

Hyperemesis Gravidarum

WEBINAR HR



Voorstellen

MARJOLEIN HOUBEN

- Verloskundige (niet praktiserend)
- Ervaringsdeskundige - 3x HG
- HG coach/EMDR therapeut
- Bestuurslid stichting ZEHG
- Meegeschreven aan de richtlijn HG



ABOUT
— *ml*

Wat is HG?

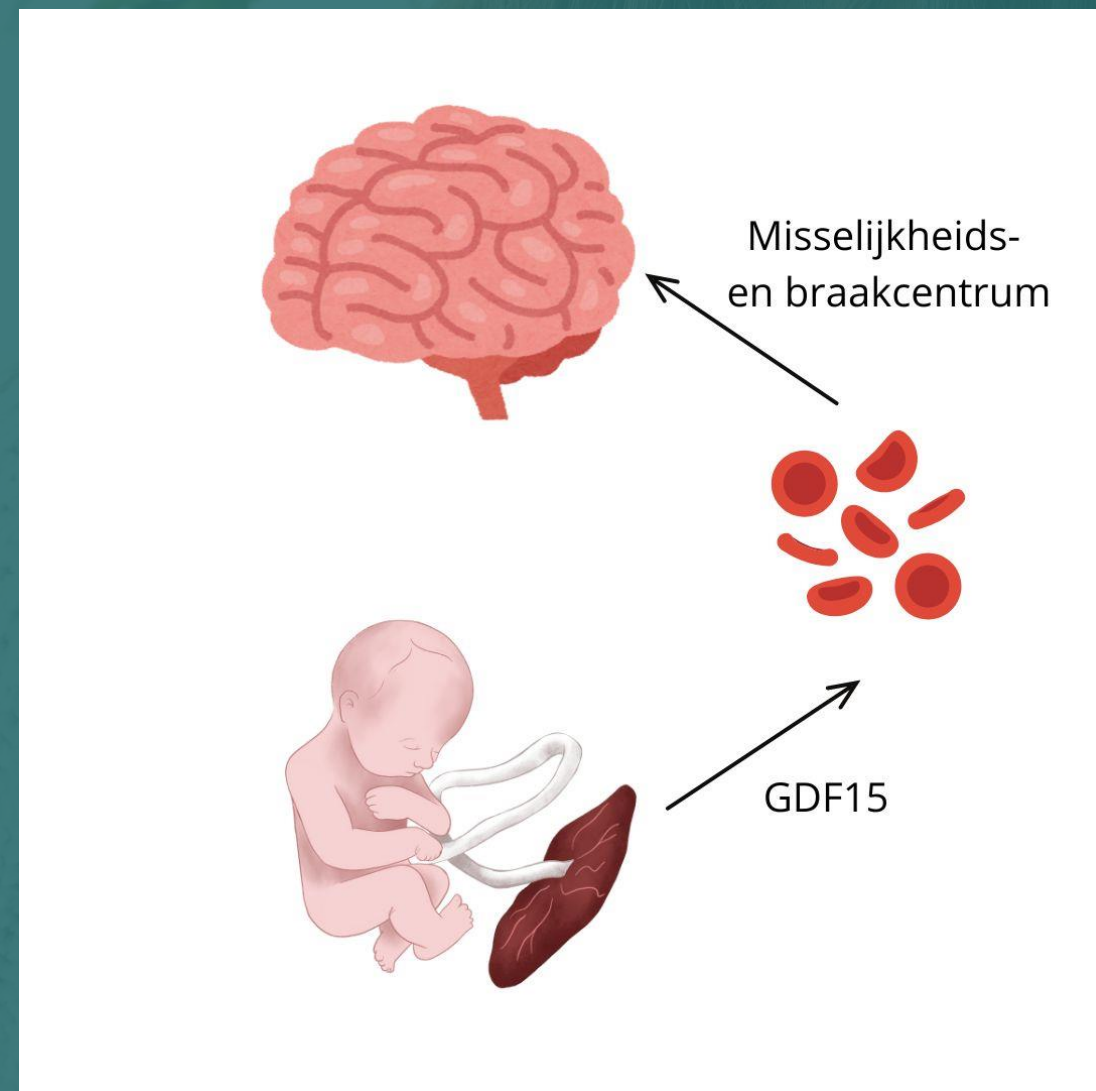
HG is een slopende en potentieel levensbedreigende zwangerschapscomplicatie, gekenmerkt door snel gewichtsverlies, ondervoeding en dehydratie. Veroorzaakt door continue misselijkheid en/of braken met potentiële schadelijke gevolgen voor de aanstaande moeder en foetus/pasgeborene.

