Ziekenhuis
Rivierenland
Patiënteninformatie

Gynaecologie-Verloskunde

OVERMATIG BRAKEN TIJDENS DE ZWANGERSCHAP (HYPEREMESIS GRAVIDARUM)

WWW.ZIEKENHUISRIVIERENLAND.NL

U bent bij uw huisarts, verloskundige of gynaecoloog geweest omdat u overmatig veel moet braken tijdens uw zwangerschap. Hier leest u wat hiervan de oorzaken kunnen zijn en wat u kunt doen om de misselijkheid te verminderen. Ook leggen we uit hoe de behandeling van overmatig braken verloopt. De medische term voor overmatig braken tijdens de zwangerschap is hyperemesis gravidarum.

WAT IS HYPEREMESIS GRAVIDARUM?

Veel vrouwen hebben in de eerste maanden van hun zwangerschap last van misselijkheid en overgeven. Dit is vervelend, maar u hoeft zich hierover geen zorgen te maken. Pas als u overmatig veel en vaak moet braken, heeft u hiervoor een behandeling nodig. Door het overmatige braken, kunt u afvallen en uitdrogen. Ook kan er een tekort aan vitaminen en mineralen ontstaan. Als u moet braken, gaat het eten vanuit uw maag door de slokdarm weer terug naar uw mond. Gebeurt dat vaak, dan kan uw slokdarm gevoelig en pijnlijk worden. U gaat hierdoor nog minder drinken. Deze klachten verdwijnen bij veel vrouwen als ze tussen de twaalf en twintig weken zwanger zijn.

WAT ZIJN DE OORZAKEN VAN HYPEREMESIS GRAVIDARUM?

Er is veel onderzoek gedaan naar de oorzaak van hyperemesis gravidarum. Toch is nog niet bekend waarom de ene vrouw er wel last van krijgt en de andere niet. Dit komt waarschijnlijk door een combinatie van persoonlijke en hormonale factoren. Als u zwanger wordt, gaat uw lichaam het zwangerschapshormoon (HCG) aanmaken. Het is mogelijk dat u hiervan misselijk wordt of gaat overgeven. Vrouwen die zwanger zijn van meerdere kinderen (bijvoorbeeld van een tweeling), maken meer HCG-hormoon aan. Misselijkheid en braken komen bij meerlingzwangerschappen dan ook vaker voor.

TIPS TEGEN OVERMATIG BRAKEN TIJDENS DE ZWANGERSCHAP

Het is misschien niet gemakkelijk maar het is toch belangrijk om te blijven eten en drinken, ook al bent u misselijk. Deze tips kunnen u daarbij helpen:

- Neem voordat u opstaat uit bed een beschuit, toastje, biscuitje of cracker. Dit kan ochtendmisselijkheid verminderen, want misselijkheid kan ook ontstaan door een lege maag.
- Sta langzaam op.
- Eet meerdere keren per dag kleine porties. Kies vooral voor producten die eiwit leveren. Zoals volle kwark en yoghurt.
- Eet of drink geen producten die u niet lekker vindt ruiken of smaken. Soms kan uw smaak of geur veranderen tijdens de zwangerschap.
- Sommige vrouwen kunnen beter tegen koude maaltijden dan tegen warme maaltijden.

- Neem zoveel mogelijk rust, ook na inspanning.
- Ga regelmatig naar buiten voor frisse lucht.
- Gember kan misselijkheid verminderen.
  U kunt bijvoorbeeld verse gemberthee drinken.
  Er zijn ook gembertabletten te koop bij de drogisterij.
- Soms helpt Earl Grey thee tegen misselijkheid.
- Vraag aan uw verloskundige of gynaecoloog een verwijzing naar de diëtist.

VERTEL UW KLACHTEN TEGEN UW VERLOSKUNDIGE OF HUISARTS

Heeft u last van overmatig braken tijdens de zwangerschap? Bespreek dit dan met uw verloskundige of huisarts. Zij kunnen u tips geven over voeding en rust. Ook kunnen zij eventuele medicatie tegen misselijkheid en braken met u bespreken. De verloskundige of huisarts kunnen uw urine ook op aceton onderzoeken. Ze zien dan of uw lichaam te weinig voedingsstoffen of vocht heeft. De verloskundige zal u daarin verder begeleiden. Hij of zij zal u doorverwijzen naar de gynaecoloog als dit nodig is.

DOORVERWIJZING NAAR DE GYNAECOLOOG VOOR OVERMATIG BRAKEN

Heeft de huisarts of verloskundige u doorverwezen naar de gynaecoloog omdat u overmatig moet braken? Dan zal de polikliniek-assistente eerst een aantal onderzoeken bij u doen. U wordt gewogen en uw urine wordt onderzocht. De gynaecoloog bepaalt daarna of er bloedonderzoek nodig is. Samen met de gynaecoloog bespreekt u de mogelijkheid om medicijnen te gaan gebruiken tegen misselijkheid of braken. Als alle uitslagen bekend zijn, bepaalt de gynaecoloog wat de beste behandeling voor u is: terug naar uw verloskundige, een dagopname of een opname in het ziekenhuis.

