

Gynaecologie - Verloskunde

Polikliniek zwangeren

Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden
Houtlaan 55
2334 CK Leiden
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp
Simon Smitweg 1
2353 GA Leiderdorp
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn
Meteoorlaan 4
2401 WC Alphen aan den Rijn
0172 467 467

Welkom op de polikliniek Verloskunde van het Moeder- en Kindcentrum. Tijdens uw zwangerschap zult u regelmatig onze polikliniek bezoeken. In deze folder informeren we u over de polikliniek en over de controles tijdens de zwangerschap.

In Nederland worden zwangerschap en bevalling in principe begeleid door een verloskundige. U kunt kiezen of u thuis of in het ziekenhuis (poliklinisch) onder haar begeleiding wilt bevallen. Als er bepaalde afwijkingen bestaan of er problemen zijn geweest bij uw vorige zwangerschappen en bevallingen, krijgt u een medische indicatie en valt de zwangerschap en bevalling onder verantwoordelijkheid van een gynaecoloog. Deze medische indicatie kan aan het begin van een zwangerschap door uw huisarts of verloskundige worden vastgesteld. Hij of zij zal u dan doorverwijzen naar een gynaecoloog. Ook kan tijdens de zwangerschap of zelfs nog tijdens de bevalling een medische indicatie ontstaan, waarna de verwijzing naar de gynaecoloog volgt.

In Alrijne Ziekenhuis werken klinisch verloskundigen samen met de gynaecoloog. Gezamenlijk bieden zij u de zorg die nodig is.

Bij een medische indicatie worden de kosten van de controles, de bevalling en het kraambed in principe door de verzekering vergoed. Zorg ervoor dat u goed verzekerd bent. Raadpleeg zo nodig al tijdens de zwangerschap uw verzekeringspolis of informeer bij uw verzekeraar.

Wie komt u tegen op de polikliniek Verloskunde?

Gynaecoloog

Er werken 8 gynaecologen in Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp en Alphen aan den Rijn. Tijdens uw consulten of opname kunt u verschillende artsen treffen.

Klinisch verloskundige

Uw controles in het ziekenhuis worden gedaan door gynaecologen en de klinisch verloskundigen. Klinisch verloskundigen zijn speciaal opgeleid om zwangere vrouwen te begeleiden die een medische indicatie hebben. Zij zijn op de polikliniek betrokken bij uw controles en op de verloskamers begeleiden zij u bij de bevalling. Wanneer u op controle komt bij de klinisch verloskundige kunt u naast de gebruikelijke controles verwachten dat zij u informatie geeft over de praktische zaken rond zwangerschap en bevalling.

Coassistenten en verloskunde studenten

Ons ziekenhuis is betrokken bij de opleidingen voor coassistenten en verloskundigen. Dit zijn studenten die bij ons stage lopen. Zij kunnen bij alle werkzaamheden betrokken zijn, steeds onder verantwoordelijkheid van de gynaecoloog en klinisch verloskundige. Mocht u bezwaren hebben tegen de aanwezigheid van een coassistent of een verloskunde student dan kunt u dit kenbaar maken. We hopen dat u zoveel mogelijk wilt meewerken zodat ook zij straks bekwame professionals kunnen worden.

Polikliniekassistent

De polikliniekassistenten zijn voor u het eerste aanspreekpunt. Zij zitten achter de balie en beantwoorden de telefoon. U kunt bij hun terecht voor vragen en afspraken. Ook verrichten zij indien nodig urineonderzoek, CTG (cardiotocografie) controle en meten zij uw bloeddruk.

Afspraken

Afspraken kunt u telefonisch maken of aan de balie. Bereikbaarheidsgegevens vindt u bij praktische informatie aan het eind van deze folder.

Bij het maken van afspraken, proberen wij zo veel mogelijk rekening te houden met dagen en momenten van uw voorkeur. Helaas is dit niet altijd mogelijk.

Wanneer u een afspraak heeft bij ons moet u zich altijd kunnen legitimeren. Als u verhinderd bent vragen wij u de afspraak minimaal 24 uur van te voren af te zeggen.