HG kent verschillende varianten, ernst, vormen en duur.

Oorzaak

GDF15

- Gaat volgende spreker Rebecca Painter over vertellen.
- Voor nu: het lichaam denkt dat het vergiftigd wordt.



Symptomen

Extreme
vermoeidheid

Speekselvloed

Reflux,
kokhalzen en
maagzuur

Niet in staat voor
zichzelf of omgeving
te zorgen

Gevoelig voor
beweging

Gevoelig voor
geuren

Smaak
veranderd

Episodes van
misselijkheid
en braken



Symptomen

UITDROGINGSVERSCHIJNSELEN

- Verminderde vloeistof intake/output
- Verminderde urine frequentie, geconcentreerde urine
- Huidspanning verminderd
- Lage bloeddruk
- Hoge pols
- Hoofdpijn
- Duizeligheid

Diagnose door Anamnese

Gebruik evt.
aanvullend
PUQE score

Gebruik **GEEN**
ketonen!



HET VERHAAL VAN **DEZE VROUW**

Beïnvloeding van het leven.



SYMPTOMEN

Frequentie misselijkheid en/of braken
(meer dan 3 maal/dag)
Gewichtsverlies?



PSYCHE

Welke psychische gevolgen ervaart zij?



DEHYDRATIE?

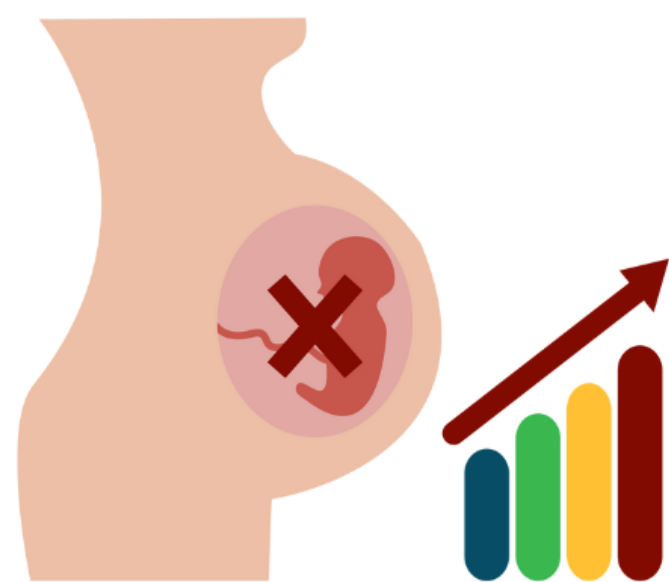
Mictie
Intake/output

Gevolgen

MOEDER

- HG kan levensbedreigend zijn! Voor zowel moeder als kind
- Moeder: Hartfalen, ademstilstand, uitdroging, elektrolyten uit balans, schade aan organen, zenuwstelsel. Vitaminetekort (let op vit. B1). Psychische problemen.

Gevolgen



Abortus:
4,9% terminatie (vanwege HG)
50% overweegt het!

KIND

Kind: IUVD, voedingsstoffen tekorten, prematuriteit, dysmaturiteit, afwijkingen aan skelet, zenuwstelsel, neurologische afwijkingen. Grotere kans op borstkanker, cardiologische problemen, psychische problemen.

Grootste risico voor foetus is zwangerschapsafbreking, 4,9 % kies voor abortus. 50% overweegt het.

