

POP polikliniek

Verloskunde

Inleiding

Een (nieuwe) zwangerschap en de komst van een baby is een grote gebeurtenis die voor veranderingen kan zorgen op zowel lichamelijk en psychisch vlak. Maar ook op het gevoelsleven en de relaties van de zwangere (partner of familie). Vaak worden deze veranderingen als mooi en bijzonder omschreven. Maar er zijn ook veel vrouwen die tijdens (een deel van de) zwangerschap of na de bevalling negatieve gevoelens ervaren zoals onzekerheid, angst, somberheid of schuldgevoelens. Begrijpelijk dat vrouwen en/of partners daar soms ondersteuning bij nodig hebben.

Je bent door jouw huisarts, verloskundige of andere zorgverlener verwezen naar ons POP-spreekuur. In deze folder leggen we uit wat de POP-poli is en wat je van ons mag verwachten.

Wat is de POP poli?

De letters staan voor Psychiatrie, Obstetrie (verloskunde) en Pediatie (kindergeneeskunde). De POP-poli is geen zichtbare afdeling in het ziekenhuis. Het is een naam voor een samenwerking. Hierin werken (Physician Assistant) verloskundigen, gynaecologen, psychiaters, psychiatrisch verpleegkundigen, kinderartsen, medisch maatschappelijk werkers, apothekers en medisch psychologen samen. De zorgverleners werken samen om vanuit verschillende expertises vrouwen te ondersteunen tijdens de zwangerschap, bevalling en in de kraamperiode. Het doel is de zorg te verlenen die het meest passend is voor de zwangere en haar (ongeboren) kind om psychiatrische of gezondheidsproblemen te voorkomen of te zorgen dat deze niet verergeren. Daarnaast is de behandeling gericht op het verkrijgen van een goede moeder-kind binding.

Voor wie is de POP poli bedoeld?

Je komt in aanmerking voor het spreekuur als je graag zwanger wil worden of als je zwanger bent en:

- Je psychische klachten ervaart of deze in het verleden hebt gehad.
- Je medicijnen gebruikt (hebt) tegen psychische klachten bijvoorbeeld angst of PTSS, depressie of ADHD.
- Je je na een eerdere zwangerschap depressief hebt gevoeld of andere psychische klachten hebt gehad.
- Jouw ouders of broer/zus een psychiatrische behandeling hebben/heeft (gehad).
- Je een traumatische bevalling hebt meegemaakt.
- Je verdovende of verslavende middelen gebruikt tijdens jouw zwangerschap (alcohol of drugs).
- Je jong moeder wordt of onvoorbereid of onverwacht zwanger bent en weinig steun uit jouw omgeving ervaart.
- Je hulp nodig hebt of al ondersteuning krijgt bij de zorg voor jezelf of je oudere kinderen op het gebied van wonen, opvoeding, geldzaken of organisatie.
- Je laagopgeleid bent en niet zelfstandig woont of als je ondersteuning krijgt bij het zelfstandig wonen en werken.

Waarom is er de POP poli?

Een zwangerschap brengt veel veranderingen met zich mee. Eén op de 8 vrouwen kan minder genieten van haar kindje. Zij voelen zich schuldig en dit is moeilijk om te bespreken met de partner familie of vrienden. Hierdoor kan er somberheid ontstaan. Er zijn ook vrouwen die angstig zijn of in de war raken na de bevalling. Iedere toekomstige moeder wil graag een zo goed mogelijke zwangerschap, bevalling en kraamtijd. Om als aanstaande ouders een goede band met je kindje op te bouwen, is er dan soms extra aandacht nodig. Het doel van het POP-team is het voorkomen van een ontregeling van het gezin en wanneer nodig, de vrouwen te helpen herstellen en klachten te verminderen.

Wat doet het POP team?

