

Inleiding:

Sinds september 2014 is er in het Streekziekenhuis Koningin Beatrix te Winterswijk een POP poli, opgezet door het VSV Achterhoek-Oost en GGnet

Zwangere vrouwen of vrouwen met een kinderwens die te maken hebben met onder andere psychische en/of sociale problemen kunnen worden verwezen naar de POP poli. Door een team van gynaecoloog, psychiater en kinderarts wordt de best mogelijke zorg vastgesteld. We kijken samen met jou (en je partner) of het nodig is om extra afspraken te maken voor de zwangerschap en de kraamperiode. Vaak kan jouw eigen verloskundige gewoon de zwangerschap, de bevalling en de kraamperiode begeleiden. Vaak wordt je huisarts ook betrokken bij het proces. Of je te maken krijgt met alle bovenstaande zorgverleners hangt af van de persoonlijke situatie.

Voor wie is de POP poli?

Voor vrouwen met een kinderwens, zwangere vrouwen en/of kraamvrouwen die:

- Psychische klachten hebben of hebben gehad (bijvoorbeeld depressieve gevoelens, gevoelens van angst, psychotische klachten, een bipolaire stoornis of een persoonlijkheidsstoornis);
- Psychofarmaca (medicijnen tegen depressie, angst, paniek, psychose) gebruiken;
- Problemen hebben op sociaal gebied (bijvoorbeeld alcohol/drugs, geld problemen, te maken hebben met geweld, erg jong zijn, ongewenst zwanger zijn);
- Traumatische ervaringen hebben gehad in het verleden, bijvoorbeeld bij de vorige zwangerschap, bevalling en/of kraamperiode, of bijvoorbeeld een nare ervaring op seksueel gebied.

Psychische klachten:

Ongeveer twee op de tien zwangere vrouwen heeft psychische klachten. Deze kunnen zich uiten in bijvoorbeeld een depressie, angst gevoelens of een posttraumatische stressstoornis. Een psychische aandoening kan gevolgen hebben voor de zwangere vrouw, het ongeboren kind, de zwangerschap, de bevalling, de kraamperiode en de pasgeborene.

Risicofactoren:

Iedereen kan psychisch in de war raken, maar sommige mensen hebben daar meer kans op.

Zwangere vrouwen die in een eerdere zwangerschap of tijdens de kraamperiode werden geconfronteerd met een psychische aandoening of vrouwen die los van een zwangerschap bekend zijn met een psychische aandoening hebben een verhoogd risico op het opnieuw ontstaan of het verergeren van de klachten.

Vrouwen die één of meerdere eerstegraads familieleden (ouders, broers of zussen) hebben met een psychische aandoening blijken soms zelf ook meer vatbaar. Verder is bekend dat vrouwen die te vroeg bevallen of een traumatische bevalling hebben meegemaakt, meer kans hebben op psychische klachten in de periode nadat de baby is geboren.

Zwangerschap en de komst van een kind betekenen een grote verandering in het leven van iedereen. Voor sommige mensen valt deze verandering zwaar. Slecht slapen, slecht eten en gevoelens van onzekerheid en zwaarmoedigheid kunnen dan invloed hebben op het dagelijkse leven.

Het is altijd belangrijk om je verloskundig zorgverlener te informeren als je jezelf in de zwangerschap of de kraamperiode slechter gaat voelen of als er andere problemen/factoren een rol spelen. Daarbij kun je bijvoorbeeld denken aan financiële problemen, huisvestingsproblemen, geweld of angst vanwege eerdere traumatische ervaringen. Afhankelijk van de klachten/situatie kijken we dan samen of er extra zorg nodig is en in welke vorm dat het beste zou zijn.

Verwijzing:

Je kunt verwezen worden naar de POP poli door je verloskundige, je huisarts, je gynaecoloog en/of iedere andere zorgverlener die denkt dat dit van toegevoegde waarde kan zijn. Dit gebeurt enkel na jouw (schriftelijke) toestemming en je blijft op hoogte van hetgeen dat besproken wordt.

Wat kun je verwachten:

Na de verwijzing volgt er een bespreking door het team van de POP poli. Tijdens deze bespreking wordt er door het team een voorlopig zorgplan opgesteld. Indien nodig vindt er dan een afspraak met je plaats waarin dit plan wordt besproken en waar noodzakelijk aangepast. Het kan zijn dat je alleen met de gynaecoloog een afspraak krijgt, maar afhankelijk van de situatie kun je ook een afspraak met de kinderarts en/of psychiater krijgen. Het plan wordt in ieder geval door je eigen (verloskundig) zorgverlener aan je teruggekoppeld.

Uiteraard zal tijdens jouw hele zwangerschap en kraamperiode bekeken worden of het zorgplan en de gemaakte afspraken voldoen aan ieders verwachtingen en je daadwerkelijk geholpen bent. Dit bespreek je met je hoofdbehandelaar.

De POP poli is erop gericht om jou en je nog ongebooren kind zo goed mogelijk te begeleiden en ondersteunen waar nodig tijdens je zwangerschap en eerste weken na de bevalling.

Mocht je vragen hebben over de POP poli dan kun je contact opnemen met je eigen verloskundig hulpverlener.