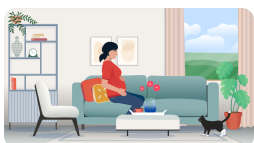


Hulp en advies bij een zwangerschap (POPP-team)

Inleiding

Doorverwijzing naar het POPP-team



U komt bij de POPP-poli omdat u zelf aangegeven hebt dat u hulp wil ontvangen of omdat een zorgverlener u, in overleg met u, heeft doorverwezen. In het POPP-team werken verschillende zorgverleners om u voor en tijdens uw zwangerschap, bevalling en kraambed te ondersteunen. Daardoor krijgt u de best passende zorg voor u en uw (ongeboren) baby.

In de meeste ziekenhuizen heet dit team het POP-team. POP staat dan voor **P**sychiatrie, **O**bstetrie (Verloskunde) en **P**ediatric (Kindergeneeskunde). In het MCL is er een extra P aan toegevoegd: de **P** van **P**sychologie. In het MCL heet het team daarom het POPP-team.

Voor wie is het POPP-team?



Het POPP-team is er voor vrouwen met een kinderwens en/of zwangeren die:

- Psychiatrische klachten hebben (gehad);
- De bevalling als traumatisch hebben ervaren.
- Medicijnen gebruiken vanwege psychiatrische klachten;
- Een familielid hebben met een psychiatrische aandoening;
- Psychosociale problemen hebben;
- Bij wie sprake is (geweest) van een zwangerschapsafbreking op medische gronden;
- Regelmatig middelen gebruiken zoals alcohol, drugs en/of medicatie.

Hulp en advies bij uw zwangerschap

Hulp en advies bij uw zwangerschap

Video voice-over

*Zwanger worden, uw zwangerschap en de kraamtijd kunnen spannende periodes in het leven zijn. Wanneer het door omstandigheden moeilijk is om hier mee om te gaan, kunt u terecht bij de POP-poli. POP is een afkorting voor **P**sychiatrie, **O**bstetrie - dat noemen we ook wel de verloskunde - en **P**ediatric, ook de kindergeneeskunde genoemd.*

Een POP-poli bestaat uit een team van verschillende zorgverleners. In het team zit bijvoorbeeld een psychiater, gynaecoloog of verloskundige, een kinderarts, een psycholoog en een maatschappelijk werker. Samen geven zij u de begeleiding en ondersteuning die u nodig heeft om de tijd voor en tijdens de zwangerschap, bevalling en kraamtijd goed te laten verlopen.

U komt bij de POP-poli omdat u zelf heeft aangegeven dat u hulp wilt ontvangen, of omdat een zorgverlener u in overleg met u heeft doorverwezen. Na uw aanmelding overleggen de zorgverleners van het POP-team met elkaar over welke hulp het beste bij u past. Deze hulp kan bijvoorbeeld bestaan uit adviezen of medicijnen, maar ook uit een behandeling van bijvoorbeeld de psycholoog, psychiater of een maatschappelijk werker. Welke hulp er nodig is, is voor iedere vrouw anders. Er wordt ook samen met u gekeken of u het beste thuis of in het ziekenhuis kunt bevallen.

De zorgverleners maken daarna samen met u een plan. Dit plan zorgt ervoor dat u de best passende hulp krijgt. De zorgverleners helpen u voor, tijdens en na de zwangerschap om optimaal moeder te laten zijn. Wanneer u zich als moeder goed voelt, is dat goed voor uw baby en u.

Hoe lang krijgt u zorg bij het POPP?



De begeleiding start het liefst zo vroeg mogelijk, soms al voordat u zwanger bent. Bijvoorbeeld om van te voren af te stemmen welke medicatie u kunt blijven gebruiken in de zwangerschap.

De betrokkenheid van het gehele POPP-team stopt 6 weken na de bevalling. Samen met de betreffende zorgverlener(s) maakt u een plan over hoe lang de individuele behandeling door zal gaan.

Uw partner



Uw partner kan betrokken worden bij uw behandeling bij het POPP-team.

Betrokken hulpverleners

In het POPP-team zitten verschillende zorgverleners. Wat zij doen, leest u hieronder. Met welke zorgverleners u te maken krijgt, hangt af van het advies.