Psychische gevolgen

- Vrouwen met HG hebben vaker last van psychische problemen (ten gevolge van de HG). Gedachten over zelfmoord komen bij 6% van de vrouwen regelmatig voor en bij 25% incidenteel. Gezinsplanning wordt aangepast (40% stelt uit, 33% stelt af). PTSS (20%).
 - Praten over gevoelens helpt.
 - Stichting ZEHG
 - EMDR, cognitieve gedragstherapie, psychotherapie, coaching, huisarts/POH.
 - POP poli?

 - Het heeft de voorkeur naar iemand door te sturen die ervaring heeft met HG.
- Hgcoach.nl

Voeding

- Regel elke ochtend iemand die boodschappen doet. Waar denk je vandaag zin in te hebben?
 - Delegeer de 3 C's: Childcare, Cooking, Cleaning.
 - Eet vooral waar je zin in hebt, maak je geen zorgen over voedingswaarden (overal zit wel IETS in dat goed voor je is).
 - Kijk naar voedsel met een hoge voedingsstoffen dichtheid, waardoor je met weinig eten toch veel voedingsstoffen binnen krijgt.
 - Belangrijkste macro nutriënten: koolhydraten, vetten en eiwitten.
 - Bouwsteentjes en proteïnerijke producten.
 - Vitaminen: gummy, spray.
- Let goed op elektrolyten (kalium, magnesium) en thiamine!

Voeding

- Gember is goed advies bij normale zwangerschapsmisselijkheid, echter kan het bij HG extra misselijkheid en pijn veroorzaken.
- Vaak kleine beetjes
- Licht verteerbaar
- Kijk naar structuur/temperatuur
- Drinken: Elke 1-2 uur 200 ml. Sportdranken bevatten elektrolyten en worden vaak beter geaccepteerd door het lichaam.
- Infuus
- Drinkvoeding (bijv. Nutridrink van Nutricia, of andere leveranciers)
- Sonde (MOTHER studie)
- Totale Parenterale Voeding (TPV)

Herstel na HG

- Lichamelijk herstel (uit de overlevingsstand)
- Mentaal herstel (grote kans op PTSS, na 3 maanden nog klachten → doorsturen)
- Moeder/kindbinding: iets verhoogd risico door maternale stress (maar minder hoog dan na vroeggeboorte of depressie)
- Borstvoeding hoeft niet afgeraden te worden, wanneer de kraamvrouw weer kan eten en drinken.

Communicatie

- Het uitspreken van diagnose HG voor vrouwen belangrijk.
- Vraag eerst wat zij zelf al gedaan hebben tegen de misselijkheid.
- Vraag uit hoe ernstig de symptomen zijn.
- Geef informatie over de behandelmogelijkheden, kosten, bijwerkingen, haalbaarheid, voorkeuren
- Overweeg een huisbezoek
- Een telefoontje hoe het gaat, wordt enorm gewaardeerd
- Case manager
- Oog voor de partner

Luister luister luister.

Preconceptioneel

- Voorbereidingsplan stichting ZEHG
- Preconceptioneel consult
- Tandarts
- Bedrijfsarts
- Onderzoek naar verhogen GDF15 voorafgaand aan de zwangerschap

