

Stappenplan traumatische bevalling in de voorgeschiedenis/ernstige angst voor de bevalling



Stap 1: Vraag nader uit

- Welke klachten
- Impact op functioneren
- Is er een psychiatrische diagnose gesteld?
- Is er eerder behandeling binnen de GGZ geweest? Door wie?
- Vindt er momenteel behandeling plaats? Door wie?
- Worden er nu of < 1 jaar voorafgaand aan de zwangerschap psychofarmaca gebruikt? (als ja, volg ook Stappenplan psychofarmaca)

Stap 2: Overweeg nader in kaart brengen van traumatische klachten met de PCL-5

(<https://www.nvog.nl/wp-content/uploads/2019/11/Bevallingsgerelateerde-posttraumatische-stressstoornis-PTSS-en-posttraumatische-stressstoornisklachten-PTSS-klachten-okt-2019.pdf> p 47 , zie ook informatiefilmje op website)

- De uitkomst van de PCL-5 helpt zwangere/partner om inzicht te krijgen in de ernst van de klachten
- De uitkomst van de PCL-5 kan inzicht geven in de urgentie van hulp

Overweeg nader in kaart brengen van ernstige angst voor de bevalling met de WDEQ

(http://www.geboortezorgapeldoorn.nl/enquete/?gp=e_WDEQA , zie ook informatiefilmje op website)

- De uitkomst van de WDEQ helpt zwangere/partner om inzicht te krijgen in de ernst van de klachten
- De uitkomst van de WDEQ kan inzicht geven in de urgentie van hulp

Stap 3: Volg de stappen van richtlijn

(<https://www.nvog.nl/wp-content/uploads/2019/11/Bevallingsgerelateerde-posttraumatische-stressstoornis-PTSS-en-posttraumatische-stressstoornisklachten-PTSS-klachten-okt-2019.pdf>)

Stap 4: Bespreek de klachten, hulpvraag en overwegingen voor verwijzing

Voorbeeldzinnen

Heb je al hulp bij deze klachten?

Als ja: kan ik overleggen met je behandelaar om de behandeling af te stemmen?

Als nee: zou je hulp willen bij deze klachten?

Ik wil je er meer over uitleggen. Vind je het goed daar meer over te bespreken?

Bespreek het belang van de ouder-kindrelatie en het belang van goede behandeling van psychische klachten voor de ontwikkeling van het (ongeboren) kind

Zie ook handreiking hieronder (bijlage 1) met suggesties voor het bespreken

Stap 5: Beslis samen

- Ga samen met zwangere de voor- en nadelen van verwijzing voor hulp na en wat daarin voor zwangere belangrijk is
- Beslis samen met zwangere (betrek indien mogelijk ook partner of andere belangrijke personen) of zij wil dat je haar verwijst voor hulp en noteer deze beslissing, samen met de overwegingen
- Indien zwangere afziet van verwijzing voor hulp:
 - Ga na of er belemmerende factoren zijn waar je bij kunt helpen
 - Breng bij 30 weken nog een keer de klachten in kaart
 - Bespreek dat het belangrijk is om het te melden als er verergering is van klachten

Stap 6: Verwijzing

- Bied verwijzing aan voor evaluatie en begeleiding van de klachten
- Ondersteun zwangeren in kwetsbare situaties zo nodig bij het maken van een afspraak en geef deze schriftelijk mee
- Geef zwangere contactgegevens voor contact bij verergering klachten

Stap 7: Follow-up

- Ga bij het volgende consult na of verwijzingen geëffectueerd zijn en de uitkomst daarvan
- Ga bij 30 weken na hoe het met de klachten gaat en stel gezamenlijk een bevalplan op
- Geef (met toestemming van zwangere) een warme overdracht aan het CJG of kinderarts

Bijlage 1. Handreiking voor bespreking psychische klachten

- Psychische/psychiatrische klachten komen veel voor tijdens de zwangerschap
- Zwangerschap is een periode van veel veranderingen (zoals lichamelijk, emotioneel, sociaal en het gegeven dat je moeder of vader wordt)
- Psychische klachten kunnen verergeren doordat er veel van je gevraagd wordt
- Het is begrijpelijk dat daar soms hulp bij nodig is
- Er komen meer zwangerschapscomplicaties voor bij (onbehandelde) psychiatrische aandoeningen (Gentile, Nillni)
- Tijdens de zwangerschap en de periode na de bevalling ontwikkelt je kind zich snel. Vooral de ontwikkeling van de hersenen en het stress-systeem gaan snel
- De ontwikkeling van de hersenen en het stress-systeem staan onder invloed van de ervaringen die je kind opdoet in het contact met jou (en je partner)
- Als je veel last hebt van psychische klachten, kan dat ook invloed hebben op het contact met je kind
- Het is belangrijk om iets te doen om je psychische klachten te verbeteren
- Er is ook hulp beschikbaar. Er zijn twee soorten hulp beschikbaar
 1. Hulp bij de psychische klachten
 2. Hulp bij het contact met je kind (dat begint al tijdens de zwangerschap)