het ernstig ziek zijn, kunt u zich soms niet alles herinneren. Anderzijds maakt een opname op een intensieve care afdeling vaak diepe indruk. Uw partner maakt zich in deze periode vaak ernstige zorgen over moeder en kind en heeft tegelijkertijd vaak het gevoel er alleen voor te staan. U kunt te maken krijgen met een langdurige opname van uw baby op een couveuse-afdeling met de bijbehorende zorgen.

Het is voor het verwerkingsproces belangrijk dat u zo goed mogelijk geïnformeerd wordt over wat er met u gebeurt of is gebeurd. Bedenk daarom voordat u voor nacontrole komt bij de gynaecoloog welke vragen u nog hebt of welke stukken in uw herinnering nog onduidelijk zijn.

Na het ontslag

Als u een ernstige vorm van zwangerschapshypertensie hebt gehad kan het vele weken, zo niet maanden duren voordat u zich lichamelijk weer fit voelt. Ook emotioneel moet u herstellen van de zwangerschap, de bevalling en alle spanning daaromheen. De huisarts, de gynaecoloog of de kinderarts kan u hierin begeleiden. Contact met lotgenoten die iets dergelijks hebben meegemaakt biedt vaak goede steun.

De patiëntenvereniging HELLP Stichting, <https://www.helpp.nl/> kan hierin bemiddelen. Enige weken na het ontslag uit het ziekenhuis komt u terug bij de gynaecoloog op de polikliniek. De gynaecoloog controleert de bloeddruk en laat soms nog aanvullend bloedonderzoek naar de stolling en de stofwisseling doen.

De volgende zwangerschap

Bij zeer ernstige zwangerschapshypertensie of eclampsie is er een kleine kans op herhaling in een volgende zwangerschap. Het verloop is dan vaak minder ernstig.

Een gesprek met de gynaecoloog voorafgaand aan een volgende zwangerschap geeft u informatie over wat u in een volgende zwangerschap kunt verwachten. De begeleiding van een volgende zwangerschap gebeurt door de gynaecoloog.

Na een zwangerschap waarbij er sprake was van een milde pre-eclampsie, en waarbij u na 37 weken zwangerschapsduur bevallen bent van een baby met een normaal gewicht, bestaat er een overlegsituatie. De verloskundige of de huisarts kan dan met de gynaecoloog overleggen of

controle door de gynaecoloog tijdens de zwangerschap gewenst is. Als u een keizersnede hebt gehad, hebt u echter bij een volgende bevalling altijd een medische indicatie voor de bevalling.

Pre-eclampsie en het HELLP-syndroom zijn risicofactoren voor hart- en vaatziekten op latere leeftijd. Bespreek dit met uw huisarts zodat u door hem of haar periodiek wordt gecontroleerd.

In deze brochure worden de gevolgen van een lichte en een ernstige zwangerschaps- hypertensie beschreven. Gelukkig komt dat laatste zelden voor, en bij de meeste vrouwen is de afloop van de zwangerschap ondanks eventuele complicaties gunstig. Mocht u naar aanleiding van deze brochure nog vragen hebben, aarzel dan niet ze met uw gynaecoloog, huisarts of verloskundige te bespreken.

Polikliniek gynaecologie

Bergen op Zoom

De polikliniek gynaecologie is gevestigd bij het Moeder&Kindcentrum, route 89.

Roosendaal

De polikliniek gynaecologie is gevestigd op begane grond, route 28.

Telefoonnummer: 088 - 70 66 600

Bij de volgende klachten kunt u de coördinator van het Moeder&Kindcentrum bereiken op telefoonnummer: 088 – 70 66 650

- hoofdpijn
- tintelende vingers
- vlekken of sterretjes zien
- bandgevoel
- bovenbuikklachten
- misselijkheid en/of braken
- minder leven

Wanneer u al lichte klachten heeft, belt u bij toename van de klachten óók 's avonds en 's nachts.

Nuttige Adressen

Hellp Stichting

Postbus 40126

8004 DC Zwolle bl

<https://www.hellp.nl/>

Deze stichting heeft onder meer als doelstellingen het geven van informatie over ernstige vormen van zwangerschapshypertensie, en de organisatie van lotgenotencontacten.

Vereniging van Ouders van Couveusekinderen(V.O.C.)

Landelijk secretariaat V.O.C.

Marshallweg 13 (unit 2)

3068 JN Rotterdam

www.couveuseouders.nl

