

DOELGROEP

Elke vrouw op vruchtbare leeftijd met een zwangerschapswens nu of in de toekomst.
Meer specifiek in drie situaties:

- bij een patiënte die op consultatie komt met de expliciete vraag naar advies i.v.m. haar zwangerschapswens.
- bij een gynaecologisch of contraceptieadvies.
- bij een vrouw in de vruchtbare levensfase met een aandoening die op zich of via de gegeven medicatie een bedreiging kan zijn voor een eventuele zwangerschap.

RISICO-EVALUATIE

Bevraag de persoonlijke voorgeschiedenis, geef advies, pas de therapie aan en verwijst zo nodig door:

- **Astma:** optimaliseer de inhalatietherapie vóór de zwangerschap.
- **Diabetes mellitus:**
 - start goede diabetescontrole vóór de zwangerschap;
 - houd de anticonceptie aan zolang de diabetes niet goed geregeld is;
 - schakel tijdelijk over op insuline bij gebruik van orale antidiabetica; verwijst hiervoor door naar de diabetoloog;
 - screen bij een duidelijk verhoogd risico op diabetes.
- **Epilepsie of stuipen:**
 - verwijst door naar de neuroloog voor aanpassing van de behandeling;
 - schrijf foliumzuur 4 mg per dag voor bij gebruik van valproaat of carbamazepine.
- **Hypertensie:**
 - meet de bloeddruk bij zwangerschapswens om hypertensie tijdig te ontdekken;
 - vervang ACE-inhibitoren en angiotensine-II-receptorantagonisten door een andere klasse van geneesmiddelen;
 - bouw antihypertensiva af bij stabiele bloeddruk gedurende langere tijd;
 - indien opstart nodig: bètablokker en/of laag gedoseerd thiazidediureticum.
- **Schildklierlijden,** zowel bij hyperthyreoïdie als hypothyreoïdie: behandel in nauw overleg met de endocrinoloog.
- **Hartafwijkingen:** behandel in overleg met de specialist.
- **Diepe veneuze trombose:** bij inname van orale anticoagulantia, overweeg LMWH.
- **Chronische nierziekten:** verwijst door naar de nefroloog voor oppuntstelling.
- **Kanker:** behandel in overleg met de specialist.
- **Psychiatrische aandoeningen:** overleg bij bipolaire stoornis met de psychiater i.v.m. stoppen van lithium.

Bevraag en bespreek de risicofactoren:

- **Infectieuze anamnese:**
 - heeft de patiënte een soa of vertoont zij risicogedrag (herpes, HPV, chlamydia, gonorrhoe, hiv, hepatitis B)?
 - heeft de patiënte ooit bloed- of weefseltransfusies gehad (screening op hepatitis C)?

- **Familiale voorgeschiedenis:**
 - zijn er aangeboren of genetische afwijkingen in de familie? Zo ja, eventueel genetisch advies.
- **Leefstijl en werkomgeving:**
 - welk voedingspatroon heeft de patiënt (specifiek peilen naar ondergewicht, anorexia, obesitas, boulimie)? Adviseer gewichtsverlies in geval van obesitas.
 - drinkt de patiënte bier, wijn of sterkedrank? Zo ja, stel de volgende vragen (T-ACE-test):
 - *vanaf hoeveel glazen voelt u iets?*
 - *kreeg u al opmerkingen van anderen over uw drinkgedrag?*
 - *hebt u het gevoel van toch beter met drinken te stoppen?*
 - *hebt u nood aan een glas alcohol om de dag te beginnen?*
 - Adviseer maximum 1 eenheid alcohol per dag (met max. 5 eenheden per week).
 - rookt de patiënte? Adviseer rookstop en benadruk het positieve effect van rookstop op de zwangerschapsuitkomst.
 - gebruikt de patiënte drugs?
 - zijn er werkgerelateerde risico's (bijvoorbeeld chemicaliën, infecties, radioactieve straling)?
 - is er blootstelling aan hyperthermie (zonnebank, saunabezoek)?
- **Medicamenteuze voorgeschiedenis:**
 - gebruikt de patiënte chronische medicatie, al dan niet voorschrijftplichtig?

BLOEDONDERZOEK EN VACCINATIE

- Indien de **bloedgroep onbekend** is: prik bloed voor de verdere aanpak van eventuele rhesusincompatibiliteit tijdens de zwangerschap.
- Indien de **immuunstatus onbekend** is: prik bloed voor de bepaling van antistoffen voor toxoplasmose en rubella.
- Bij seronegatieve status voor **rubella**: vaccineer met een MMR-vaccin.
- Bij seronegatieve status voor **toxoplasmose**: geef informatie over hygiënische (voornamelijk voedingsgebonden) maatregelen:
 - *eet enkel goed doorbakken vlees of diepgevroren vlees (tot -20°C gedurende 3 dagen);*
 - *was groenten en fruit;*
 - *reinig grondig handen en keukenblad na contact met rauw vlees of ongewassen groenten en fruit (raak mond en ogen niet aan);*
 - *draag wegwerphandschoenen bij tuinwerk;*
 - *vermijd contact met kattenuitwerpselen en een kattenbak die meer dan 24 uur in gebruik is en met een niet-afgedekte zandbak.*

FOLIUMZUURSUPPLEMENT

Spreek vrouwen actief en tijdig aan over de zin van foliumzuursupplementen.

- **Bij zwangerschapswens:** dagelijks minimum 0,4 mg foliumzuur, te nemen vanaf de stopzetting van de anticonceptie tot de twaalfde zwangerschapsweek.
- **Bij een verhoogd risico** (diabetes type 1, neuraalbuisdefecten in de familie, inname van carbamazepine of valproaat): beveel een dosis van 4 mg per dag aan.