Schrijf alvast recept uit

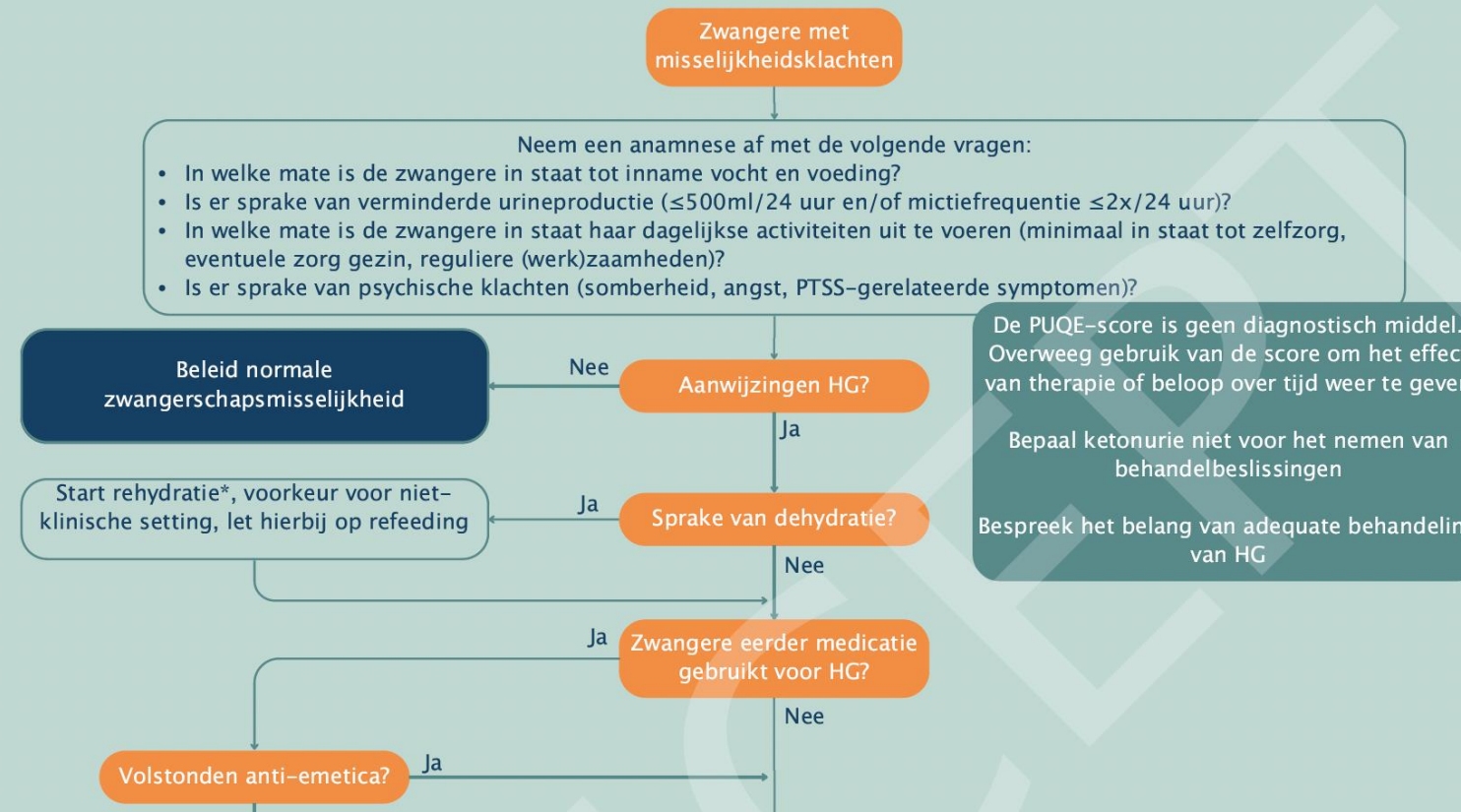
Belangrijkste tips

- Luister, luister, luister
- Neem serieus
- Stel diagnose laagdrempelig
- Zorg voor adequate behandeling (medicatie, infuus, sonde en voeding)
- Adviseer rust
- Voorkom triggers
- Voorkom uitdroging
- Huisbezoek
- Telefoontje hoe het gaat
- Oog voor partner
- Zorg voor een gezonde emotionele coping
- Zorg voor support
- Behandel proactief

Praktijkaart

Hyperemesis Gravidarum

Deze praktijkkaart is een aanvulling op de multidisciplinaire richtlijn Hyperemesis Gravidarum (HG).
De aanbevelingen vanuit deze richtlijn worden samengevat in onderstaand stappenplan.



Vragen?



info@justgrow.nl

www.justgrow.nl
www.zehg.nl