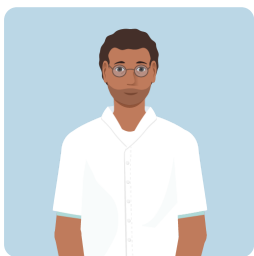
Psychiater



Veel medicijnen tegen psychische klachten kunt u tijdens de zwangerschap gewoon door blijven gebruiken. De voor- en nadelen van het gebruik van medicatie worden besproken en in samenspraak wordt een individueel plan gemaakt. Op indicatie kan in overleg met u een doorverwijzing plaatsvinden naar een andere zorgverlener.

Als u al een eigen psychiatrisch behandelaar heeft, zal overleg plaatsvinden welke behandelaar welke zorg levert.

Gynaecoloog of verloskundige



Als u in verwachting bent of dat wilt worden, bespreekt de verloskundige of gynaecoloog welke begeleiding of behandeling u nodig heeft in de zwangerschap, tijdens de bevalling en/ of in het kraambed.

Kinderarts

Bij het gebruik van medicatie kan de kinderarts gevraagd worden voor advies tijdens de zwangerschap, bevalling en kraamtijd. Ook kan de kinderarts advies geven over borstvoeding. De kinderarts geeft dit advies vaak op papier. Meestal ziet u de kinderarts niet zelf en zal uw



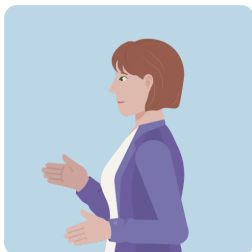
zorgverlener dit advies aan u melden. Bij medicijnen voor psychische klachten zal de kinderarts uw baby na de bevalling lichamelijk nakijken en wordt uw baby geobserveerd.

Zie de tabel hieronder voor de meest voorkomende adviezen:

<u>Medicijnen voor psychische klachten</u>	1	meer dan 1	Benzodiazepinen "pammen"
Observatie	12 uur observatie	Minimaal 48 observatie,	Minimaal 12 uur observatie (maar vaak langer)
Kraamafdeling	x		
Neosuite (indien beschikbaar)		x	x
Couveuseafdeling		x	x
Overige opmerkingen			De kinderarts is bij de

Er kan worden afgeweken van bovenstaande adviezen. Dit wordt dan met u besproken.

Medisch psycholoog



De psycholoog van de afdeling Medische Psychologie kan u helpen bij gevoelens van somberheid en/of angst. Ook zorgen die u heeft over uw zwangerschap en/of bevalling kunnen besproken worden. De psycholoog kan u ook helpen bij klachten die zijn ontstaan door een nare gebeurtenis. Samen brengt u uw klachten in kaart en heeft u gesprekken om deze te verminderen.

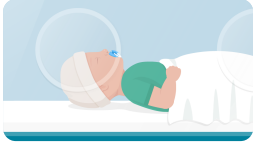
Medisch maatschappelijk werker



Samen met de medisch maatschappelijk werker brengt u uw psychosociale situatie in kaart. Hierbij kijkt u naar wat uw problemen zijn, hoe u daarmee omgaat en welke steun u kunt krijgen. De medisch maatschappelijk werker kan u begeleiden of, als u al voldoende hulp heeft, optreden als contactpersoon tussen de bestaande zorgverlening en de specialisten in het ziekenhuis.

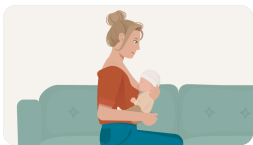
Bevalling en kraamtijd

Na een bevalling in het ziekenhuis



Na de bevalling wordt zoveel mogelijk geprobeerd om u als moeder bij uw kind te laten zijn. Baby's die extra medische zorg nodig hebben kunnen samen met u verblijven op de neosuite. Binnen het MCL zijn hiervoor 4 speciale kamers ingericht. Tijdens of na de bevalling kijken wij samen met u of een verblijf in de neosuites nodig is.

Borstvoeding



Wij adviseren om borstvoeding te geven als dat mogelijk is. Maar het kan zijn dat de arts u afraadt om borstvoeding te geven. Bijvoorbeeld bij bepaalde psychische klachten of het gebruik van sommige medicatie of middelen. We kijken samen met u wat het beste is voor uw baby en u.

Overige informatie

Privacy



Uw gegevens worden vertrouwelijk behandeld. We houden ons aan de regels van beroepsgeheim.

Samenwerking met andere instanties



Naast de zorg zoals die in het ziekenhuis geleverd wordt werken we ook samen met instanties die (als het nodig is) thuis aanvullende zorg kunnen leveren. U kunt daarbij denken aan instanties zoals: de kraamzorg, gebiedsteams en organisaties zoals de GGD, het Jeugd Expert Team, Veilig Thuis en Fier Fryslan.