De controles op de polikliniek tijdens de zwangerschap

U zult de afspraken krijgen volgens ons zorgpad. Deze controles zijn afwisselend bij de gynaecoloog of bij de klinisch verloskundige. De controles duren bij de gynaecoloog 10 minuten en bij de verloskundige 20 minuten. Soms is het nodig om langer de tijd te krijgen voor uw consult.

Tijdens uw afspraak worden een aantal zaken met u besproken. Het is goed om hierop voorbereid te zijn zodat u zo duidelijk mogelijk antwoord kunt geven op de vragen. Er kan onder andere worden gevraagd naar uw lengte en gewicht, medische voorgeschiedenis, ziekten of mogelijk erfelijke aandoeningen in uw familie, en het verloop van eventuele eerdere zwangerschappen en bevallingen. Het is ook belangrijk om te weten of uw laatste menstruaties normaal en op tijd waren. Het is verstandig om de eerste dag van de laatste menstruaties voor uzelf op te schrijven en mee te nemen, evenals de datum waarop u gestopt bent met de pil. Verder kunt u tijdens de controles het volgende verwachten:

- Uw gezondheid en algemene lichamelijke conditie wordt besproken
- Het meten van de bloeddruk
- Uitleg over eventuele onderzoeken
- Buikonderzoek (het bepalen van de grootte en de ligging van het kind)
- Controle kinderlijke harttonen
- Eventueel een echo
- Gelegenheid tot vragen stellen

Voor meer uitgebreidere informatie over onderzoeken, informatie en adviezen ontvangt u van ons (afhankelijk van hoe ver uw zwangerschap is) verschillende folders.

Overige onderzoeken

Op indicatie van de arts of verloskundige vinden de volgende onderzoeken plaats:

Urineonderzoek

Het urineonderzoek vindt alleen plaats als de gynaecoloog of klinisch verloskundige de urine wil onderzoeken. Het is dus niet noodzakelijk om bij elk polikliniekbezoek urine mee te brengen. Het urineonderzoek kan op de polikliniek plaatsvinden. Sommige bepalingen worden door het laboratorium gedaan.

Bloedonderzoek

De arts of verloskundige spreekt af welk bloedonderzoek moet plaatsvinden. Van de polikliniekassistente krijgt u de benodigde afnameformulieren. Voor de bloedafname kunt u terecht bij de priklocaties van Eurofins SCAL. Deze vindt u in ons ziekenhuis, maar ook elders in de regio. U moet

voor bloedafname van tevoren een afspraak maken. Meer informatie vindt u aan het einde van deze folder.

Prenatale screening

Prenatale screening is onderzoek naar aangeboren afwijkingen of chromosoomafwijkingen bij de baby. Er zijn verschillende onderzoeken.

De NIPT is een bloedtest die vanaf 11 weken kan plaatsvinden.

De combinatie-test is een echo (nekplooi-meting) en een bloedonderzoek.

Bij de 13 weken echo en bij de 20 wekenecho wordt gekeken naar lichamelijke afwijkingen. Deze echo's worden verricht tussen de 12 en 14 weken en 18 en 20 weken zwangerschap. U krijgt hier meer informatie over op het counselingsspreekuur. Daar krijgt u van de klinisch verloskundige te horen voor welke onderzoeken u in aanmerking komt en wat deze onderzoeken precies inhouden. U kiest daarna zelf óf u een onderzoek wilt en zo ja welke. Als u voor een onderzoek kiest wordt daar een afspraak voor gemaakt. Sommige afwijkingen kunnen, op indicatie, ook met een uitgebreid echo-onderzoek, een vlokentest of vruchtwaterpunctie worden aangetoond. Deze onderzoeken gebeuren in het LUMC. U wordt dan doorverwezen voor het onderzoek en blijft daarna weer onder controle bij Alrijne.

Voor meer informatie kunt u kijken op www.pns.nl.

Cardiotocogram (CTG)

Bij een cardiotocogram wordt ongeveer dertig minuten lang de hartslag van de baby en het samentrekken van de baarmoeder geregistreerd. Deze gegevens worden vastgelegd en geven informatie over de conditie van de baby en de activiteit van de baarmoeder. Dit onderzoek wordt, indien nodig, in de laatste maanden van de zwangerschap verricht. Het CTG wordt op de polikliniek gemaakt. Voor dit onderzoek ligt u op een bed en worden er met behulp van elastische banden twee ontvangers op uw buik bevestigd. Het onderzoek is niet pijnlijk en niet schadelijk voor de baby.