- Wij geven voorlichting en begeleiding rond de zwangerschap, bevalling en in de kraamtijd.
- Wij behandelen psychische klachten met ondersteuning en begeleiding door middel van gesprekken en wanneer het nodig is, met psychotherapie of medicatie.
- Wij bieden maatschappelijke hulp en begeleiding bij stress en bij het regelen van contacten met gemeente/woningstichting of andere hulpverlening die je buiten het ziekenhuis ontvangt.
- Wij geven advies wanneer je zwanger wil worden en psychische klachten hebt en/of medicatie gebruikt.
- Wij maken indien gewenst samen met jou een op maat gemaakt geboortepan waarin afspraken rondom de bevalling worden vastgelegd.
- Wij kunnen deels ondersteuning bieden en adviezen geven bij gebruik van verslavende middelen.

Shared care

In de zwangerschap werken wij veel samen met de verloskundigenpraktijken uit omgeving Enschede. Meestal blijf je voor de (meeste) zwangerschapscontroles bij je eigen verloskundige en word je één of meerdere keren gezien op de POP poli. De communicatie tussen verloskundigenpraktijk en MST vindt plaats via het POP-overleg en/of per digitale brief. Hiervoor vragen wij jou om toestemming. Deze vorm van samenwerking noemen wij 'shared care'.

Waaruit bestaat het POP team?

Zorgverleners die POP als aandachtsgebied hebben. Zij hebben ruime ervaring in de ondersteuning van zwangere vrouwen en kraamvrouwen met de genoemde problemen. De eerste afspraak vindt vaak plaats op de polikliniek verloskunde bij de (Physician Assistant) verloskundige. Hier sluit soms een verpleegkundig specialist van de psychiatrie of een medisch psycholoog bij aan. Het kan zijn dat je verwezen wordt (of al onder behandeling bent) naar de medisch psycholoog of psychiater in MST.

(Physician Assistant) verloskundige

Op de polikliniek verloskunde (route H03) krijg je een uitgebreide intake (circa 30-50 minuten) ten aanzien van jouw zwangerschap of de wens daartoe. Je algemene en psychische gezondheid en eventuele kwetsbaarheden worden besproken en je krijgt de gelegenheid om vragen te stellen. Er wordt een zwangerschapsdossier aangemaakt. Er wordt beoordeeld of jouw gezondheid of gebruik van medicatie of middelen kunnen leiden tot risico's in de zwangerschap of voor jouw (ongeboren) kind. Zo kan in overleg met jou, de juiste behandeling worden ingezet. Een verwijzing of kennismaking met één van onze medisch psychologen, psychiaters of psychiatrisch verpleegkundig specialisten of met medisch maatschappelijk werk zou afhankelijk van je problemen gemaakt kunnen worden.

Medisch maatschappelijk werk

Het is mogelijk dat je via de gynaecoloog, verloskundige of psychiater verwezen wordt naar het Medisch maatschappelijk werk (MMW). De gesprekken vinden plaats in MST. Er is aandacht voor de impact van je zwangerschap in relatie tot jouw persoonlijke omstandigheden. Vandaar uit richten de gesprekken zich op je draaglast (wat zijn je problemen), draagkracht (hoe ga je hiermee om) en draagvlak (van wie krijg je steun). MMW biedt begeleiding en ondersteuning op emotioneel en sociaal gebied, onder andere voor vragen over je werk, woning, geldzaken en/of relatie en kunnen zo nodig hulpverlening in de thuissituatie inschakelen.

Psychiater

Als je bent verwezen naar de psychiater, krijg je een intake op de polikliniek psychiatrie. Samen met de psychiater onderzoek je de (risico's op) psychiatrische klachten die een relatie hebben met de zwangerschap. Je krijgt uitleg en zo nodig een behandeling aangeboden. Dit kan een individuele behandeling zijn of een groepsbehandeling (poliklinische behandelgroep voor zwangeren of vrouwen met hun kindje na de bevalling). Ook wordt gekeken naar medicijngebruik vóór, tijdens en na de zwangerschap, en als het kan wordt deze afgebouwd. Indien nodig kijkt de psychiater naar een alternatief. In veel gevallen is het ook mogelijk om medicatie te gebruiken tijdens het geven van borstvoeding. In het kraambed wordt dan ook gekeken naar het mogelijk herstarten van medicatie. Daarnaast wordt er beoordeeld wie jou het beste kan begeleiden. Dit kan jouw eigen psychiater of psycholoog zijn, maar kan ook een psychiater van MST zijn of psychiatrische verpleegkundige. Dit wordt allemaal zoveel mogelijk met je besproken vóór de bevalling.

