

Vragen over emotioneel welzijn en psychische klachten

De zwangerschap is een periode van veel veranderingen. Dat is vaak mooi en bijzonder, maar kan soms ook moeilijk zijn. Om je goed te kunnen begeleiden bij je zwangerschap willen we graag vragen stellen over je welzijn en eventuele psychische klachten.



1. Ervaar je op het moment psychische klachten? ¹

Ja ➡ stappenplan psychische klachten (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

2. Ervaar je op het moment ernstige depressieve of angstklachten? ¹

Ja ➡ stappenplan psychische klachten (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

3. Heb je ooit een paniekaanval gehad? ¹

Ja ➡ stappenplan psychische klachten (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

4.

Is er ooit een periode geweest waarin je je bijna elke dag depressief, down of leeg voelde? ¹

Of dat je niet meer kon genieten van dingen waar je normaal gesproken wel van geniet?

Ja ➡ stappenplan psychische klachten (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

5. Heb je wel eens een ingrijpende of traumatische gebeurtenis meegemaakt, zoals een levensbedreigende situatie, of een verkrachting of aanranding? ¹

Ja ➡ stappenplan psychische klachten (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

6. Heb je als kind mishandeling of verwaarlozing meegemaakt? ¹

Ja ➡ stappenplan vroegkinderlijk trauma (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

7. Ben je nu of in het verleden, onder behandeling geweest bij een psychiater, psycholoog of huisarts voor psychische klachten?

Ja ➡ stappenplan psychische klachten (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

Zo ja: voor welke klachten?

Wat zijn de contactgegevens van je behandelaar?

Vind je het goed dat de verloskundige/gynaecoloog met je behandelaar overlegt?

ja/nee

8. Gebruik je medicijnen voor psychische klachten (psychofarmaca, inclusief slaapmedicatie) of heb je die het afgelopen jaar gebruikt?

Ja ➡ stappenplan psychofarmaca (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

Zo ja: welke medicijnen voor psychische klachten gebruik je/heb je gebruikt?

gebruik je deze nog?

wie heeft deze voorgeschreven?

9. Ervaar je op het moment ernstige stress?

Ja ➡ stappenplan ernstige stress op (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

10. Gebruik je alcohol?

Ja ➡ stappenplan middelengebruik (zie website)

Nee. Ik ben gestopt toen ik wist dat ik zwanger was

Nee, ik gebruikte vooraf aan de zwangerschap geen alcohol

Dat wil ik liever niet zeggen

11. Gebruik je harddrugs (bv cocaïne, heroïne, GHB)?

Ja ➡ stappenplan middelengebruik (zie website)

Nee. Ik ben gestopt toen ik wist dat ik zwanger was

Nee, ik gebruikte vooraf aan de zwangerschap geen harddrugs

Dat wil ik liever niet zeggen

12. Gebruik je cannabis?

Ja ➡ stappenplan middelengebruik (zie website)

Nee. Ik ben gestopt toen ik wist dat ik zwanger was

Nee, ik gebruikte vooraf aan de zwangerschap geen cannabis

Dat wil ik liever niet zeggen

13. Was je, net vóór je zwanger werd, van plan om zwanger te worden?

Ja

Nee ➡ stappenplan onbedoelde zwangerschap (zie website)

Dat wil ik liever niet zeggen

14. Verheug je je op de komst van een kind?

Ja

Nee ➡ stappenplan steun bij ouder-kindrelatie (zie website)

Dat wil ik liever niet zeggen

15. Maak je je zorgen over het ouderschap of wil je graag hulp bij ouderschap?

Ja

Nee ➡ stappenplan steun bij ouder-kindrelatie (zie website)

Dat wil ik liever niet zeggen

16. Heb je één van je vorige bevallingen als traumatisch ervaren?

Ik ben nog niet eerder bevallen

Ja ➡ stappenplan voorgaande traumatische bevalling /ernstige angst voor de bevalling (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

17. Heb je last van ernstige angst voor de bevalling?

Ja ➡ stappenplan voorgaande traumatische bevalling /ernstige angst voor de bevalling (zie website)

Nee

Dat wil ik liever niet zeggen

Ter overweging : voor bepaling in hoeverre de zwangerschap gepland en gewenst was kunnen vraag 13 en 14 vervangen worden door onderstaande vragen uit de Nederlandse versie van de London Measure of Unplanned Pregnancy ²

1. In de maand dat ik zwanger werd... (duid aan welke stelling het best bij je past):

- Gebruikte ik/wij geen voorbehoedsmiddelen
- Gebruikte ik/wij voorbehoedsmiddelen, maar niet altijd
- Gebruikte ik/wij altijd voorbehoedsmiddelen, maar weet ik dat de methode minstens eenmaal heeft gefaald (vb. verschoven, werkte niet, ...)
- Gebruikte ik/wij altijd voorbehoedsmiddelen

2. In termen van 'moeder worden' (eerste keer of opnieuw), heb ik het gevoel dat mijn zwangerschap plaatsvond op een... (duid aan welke stelling het best bij je past):

- Juist moment
- Ok, maar niet echt het juiste moment
- Verkeerd moment

3. Net vóór ik zwanger werd... (duid aan welke stelling het best bij je past):

- Was ik van plan om zwanger te worden
- Veranderden mijn plannen om zwanger te worden voortdurend
- Was ik niet van plan om zwanger te worden

4. Net vóór ik zwanger werd... (duid aan welke stelling het best bij je past):

- Wilde ik een baby krijgen
- Had ik gemengde gevoelens over het krijgen van een baby
- Wilde ik geen baby krijgen

De volgende vraag heeft betrekking op je partner – dit is (of was) mogelijks je echtgenoot, een partner waarmee je samenleeft, een vriendje, of iemand waar je één of twee keer seksuele betrekking mee had.

5. Vóór ik zwanger werd... (duid aan welke stelling het best bij je past):
- Waren mijn partner en ik het erover eens dat we zwanger wilden worden
 - Hadden mijn partner en ik het samen krijgen van kinderen besproken, maar waren we niet overeengekomen om zwanger te worden
 - Hadden mijn partner en ik het samen krijgen van kinderen nooit besproken
6. Vóór je zwanger werd, heb je iets gedaan om je gezondheid te bevorderen als voorbereiding op de zwangerschap? (Er zijn meerdere antwoorden mogelijk)
- Ik nam foliumzuur
 - Ik ben gestopt of verminderd met roken
 - Ik ben gestopt of verminderd met het drinken van alcohol
 - Ik at gezonder
 - Ik zocht medisch/gezondheid advies
 - Ik ondernam een andere actie, gelieve te omschrijven:.....
of
 - Ik ondernam niets van bovenstaande acties vóór mijn zwangerschap
- Stappenplan psychische

Verwijzingen:

¹Quispel C, Schneider TA, Hoogendijk WJ, Bonsel GJ, Lambregtse-van den Berg MP. Successful five-item triage for the broad spectrum of mental disorders in pregnancy - a validation study. *BMC Pregnancy Childbirth*. 2015;15:51. Published 2015 Feb 28. doi:10.1186/s12884-015-0480-9

²Goossens J, Verhaeghe S, Van Hecke A, Barrett G, Delbaere I, Beeckman D. Psychometric properties of the Dutch version of the London Measure of Unplanned Pregnancy in women with pregnancies ending in birth.

³Barrett G, Smith SC, Wellings K. Conceptualisation, development, and evaluation of a measure of unplanned pregnancy. *J Epidemiol Community Health*. 2004 May;58(5):426-33.