Echoscopisch onderzoek

Verloskundige echo's worden gemaakt door de echoscopiste, gynaecoloog of verloskundige.

Een echo is een onderzoek waarbij geluidsgolven worden teruggekaatst door weefsels in het lichaam.

Op het beeldscherm wordt dan een beeld zichtbaar van het kind, de placenta en het vruchtwater.

Er zijn verschillende soorten echoscopisch onderzoek en verschillende redenen waarvoor echoscopisch onderzoek noodzakelijk kan zijn, bijvoorbeeld de groei of de ligging van uw baby. Uw arts of verloskundige zal bepalen of en wanneer dit nodig is.

Echo's, die voor een zwangerschapsduur van 10 weken worden gemaakt, gebeuren dikwijls via de vagina. Het is wenselijk wanneer u hiervoor een volle blaas heeft.

De echo's, die op onze polikliniek worden gemaakt, zijn géén pretecho's. Wel zal de echoscopiste proberen een foto voor u uit te draaien. Tijdens het echo-onderzoek mag u maximaal drie personen meebrengen om u te begeleiden, mogelijk zal hen gevraagd worden om beurten in de wachtruimte te wachten. Dit in verband met de ruimte.

Wat u moet regelen voor de bevalling en daarna

Het aanraken van kraamzorg

De kraamzorg voor thuis moet u tijdens de zwangerschap, het liefst zo vroeg mogelijk, zelf aanvragen. Het is per zorgverzekeraar verschillend hoe de kraamzorg vergoed wordt. U kunt het beste contact opnemen met uw verzekering om te informeren naar uw mogelijkheden.

Controles tijdens uw kraamtijd door een verloskundige thuis

De kraamzorg die thuis verleend wordt door de kraamverzorgende, valt onder de verantwoordelijkheid van een verloskundige. U moet tijdens de zwangerschap zelf contact opnemen met de verloskundige om de kraambedcontrole bij u thuis te komen doen. Wij adviseren u via internet te zoeken naar actuele informatie over verloskundigenpraktijken in uw woonplaats. Bijvoorbeeld via www.deverloskundige.nl.

Zwangerschapscursus

Tijdens uw zwangerschap kunt u meedoen aan een zwangerschapscursus. U leert dan hoe u tijdens de bevalling het best kunt ontspannen, ademen en hoe u het beste kunt persen.

De thuiszorg kan u informeren over de verschillende mogelijkheden bij u in de buurt. Of u kunt via internet zoeken naar actuele informatie over mogelijkheden in uw woonplaats.

Borst- of flesvoeding

Wereldwijd wordt borstvoeding gezien als de meest natuurlijke voeding voor uw baby. Als u zich heeft voorgenomen om borstvoeding te gaan geven dan raden wij u aan om zich tijdens de zwangerschap hierin te verdiepen (bijvoorbeeld door middel van de website www.borstvoeding.nl).

Verschillende organisaties, zoals kraamcentra en borstvoedingsverenigingen geven informatieavonden over borstvoeding. Dit is een goede voorbereiding op het geven van borstvoeding. Ook in Alrijne Ziekenhuis worden informatieavonden over borstvoeding georganiseerd. Hierover vindt u meer informatie op de website van het ziekenhuis. Aanmelden kan telefonisch bij de polikliniek of via: www.alrijne.nl/borstvoeding.

Bent u om medische of persoonlijke redenen van plan flesvoeding te geven dan raden wij u aan om tijdens de zwangerschap alvast een merk flesvoeding te kiezen.

Lactatiekundige

In Alrijne Ziekenhuis is een lactatiekundige werkzaam. Een lactatiekundige is een professional op het gebied van borstvoeding. Meestal verloopt borstvoeding zonder problemen. Soms is professionele begeleiding gewenst. Bijvoorbeeld omdat de vorige keer de borstvoeding is mislukt, of omdat u vroeger een operatie aan de borsten heeft gehad of medicatie gebruikt. Indien het noodzakelijk is, kunnen wij u naar haar doorverwijzen. Bent u zwanger van een tweeling en wilt u borstvoeding gaan geven dan adviseren wij u om in ieder geval een afspraak met haar te maken.

