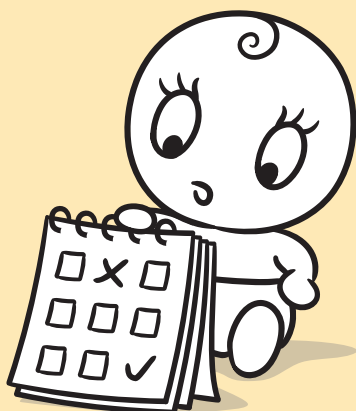


# ik Oei, groeï!



Alles over...  
**vroeg-  
geboorte**



[www.oeiikgroeï.nl](http://www.oeiikgroeï.nl)

# Vroeggeboorte

Als je baby voor de 37<sup>ste</sup> week geboren wordt, spreken we van een vroeggeboorte (prematuur). Dit gebeurt bij ruim 7% van de geboortes in Nederland. Natuurlijk hoop je niet dat je baby te vroeg ter wereld komt. Kinderen die prematuur geboren worden, hebben vaak moeilijkheden met de ademhaling, de zuurstofvoorziening in de organen en hersenen, en met de bloedsomloop. Dit kan leiden tot lichamelijke handicaps en gedragsproblemen. Ook komen er vaker voedingsproblemen en infecties voor en houden baby's zich minder goed op temperatuur. Iedere week die een kindje langer in de buik kan zitten, is goed om de baby te laten rijpen en groeien.



# Herkennen van een vroeggeboorte

## Harde buiken

De baarmoeder is een grote spier die onwillekeurig kan samentrekken. Als zwangere merk je dan dat je baarmoeder hard aanvoelt, als een zware steen in je buik. Bij harde buiken zonder pijn en regelmaat hoef je niet aan een bevalling te denken. Wel kan het goed zijn om wat meer rust te nemen.

## Voorweeën

Bij voorweeën gaat het een stapje verder: de baarmoeder trekt samen en er wordt in meer of mindere mate pijn ervaren. Meestal is er geen regelmaat in de samentrekkingen. Meld je bij je verloskundige of gynaecoloog als je denkt dat je voorweeën hebt en je nog geen 37 weken zwanger bent.

## Ontsluitingsweeën

Ben je nog geen 37 weken zwanger en heb je regelmatige, pijnlijke samentrekkingen en/of verlies je slijm, bloed of vruchtwater, laat dit dan meteen weten aan je verloskundige of gynaecoloog. Het is een reden om extra onderzocht te worden.

## Vroegtijdig vruchtwaterverlies

In 10% van de bevallingen is het verlies van vruchtwater het eerste signaal dat het gaat beginnen. De kans dat dit gebeurt vóór 37 weken is klein. Toch is het belangrijk het vocht op te vangen en te melden dat je vochtverlies hebt. Je krijgt dan een extra controle en adviezen.

Als je bevalling voor de 34e week lijkt door te zetten, kunnen de vroegtijdige weeën met een behandeling in het ziekenhuis geremd worden. Het lukt hiermee regelmatig een bevalling uit te stellen. Je hebt niet altijd invloed op factoren die voor een vroeggeboorte kunnen zorgen, maar er zijn adviezen die de kans op een premature geboorte kunnen verkleinen.

- Doe je best om alcohol, nicotine en (soft)drugs te laten staan. Vind je dit moeilijk, zoek dan hulp. Je verloskundige of gynaecoloog kan je advies geven en doorverwijzen.
- Ga na of je meer kans hebt op een soa. Deze hoeft niet altijd gepaard te gaan met klachten. Heb je meer kans omdat je bijvoorbeeld onveilige seks hebt gehad, laat dan een soatest doen.
- Probeer na te gaan wat jou stress oplevert; bespreek dit met je omgeving en kijk of je je situatie kunt verbeteren met hulp van mensen om je heen.
- Poets tijdens de zwangerschap je tanden én je tandvlees tweemaal per dag volgens de richtlijn van de tandarts. Bezoek je tandarts of mondhygiëniste een keer extra.
- Ga naar je verloskundige of huisarts als je denkt dat je een blaasontsteking hebt: deze zal dan behandeld worden. Een verwaarloosde urineweginfectie kan vroegtijdige weeën veroorzaken.
- Vraag als je een staand beroep hebt of veel moet tillen bij je werkgever om een zogenaamd 'preventief consult' bij een bedrijfsgeneeskundige: hij of zij kan je helpen je werksituatie te veranderen en te verbeteren.

**Ayse:** ‘Mijn vorige zwangerschap eindigde veel te vroeg, bij 32 weken... Wij waren er behoorlijk van geschrokken. Gelukkig gaat het goed met de kleine, maar we hebben ons wel flink zorgen gemaakt over haar ontwikkeling. Voor een volgende zwangerschap zou ik graag willen weten of ik hier zelf invloed op heb en wat ik kan doen om de baby langer te laten zitten. Want je gunt iedere ouder een onbezorgde tijd en ieder kindje een goede start.’

ik Oei,  
groeï!



Verwacht je een kindje? Dan is Oei, ik groeï! Hét zwangerschapshandboek een 'musthave': lekker om te lezen en bomvol interessante informatie. De eerste 1001 belangrijke dagen, van de eisprong tot de eerste sprongetjes van je baby, helpt Oei, ik groeï! je en vertelt je alles over de ontwikkeling van je baby.

Benieuwd naar onze overige producten? Kijk dan op [oeiikgroeï.nl](http://oeiikgroeï.nl).

**Oei, ik groeï! Hét zwangerschapshandboek**

Xaviera Plooi | Prijs € 29,99 ISBN 978 94 6404 122 4



Rijksoverheid

**Kindje op komst?**  
**Bekijk waar je recht op hebt.**



↶ Scan mij



[www.oeiikgroeï.nl](http://www.oeiikgroeï.nl)