

# Hoge bloeddruk in de zwangerschap

## Inhoud

Inleiding	4
Het meten van de bloeddruk	4
Wanneer is er sprake van hoge bloeddruk?	4
Wat zijn de gevaren van een hoge bloeddruk?	5
Soorten en ernst van hoge bloeddruk	5
Wie loopt er risico?	6
Kan hoge bloeddruk voorkomen worden?	6
Klachten en verschijnselen	6
Onderzoek	7
Poliklinische controle	8
Opname in het ziekenhuis	8
De bevalling bij lichte vormen van zwangerschapshypertensie	9
Na de bevalling	9
Ernstige vormen	9
Medicijnen	10
Bloeddrukverlagende middelen.	10
Medicijnen die stuipen voorkomen en stoppen	10
Medicijnen die de longrijping van de baby versnellen.	10
De bevalling bij ernstige vormen van zwangerschapshypertensie	11
Overplaatsing naar een ander ziekenhuis	11
Na de bevalling	11
Emotionele aspecten	12
Na het ontslag	12
De volgende zwangerschap	13
Patiëntenorganisaties	14
Woordenlijst	15



**Deze folder geeft informatie over hoge bloeddruk en zwangerschap. Van de vrouwen die voor het eerst zwanger zijn, krijgt zo'n 10 tot 15 % 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 lichte hypertensie, welke extra zorg mogelijk is in het geval van ernstiger hypertensie en welke zeldzame complicaties kunnen optreden. De verloskundige, de huisarts of de gynaecoloog informeert en adviseert u verder.

### **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 assistente of verpleegkundige met de stethoscoop in de elleboogplooï; 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.

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 is er sprake van hoge bloeddruk?**

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 bloeddruk van 90-95 bestaat er kans op complicaties. In deze situaties wordt extra controle geadviseerd. Als er aanwijzingen zijn van mogelijke complicaties of als de onderdruk 95 of hoger wordt, is er een reden voor overleg met de gynaecoloog.

## **Wat zijn de gevaren van een hoge bloeddruk?**

Bij een hoge bloeddruk kunnen complicaties bij moeder en kind optreden. Uw nieren en lever kunnen tijdelijk slechter gaan werken en er kunnen afwijkingen in de bloedstolling ontstaan. 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 120 mmHg). Ook is van belang wanneer tijdens de zwangerschap de hypertensie optreedt. Tegen het einde van de zwangerschap is de kans op complicaties van een hogere bloeddruk meestal veel kleiner dan vroeg in de zwangerschap.

## **Soorten en ernst van hoge bloeddruk**

Een hoge bloeddruk die het gevolg is van de zwangerschap, wordt *zwangerschapshypertensie* genoemd. Vroeger sprak men wel van zwangerschapsvergiftiging, maar deze term is achterhaald. Er is sprake van zwangerschapshypertensie als bij een vrouw die eerst een normale bloeddruk had in de tweede helft van de zwangerschap hypertensie optreedt. De oorzaak van deze hoge bloeddruk is onbekend. Waarschijnlijk spelen de aanleg en de ontwikkeling van de placenta in de eerste helft van de zwangerschap een rol.

Een ernstiger vorm van zwangerschapshypertensie wordt *pre-eclampsie* genoemd. Hierbij is er eiwitverlies in de urine of zijn er andere tekenen van tijdelijke orgaanbeschadiging.

Een zeer ernstige vorm is *eclampsie*. Hierbij ontstaan stuipen (insulten of convulsies). Een speciale vorm van ernstige zwangerschapshypertensie is het *HELLP-syndroom*. Deze vorm van ernstige zwangerschapshypertensie staat beschreven op pagina 9. 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. Hypertensie die al vóór de zwangerschap bestaat, wordt *chronische of pre-existente hypertensie* genoemd. 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 folder niet besproken. Wel hebben sommige extra onderzoeken hetzelfde doel als die bij zwangerschapshypertensie. Uw gynaecoloog kan u hierover informeren.

## **Wie loopt er risico?**

Hoge bloeddruk tijdens de zwangerschap treedt vooral op tijdens de eerste zwangerschap. Bij lichte vormen verloopt een volgende zwangerschap doorgaans normaal. Bij een ernstige vorm (van hypertensie) 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 neemt de kans op zwangerschapshypertensie toe. 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 hoge bloeddruk 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 arts 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 lichte 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. Andere mogelijke klachten zijn 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. 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. Maar als de onderdruk bij herhaling verhoogd is, of als er eiwit in de urine aanwezig is, kan er sprake zijn van zwangerschapshypertensie. Bij een verhoogde bloeddruk wordt doorgaans 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 zit er vaker eiwit in de urine. Wat afscheiding of een blaasontsteking geeft soms ook wat eiwit in de urine. Dit is dus niet altijd een teken van zwangerschapshypertensie.

