Overmatig braken bij zwangerschap

Patiënteninformatie verloskunde en gynaecologie

Overmatig braken bij zwangerschap (hyperemesis gravidarum)

Inleiding

In de eerste maanden van de zwangerschap is misselijkheid en braken heel normaal. Meestal begint dit rond de zesde week en eindigt meestal rond de zestiende week van de zwangerschap. Vaak gaat het daarbij om ochtendmisselijkheid en braken, maar het kan ook de hele dag aanhouden.

Verschijnselen

Bij overmatig braken tijdens de zwangerschap is heb je last van de volgende verschijnselen:

- gewichtsverlies;
- aanhoudend braken;
- gevoeligheid voor prikkels (licht, geluid, geuren, bewegingen).

Oorzaken

Overmatig zwangerschapsbraken komt meer voor bij tweelingzwangerschappen of schildklierproblemen. Meestal is er geen duidelijke oorzaak aan te wijzen voor overmatig braken tijdens de zwangerschap.

Veranderingen in de hormoonhuishouding, stress of de manier waarop je met stress omgaat kunnen een oorzaak zijn.

Gevolgen

Door de overmatige misselijkheid en het braken kunnen er lichamelijke klachten ontstaan zoals:

- een hoge hartslag;
- een lage bloeddruk;
- uitdroging en ondervoeding.

Kan het kwaad?

Meestal kan het geen kwaad voor je baby als je veel braakt.

Houden de klachten aan tot voorbij de 20 weken? De gynaecoloog adviseert dan soms om groei-echo’s te maken om je baby te controleren.

Onderzoek

Bij een controle in de triagekamer van het Moeder & Kindcentrum van het Bravis ziekenhuis worden er meerdere onderzoeken uitgevoerd:

- Met behulp van een PUQE-score kunnen we hyperemesis indelen in verschillende vormen. Voor elke vorm stellen we een aparte behandeloptie op.
- Meestal een echo van de baby, bijvoorbeeld om te kijken of je zwanger bent van een tweeling.
- Een bloedonderzoek om te onderzoeken welke zouten en vitamines je te weinig hebt.
- Een urineonderzoek waarmee kan worden vastgesteld of het lichaam door uitdroging en ondervoeding ketonen (afbraakproducten van de vetstofwisseling) uitscheidt.

Samen met de gynaecoloog bepaal je wat voor jou de beste behandeling is. Dit kan bestaan uit:

- Zonder een infuus naar huis.

  Als je nog voeding en vocht binnen kan houden dan kan je zonder infuus naar huis. In overleg met de gynaecoloog kan je eventueel starten met het medicijn Ondansetron. Ondansetron wordt als smelttablet voorgeschreven en werkt tegen de misselijkheid.

- Met een infuus naar huis.

  Als je (bijna) niets binnen houdt van wat je drinkt of eet, kan je in overleg met de gynaecoloog thuis starten met een infuus. Via het infuus wordt vocht, zouten en vitamine B wordt toegediend. Het medicijn Ondansetron wordt voorgeschreven om de misselijkheid tegen te gaan.

Met infuus naar huis. Hoe werkt dit?

- De gynaecoloog stuurt een recept naar de poliklinische apotheek van het Bravis ziekenhuis. Hier kan je alle materialen en medicatie voor het infuus thuis ophalen
- De triage verpleegkundige zal een thuiszorgorganisatie regelen. Dezelfde dag komt een verpleegkundige langs, om daarna meerdere keren per dag te komen voor het infuus.
- Op dag 3 vindt er een evaluatie plaats aan de hand van de PUQE-score en welbevinden. De score-lijst kun je onderin dit document vinden.
- 1x per week kom je op controle bij de gynaecoloog.
- Heb je vragen over het infuus dan kan je de thuiszorgorganisatie bellen

- Voor medische vragen kan je altijd naar het Moeder & Kindcentrum bellen.

  Telefoonnummer: 088 - 70 66 650.

Voeding

Houd je aan de volgende voedingsadviezen om de misselijkheid en het braken tegen te gaan:

- Eet en drink niet wanneer je je misselijk voelt.
- Eet regelmatig, in kleine hoeveelheden.
- Drink tussen de maaltijden door.
- Kies voor voedsel dat rijk aan koolhydraten is, maar weinig vet en zuur bevat.
- Vermijd voedsel of situaties die het braken opwekken.
- Vermijd teveel prikkels (fel licht, geuren, geluid, snelle bewegingen).

Wanneer kan je in overleg met de gynaecoloog stoppen met het infuus?

- Als het braken verminderd of gestopt is.
- Als de vocht- en voedingsinname goed gaat

Meer informatie

Voor meer informatie over overmatig braken bij zwangerschap kun je terecht op de volgende website:

www.degynaecoloog.nl

Dit kan ook via deze QR-code.

Voorbeeld PUQE-scorelijst dag 3

Noteer een cijfer van 1 t/m 10 de komende 24 uur.

Schaal welbevinden (hoe voel ik me): 0 = slecht denkbare, 10 = net zo goed als voor de zwangerschap.

Scorelijst 24 uur voor de thuiszorg komt op dag 3. DATUM:

UUR	MISSELIJK GEVOELD	GEBRAAKT	ALLEEN KOKHALZEN
8.00 uur			
9.00 uur			
10.00 uur			
11.00 uur			
12.00 uur			
13.00 uur			
14.00 uur			
15.00 uur			
16.00 uur			
17.00 uur			
18.00 uur			

19.00 uur			
20.00 uur			
21.00 uur			
22.00 uur			
23.00 uur			
24.00 uur			
01.00 uur			
02.00 uur			
03.00 uur			
04.00 uur			
05.00 uur			
06.00 uur			
07.00 uur			

1/23