DAGOPNAME VOOR HYPEREMESIS GRAVIDARUM

Een dagopname vindt plaats op de afdeling OBG-dagbehandeling, volg route 7 of afdeling A4. Tijdens de dagopname krijgt u anderhalve liter vocht toegediend via een infuus. Een infuus is een slangetje dat met een naaldje is verbonden met uw lichaam. Via dit infuus worden uw tekorten aan voeding en vocht aangevuld. U mag daarnaast gewoon eten en drinken. De opname duurt ongeveer drie tot vier uur. Daarna mag u naar huis. Het waaknaaldje van het infuus blijft in uw arm zitten, zodat het eventueel de volgende dag nog een keer gebruikt kan worden.

DE DAG NA DE DAGOPNAME

De volgende dag komt u terug op de polikliniek Gynaecologie-Verloskunde. Deze afspraak is meestal vroeg in de ochtend. De assistente onderzoekt nog een keer uw urine en zal u eventueel nog een keer wegen. Daarna bepaalt de gynae-

coloog aan de hand van de uitslagen opnieuw het verdere beleid: terug naar uw verloskundige, nogmaals een dagopname of een opname in het ziekenhuis? Het is mogelijk dat dit een paar keer wordt herhaald.

EEN ZIEKENHUISOPNAME VOOR HYPEREMESIS GRAVIDARUM

Een opname in het ziekenhuis voor hyperemesis gravidarum vindt plaats op afdeling A4. Hier krijgt u een infuus waarmee in 24 uur drie liter vocht wordt toegediend. Het vocht wordt in de nacht aangevuld met extra vitamines. U mag 24 uur niks eten of drinken. Zo krijgt uw maag de kans om tot rust te komen. Elke ochtend levert u ochtendurine in. De verpleegkundige kijkt deze na op aceton. Hij of zij kan dan zien hoe het met uw voedingstoestand en vochthuishouding is. Ook wordt u dagelijks gewogen. Na overleg met de gynaecoloog mag u na 24 uur weer een beetje proberen te eten en te drinken. Als dit goed gaat, mag u meer gaan eten.

IN DE VOLGENDE SITUATIES MAG U NAAR HUIS:

- Uw urinewaarden zijn verbeterd of goed.
- U kunt weer wat eten en drinken.
- U braakt veel minder of niet meer.

Als het nodig is, maakt u nog een afspraak met de gynaecoloog voor een nacontrole.

WAT KAN EEN DIËTIST VOOR U BETEKENEN?

Als het braken aanhoudt, kan de gynaecoloog een consult aanvragen bij een diëtist. Een diëtist bekijkt of uw voeding aangepast kan worden. Hij of zij kan ook voorstellen om te starten met drinkvoeding. Hierin zitten extra vitamines en mineralen. Als het helemaal niet lukt om iets te eten en te drinken, kan de diëtist sondevoeding adviseren. Dit gebeurt altijd in overleg met de gynaecoloog. Sondevoeding is een vloeibare voeding die alle voedingsstoffen bevat die u dagelijks nodig heeft. Deze sondevoeding wordt met een flexibel slangetje (de sonde) via uw neus, door de slokdarm naar de maag gebracht. De sondevoeding wordt thuis voortgezet, als dat nodig is.

WWW.ZIEKENHUISRIVIERENLAND.NL

158588 0918

EEN GESPREK MET MAATSCHAPPELIJK WERK

Hyperemesis gravidarum kan invloed hebben op uw gevoel. U kunt er bijvoorbeeld heel moe van worden of sombere gevoelens van krijgen. Ook kunt u thuis of op het werk tijdelijk uit balans raken en misschien problemen ervaren. Dit kan allerlei vragen oproepen. U kunt dan in overleg met uw gynaecoloog een gesprek aanvragen met een medisch maatschappelijk werker. Deze zal met u bespreken hoe het met u gaat, waar u tegenaan loopt en of u voldoende steun krijgt in uw omgeving. U kunt meerdere gesprekken krijgen met de medisch maatschappelijk werker, als dat nodig is. Deze gesprekken vinden in het ziekenhuis plaats. In sommige situaties is het mogelijk dat er hulp bij u thuis wordt geregeld. De medisch maatschappelijk werker regelt dit voor u.

VRAGEN

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stel deze dan gerust. Uw behandelaar geeft u graag meer informatie.

Polikliniek Gynaecologie-Verloskunde	0344 674045
Afdeling A4 Klinische Verloskunde *24 uur per dag bereikbaar*	0344 674919
Verpleegkundig coördinator	0344 674008

Ziekenhuis
Rivierenland
Hét mensenziekenhuis

President Kennedylaan 1, 4002 WP Tiel
Postbus 6024, 4000 HA Tiel

0344-674911
info@zrt.nl
www.ziekenhuisrivierenland.nl