Bij een bloeddruk die bij herhaling 95 mmHg of hoger is, bij eiwit in de urine en/of bij klachten verwijst de verloskundige of de huisarts u meestal naar de gynaecoloog. Eventuele complicaties van de hypertensie bij u en de baby kunnen zo op tijd herkend worden. Meestal vindt bloedonderzoek plaats op het aantal bloedplaatjes 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. Als dat het geval is, is opname in het ziekenhuis verstandig. Uw gewicht kan worden gecontroleerd om te zien 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 de 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). Vaak wordt een hartfilmpje van de babygemaakt (een CTG: cardiotocogram). Deze onderzoeken vinden poliklinisch plaats. Afhankelijk van de situatie krijgt u een vervolgspraak op korte termijn of bespreekt de gynaecoloog alle uitslagen al tijdens het eerste bezoek met u. Bij ernstige hypertensie wordt u soms meteen opgenomen.

## **Poliklinische controle**

Hoe uw zwangerschap verder begeleid wordt, hangt af van de uitslagen van het onderzoek. Als de bevindingen meevallen kan de gynaecoloog u terugverwijzen naar de verloskundige. In andere gevallen neemt de gynaecoloog als regel de begeleiding over. Poliklinische controles zijn voldoende als u geen klachten hebt, uw bloeddruk slechts matig verhoogd is (onderdruk onder 100 mmHg), er geen eiwit in de urine wordt gevonden, uw bloeuitslagen normaal zijn, en de baby normaal van grootte lijkt en goed beweegt. De kans op complicaties voor u en de 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.

## **Opname in het ziekenhuis**

Opname wordt meestal geadviseerd bij klachten, ernstige zwangerschapshypertensie (onderdruk hoger dan 100 mmHg), eiwit in de urine, afwijkende bloeuitslagen, een duidelijke groeiachterstand van de baby, of andere complicaties. Het doel van de ziekenhuisopname is bewaking van uw gezondheid en die van de baby.

Als u in het ziekenhuis ligt wordt dan ook regelmatig gevraagd of u klachten hebt. De bloeddruk wordt vaak meerdere malen per dag gemeten, en bloed- en urineonderzoek vindt regelmatig plaats. Ook de conditie van de baby wordt in de gaten gehouden. Leven voelen is een belangrijk teken. De verpleegkundige maakt dagelijks een CTG, en echoscopisch onderzoek wordt zo nodig 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 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 en verpleegkundigen uitleg vraagt over uw toestand en de verwachtingen. Toch kunnen ook zij niet altijd precies voorspellen wat er gaat gebeuren. Dat is afhankelijk van de ontwikkeling van de hypertensie, uw klachten en de conditie van uw baby.



## **De bevalling bij lichte vormen van zwangerschapshypertensie**

De gynaecoloog probeert over het algemeen de baby zolang mogelijk in de baarmoeder te laten. Dat kan bij een goede conditie van uzelf en de 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. Daarvoor is het meestal nodig dat de baarmoedermond al een beetje openstaat en week geworden is.

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 bloeduitslagen 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 laboratorium- afwijkingen gevonden waren, en natuurlijk ook hoe hoog de bloeddruk tijdens en na de bevalling was. U krijgt nog een afspraak voor nacontrole bij de verloskundige 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**

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, soms is dit niet het geval. 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 stuipen (insulten of convulsies) op. Er wordt dan gesproken van *eclampsie*. Stuipen 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 coma raakt. De gynaecoloog geeft medicijnen om de stuipen te stoppen en nieuwe insulten te voorkomen. Zeer intensieve bewaking is noodzakelijk, soms op een intensive-care-afdeling. 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: alfamethyldopa (Aldomet®), labetolol (Trandate®), nifedipine (Adalat®) en ketanserine (Ketensin®) zijn in tabletvorm beschikbaar.

De laatste twee middelen kunnen ook per infuus worden toegediend, evenals dihydalazine (Nepresol®). De belangrijkste bijwerkingen van deze bloeddrukverlagende middelen zijn hoofdpijn, slaperigheid, duizeligheid, hartkloppingen, misselijkheid en braken.

### *Medicijnen die stuipen voorkomen en stoppen*

Om stuipen te stoppen en nieuwe stuipen 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 33-34 weken geboren wordt, geeft men vaak corticosteroiden (bijnierschors hormonen) om de longen van de baby

sneller te laten rijpen. Deze medicijnen worden via een injectie (prik) aan de moeder toegediend. Deze injectie krijgt u na 24 uur nogmaals.