Voorlichtingsavonden over bevallen in het Moeder- en Kindcentrum

Eens in de 3 weken vindt een voorlichtingsavond voor aanstaande ouders plaats. U en uw partner zijn hier van harte welkom. Een verloskundige en verpleegkundige van de afdeling Verloskunde zijn hierbij aanwezig. Tijdens deze avond komen met name praktische zaken rondom zwangerschap en bevalling aan bod en is er gelegenheid tot vragen stellen. Indien er een verloskamer vrij is, wordt er een rondleiding op de verloskamers verzorgd.

Meer informatie over de voorlichtingsavond vindt u op de website www.alrijne.nl. Aanmelden kan via www.alrijne.nl/informatieavondzwangeren maar ook telefonisch bij de polikliniek.

Contact opnemen

Het is altijd moeilijk om in te schatten wanneer u contact op moet nemen met het ziekenhuis. Er is een aantal momenten waarbij u zeker contact met ons moet opnemen. Dit geldt in de volgende gevallen:

- **Weeën**

Weeën zijn samentrekkingen van de baarmoederspier, die een krampgevoel in de onderbuik geven. Vaak gaan deze krampen gepaard met rugpijn. U hoeft niet direct te komen bij het eerste verschijnsel dat op weeën lijkt. Het komt namelijk voor, bijvoorbeeld na een drukke dag, dat er 's avonds krampen (harde buiken) ontstaan, die na wat rust weer ophouden. Pas als de weeën regelmatig komen, een uur lang om de 5 minuten, moet u contact met ons opnemen. Dit geldt vanaf 37 weken zwangerschap.

Als er weeën optreden voordat u 37 weken zwanger bent, moet u direct contact met ons opnemen

- **Vruchtwater**

Als u vocht verliest, dat u niet kunt ophouden, zijn mogelijk uw vliezen gebroken. Dit is altijd een reden om naar het ziekenhuis te bellen. Het is handig als u, voordat u contact met ons opneemt, probeert wat vocht op te vangen in een flesje of iets dergelijks. Zo kunt u ons iets vertellen over de kleur van het vruchtwater en de hoeveelheid. Ook kunnen we later in het ziekenhuis dit vocht onderzoeken om vast te stellen of het daadwerkelijk vruchtwater betreft.

- **Bloedverlies**

Bloedverlies in de zwangerschap is altijd een reden om het ziekenhuis te bellen, ook al zijn er nog geen weeën. Bij bloedverlies zullen we u vragen naar de kleur en hoeveelheid.

- **Minder leven**

Als u op een dag minder leven (beweging van de baby) voelt, is dit een reden om contact met ons op te nemen. Het kan dan nodig zijn de conditie van de baby te onderzoeken met een registratie van het hartritme (CTG).

- **Twijfel**

Verder raden wij u aan bij *alle gevallen van twijfel* even telefonisch contact te zoeken met het ziekenhuis.

Bereikbaarheid

Op werkdagen *tijdens kantooruren* (tussen 8.30 en 12.00 en tussen 13.30 en 16.00 uur) kunt u bellen naar de polikliniek Gynaecologie via telefoonnummer 071 582 8048.

Buiten kantooortijden moet u in de bovengenoemde gevallen altijd eerst naar het ziekenhuis bellen via telefoonnummer 071 582 8282 en vragen naar de verpleegkundige van de verloskamers. Zij kan u adviseren of u inderdaad naar het ziekenhuis moet komen en kan zo nodig overleggen met de dienstdoende arts of verloskundige.

Het is de bedoeling dat u altijd belt voordat u naar het ziekenhuis komt, zodat men op de hoogte is van uw komst, voorbereidingen kan treffen en uw gegevens kan opzoeken.