Psychiatrisch verpleegkundige

Wanneer je somberheidsklachten of andere psychische klachten hebt tijdens of na de zwangerschap, is er in sommige gevallen thuis begeleiding nodig. In dat geval word je via de psychiater doorverwezen naar de psychiatrisch verpleegkundige. Zij kan je hierin, afhankelijk van de hulpvraag begeleiden, adviseren of hulp inschakelen. Zij heeft ook snel contact met de psychiater mocht dit nodig zijn. De gesprekken vinden voornamelijk thuis plaats.

Traumatisch ervaren bevalling

Wanneer je eerder een heftige bevalling hebt meegemaakt dan kan dat soms tot grote stress leiden. Via POP kun je behandeling krijgen om dit trauma te verwerken. Daarnaast is er volop aandacht voor de komende bevalling.

Medicatie

Soms heb je in de zwangerschap advies nodig omtrent medicijngebruik en de invloed op je ongeboren kind. Dit advies kan nuttig zijn omdat:

- Medicijnen of gebruik van verdovende middelen (drugs) tijdens de zwangerschap invloed kunnen hebben op het ongeboren kind.
- Sommige medicijnen of middelen kunnen overgaan in borstvoeding. Een advies-op-maat kan dan wenselijk zijn voordat jouw kind geboren wordt.
- In sommige gevallen (bijvoorbeeld bij gebruik van bepaalde medicijnen) is het noodzakelijk om jouw baby, gedurende een bepaalde tijd (12-48 uur) te observeren op de Moeder-Kind afdeling of de afdeling neonatologie.

Meestal wordt dit advies in de zwangerschap gegeven door de psychiater of in ons POP-overleg waar psychiater, apotheker en kinderarts bij aanwezig zijn.

POP-overleg

Zowel de controles in de zwangerschap als de behandeling van de psychische problemen kunnen afzonderlijk van elkaar plaats vinden. In sommige gevallen echter, is samenwerking tussen deze specialismen zeer gewenst. Bijvoorbeeld wanneer er sprake is van een traumatisch ervaren bevalling, of wanneer je medicatie gebruikt tegen angst, depressie of verwardheid. Er vindt iedere 2 weken een overleg plaats. Het POP-team komt samen met de verwijzend verloskundige en andere betrokken zorgverleners om een plan te maken dat voor jou het beste is, waarbij rekening wordt gehouden met jouw behoeften en wensen. Zo wordt er optimale professionele behandeling geboden en weet iedereen wat er nodig is in de periode rondom de bevalling en hierna.

Kosten

De kosten voor controles binnen het POP team worden vergoed door jouw zorgverzekeraar. Echter, er kunnen kosten voor jouw eigen risico in rekening worden gebracht door jouw zorgverzekeraar, indien je het eigen risico nog niet op hebt gemaakt.

Contact

poppoli@mst.nl

Polikliniek verloskunde: 0534872330

Polikliniek medische psychologie: 0534872830

Polikliniek psychiatrie: 0534872860

Meer informatie

Voor meer informatie over psychiatrie en zwangerschap, kunt u de volgende websites raadplegen:

- www.lkpz.nl (Landelijk Kenniscentrum voor Psychiatrie en Zwangerschap)
- www.kenniscentrumpsychologie.nl

Tenslotte

U heeft recht op juiste en volledige informatie. Pas als u voldoende inzicht heeft, kunt u weloverwogen toestemming geven voor een bepaalde behandeling of een bepaald onderzoek. Als iets u niet geheel duidelijk is, vraagt u de behandelend arts of verpleegkundige dan om nadere uitleg.