## **De bevalling bij ernstige vormen van zwangerschapshypertensie**

De enige manier om de oorzaak van 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 couveuseafdeling noodzakelijk.

## **Overplaatsing naar een ander ziekenhuis**

In Ziekenhuis Gelderse Vallei is overplaatsing naar een academisch ziekenhuis alleen het geval als de gynaecoloog verwacht de zwangerschap vóór de 32 weken te moeten beëindigen. Overname door een academisch ziekenhuis is dan gewenst voor een optimale opvang van de baby op een intensive care voor baby's (NICU). Vanaf 32 weken zwangerschap kunt u gewoon in Ziekenhuis Gelderse Vallei bevallen.

In geval van een overplaatsing proberen wij zo dicht mogelijk een plaats te vinden waar u en de baby opgevangen kunnen worden. Denk hierbij aan Nijmegen of Utrecht. Soms lukt dit niet.

## **Na de bevalling**

Ook bij ernstige vormen van zwangerschapshypertensie zoals pre-eclampsie en HELLP-syndroom treedt na de bevalling spontane genezing op. Vrijwel 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 bloeddrukverlagende medicijnen hebt gekregen moet u deze na de bevalling meestal nog enige tijd blijven gebruiken. Verreweg de meeste vrouwen die 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 afkolgen. 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 de meeste middelen wordt borstvoeding afgeraden, maar bekend is dat methyldopa, nifedipine, labetolol en magnesiumsulfaat slechts in kleine hoeveelheden in de moedermelk terechtkomen en onschadelijk zijn voor de baby. Bij gebruik van ketanserine mag borstvoeding niet gegeven worden aan de baby. Wel kunt u kolven om de borstvoeding op gang te brengen.

## **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 intensive-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 de baby op een couveuseafdeling 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 Stichting HELLP-syndroom 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 lichte pre-eclampsie, en waarbij u na 37 weken zwangerschapsduur bevallen bent van een baby met een normaal gewicht, bestaat er een overlegsituatie. De verloskundige 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.

## **Patiëntenorganisaties**

Stichting HELLP-syndroom

Postbus 636

3800 AP Amersfoort

(0529) 427000

e-mail: [info@stghellpsyndroom.nl](mailto:info@stghellpsyndroom.nl)

website: [www.stghellpsyndroom.nl](http://www.stghellpsyndroom.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 Landelijk secretariaat V.C.O.

Postbus 1024

2260 BA Leidschendam

(070) 386 25 35

website: [www.couveuseouders.nl](http://www.couveuseouders.nl)

Vereniging Keizersnede-ouders

Postbus 233

2170 Sassenheim

(0252) 23 07 12, bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 10.00-21.00 uur

## Woordenlijst

*Auto-immuunziekte*: ziekte waarbij het eigen afweersysteem de weefsels of organen beschadigt.

*Conditie* (van de baby): een woord dat gebruikt wordt om aan te geven hoe de baby het maakt.

*Corticosteroïd bijnierschors hormoon*: dat toegediend wordt aan de moeder om voor de geboorte de longrijping bij de baby te versnellen.

*CTG cardiotocogram*: hartfilmpje, registratiemethode om de conditie van de baby in de gaten te houden.

*Diastolische bloeddruk*: onderdruk.

*Eclampsie*: stuipen die optreden als complicatie van zeer ernstige zwangerschapshypertensie.

*HELLP-syndroom*: ernstige vorm van zwangerschapshypertensie met afbraak van rode bloedcellen, schade aan de lever en een laag aantal bloedplaatjes.

*Hypertensie*: hoge bloeddruk.

*Infuus*: slangetje in een bloedvat van de arm of hand voor het toedienen van medicijnen, bloed of vocht.

*mmHg*: millimeter kwik, een maat voor het weergeven van de bloeddruk.

*Oedeem*: zwelling door ophoping van vocht.

*Placenta*: moederkoek.

*Pre-eclampsie*: een ernstige vorm van zwangerschaps-hypertensie waarbij er eiwit in de urine wordt gevonden of andere tekenen van tijdelijke orgaanbeschadiging zijn.

*Systolische bloeddruk*: bovendruk.

## Vragen

In deze folder worden de gevolgen van een lichte en een ernstige zwangerschapshypertensie beschreven. Gelukkig komt dat laatste zelden voor en bij de meeste vrouwen is de afloop van de zwangerschap ondanks eventuele complicaties gunstig.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, aarzel dan niet en bel gerust. Polikliniek gynaecologie is maandag tot en met vrijdag van 09.00 - 17.00 uur bereikbaar via (0318) 43 51 50. Aarzel niet uw vragen aan uw gynaecoloog, verloskundige, huisarts of verpleegkundige te stellen.