Aangifte van geboorte

Geboorteaangifte

Nadat uw kind geboren is, moet u uw kind binnen 3 dagen (de dag van de geboorte telt daarbij niet mee) laten inschrijven bij de gemeente waar uw kind geboren is. In uw geval is dit de gemeente Leiderdorp. U moet hiervoor een afspraak maken bij de gemeente. Alle informatie vindt u op

<https://gemeentewinkel.leiderdorp.nl/producten/geboorteaangifte>

In het ziekenhuis krijgt u het aangifteformulier dat u bij het gemeentehuis moet inleveren. Vergeet niet uw identiteitsbewijs en eventueel uw trouwboekje of erkenningspapieren mee te nemen als u aangifte gaat doen.

Bij vragen of onduidelijkheden kunt u altijd contact opnemen met de burgerlijke stand in Leiderdorp: Adres gemeentehuis: Willem-Alexanderlaan 1, 2351 DZ in Leiderdorp, telefoonnummer: 071 545 8500.

Vergeet niet uw kind ook op te geven bij uw zorgverzekeraar, zodat hij/zij wordt meeverzekerd!

Nacontrole

Als u bent bevallen, geeft de verloskundige of gynaecoloog aan of het noodzakelijk is dat u 5 weken na de bevalling terug komt voor controle op de polikliniek. De afspraak voor deze nacontrole krijgt u van ons mee naar huis of kunt u zelf maken bij de polikliniek. Bij de nacontrole wordt de gang van zaken rondom de bevalling en hoe uw kraamtijd verlopen is met u besproken. Eventueel wordt ook onderzoek gedaan. Indien nodig geven we u ook adviezen ten aanzien van een volgende zwangerschap, bevalling en anticonceptie.

Vaak kan deze nacontrole ook door de verloskundige worden gedaan die bij u de kraambedcontrole heeft gedaan.

Tot slot

Denkt u eraan bij ieder bezoek aan het ziekenhuis een geldig legitimatiebewijs (paspoort, identiteitsbewijs, rijbewijs) en uw zorgverzekeringsspas mee te nemen. Was u onder controle bij uw eigen verloskundige neem dan de zwangerschapskaart mee.

Zijn uw gegevens (verzekering, huisarts etc.) gewijzigd, kunt u dit melden bij de patiëntenregistratie in de hal van het ziekenhuis.

Praktische informatie

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, aarzel dan niet om die met uw gynaecoloog of verloskundige te bespreken.

Locatie polikliniek

U vindt de polikliniek Verloskunde/Gynaecologie:

- in Leiderdorp op de begane grond, routenummer 43.
- in Alphen aan den Rijn, routenummer 25.

Telefonische bereikbaarheid

Voor afspraken en informatie:

De polikliniek Verloskunde/Gynaecologie is bereikbaar op werkdagen van 08.30 tot 12.00 uur en tussen 13.30 en 16.00 uur op 071 582 8048.

Bij dringende vragen buiten deze tijden kunt u bellen met het centrale nummer van Alrijne Ziekenhuis, 071 582 8282 en vragen naar afdeling Verloskunde.

Moeder- en Kindcentrum

U vindt de verloskamers en kraamafdeling in Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp op afdeling B4, routenummer 450 op de 4e etage.

Heeft u een spoedgeval? U kunt altijd de verloskamers bellen. Telefoonnummer 071 582 8282, vraag naar de verloskamers.

Bloedafname

Voor bloedafname kunt u terecht in de priklocaties van Eurofins SCAL. U vindt deze:

- in Leiderdorp op de eerste etage, routenummer 130.
- in Alphen aan den Rijn op de begane grond, routenummer 32.

Let op: u moet voor bloedafname een afspraak maken via [www.scal.nl/afspraak maken](http://www.scal.nl/afspraak%20maken) U kunt ook terecht bij enkele andere priklocaties in de regio. Op onze site vindt u een overzicht van priklocaties en openingstijden: www.alrijne.nl/naar-het-ziekenhuis/bloedprikken.

Meer informatie

Voor meer informatie over zwangerschap en bevalling en veelvoorkomende vragen kunt u terecht op de volgende websites:

- www.alrijne.nl; u vindt hier ook onze folders digitaal
- website van de Nederlandse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie: www.nvog.nl
- de website van de Koninklijke Nederlandse Organisatie van Verloskundigen: www.knov.nl
- Prenatale screening: <http://www.prenatalescreening.nl>
- RIVM zwangerschapsscreening: <http://www.rivm.nl/Onderwerpen/Z/Zwangerschapsscreeningen>