Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Gezond zwanger worden

Beslisboom
voor professionals

Kansrijke
Start

Samen gezond, fit en veerkrachtig

Beslisboom voor professionals

Preconceptionele gezondheid

Kleine moeite, grote impact

Door de centrale vraag te stellen aan iedereen in de vruchtbare levensfase:

Wil je in het komende jaar zwanger worden?

Ja

Zorgverlening
- Zwangerwijzer.nl

Vul de ZwangerWijzer in en bespreek dit tijdens preconceptie-consult bij:
- Je huisarts
- Je verloskundige
- Je gynaecoloog

Weet ik (nog) niet

Voorlichting
- Strakszwangerworden.nl
- Anticonceptie bespreken

Nee

Voorlichting
- Anticonceptie-informatie op www.thuisarts.nl

Complexe problematiek?
- Nunietzwanger.nl

Anticonceptie-consult bij:
- Je huisarts
- Je verloskundige
- Je gynaecoloog

Mocht je ooit wel zwanger willen worden, bespreek het dan met je huisarts, verloskundige of gynaecoloog.

ZwangerWijzer

Straks Zwanger Worden

Anticonceptie

Nu Niet Zwanger

Leeswijzer: Gezond zwanger worden - Beslisboom voor professionals

Hoe stel je de vraag **'Wil je het komende jaar zwanger worden?'** aan iedereen in de vruchtbare levensfase, waarom stel je die vraag en hoe ga je om met het antwoord?

We weten dat niet iedereen in de vruchtbare levensfase een overwogen keuze maakt om mogelijk zwanger te worden. We weten ook dat gezond zwanger worden een kansrijke start van het (ongeboren) kind vergroot en bijdraagt aan betere zwangerschaps- en geboorte-uitkomsten.

Jij als hulp- of zorgverlener staat regelmatig in contact met mensen in de vruchtbare levensfase, bijvoorbeeld omdat ze zelf kampen met medische- en/of sociale problematiek zoals ziekte, medicatiegebruik, stress, psyche, instabiele leef- en woonomgeving, etc. Dit zijn factoren die van invloed kunnen zijn op gezond zwanger worden. Deze wegwijzer is een hulpmiddel om het gesprek over gezond zwanger worden met een potentieel aanstaande ouder te starten door de centrale vraag te stellen: *Wil je het komende jaar zwanger worden?* De wegwijzer geeft je vervolgens de mogelijkheid om op basis van de gegeven antwoorden een vervolgstap aan te reiken aan de (potentieel) aanstaande ouder(s). Het aanreiken van een vervolgstap is meestal voldoende: het is aan jou om ervoor te zorgen dat de (potentieel) aanstaande ouder terecht komt bij goede voorlichting, en als er zorg nodig is, bij de juiste hulp- of zorgverlener via bijvoorbeeld het preconceptieconsult. Dit alles doe je uiteraard in een omgeving die voor de (potentieel) aanstaande ouder en jijzelf passend is en op een zo logisch mogelijk moment.

De vervolgstappen waarnaar verwezen kan worden bestaan uit zorg of voorlichting. Bij zorg wordt tijdens een preconceptieconsult door een daarvoor geschoolde professional (verloskundige, huisarts of gynaecoloog) een (gepersonaliseerd) behandelplan gestart. Dit hoef je dus niet zelf te doen, maar je kunt verwijzen naar het preconceptiespreekuur bij jou in de buurt. Door het verwijzen naar voorlichting kan de potentiële aanstaande ouder zelf op basis van goede informatie nadenken over gezond zwanger worden en op die manier mogelijk later in het leven een weloverwogen keuze maken om gezond zwanger te worden.

Handelingsperspectief

Na het stellen van de centrale vraag: *Wil je het komende jaar zwanger worden?* zijn drie antwoorden mogelijk met verschillende vervolgstappen. Het antwoord is…:

- **JA:** Adviseer om www.zwangerwijzer.nl in te vullen en/of een preconceptie consult in te plannen. Dit is een vorm van zorg. Deze website is als screeningsinstrument de start van het traject van risico-inventarisatie om zorg op maat mogelijk te maken, omdat op basis van de antwoorden naast individuele adviezen ook bepaald wordt welke zorg geboden moet worden.
- **Weet ik (nog) niet:** Adviseer om naar de website www.strakszwangerworden.nl te gaan. Dit is een vorm van voorlichting, omdat de informatie op deze website algemeen informerend en adviserend is en dus niet toegespitst op het individuele zorgpad. Straks Zwanger Worden bevat informatieve filmpjes in meerdere talen en is daarmee geschikt voor laaggeletterden (zo'n 18% van Nederland) en anderstaligen. Daarnaast kan je vragen naar anticonceptiegebruik en verwijzen naar de website van www.thuisarts.nl.
- **NEE:** Wijs dan op de website www.thuisarts.nl voor algemene informatie en voorlichting over anticonceptiegebruik. Daarnaast kan doorverwezen worden naar de huisarts, verloskundige of gynaecoloog voor een anticonceptieconsult. Tijdens dit consult worden de verschillende anticonceptiemethoden besproken en gezocht naar de meest passende vorm van anticonceptie.
- **NEE (complexe problematiek):** Nu Niet Zwanger is er voor mensen in kwetsbare situaties (d.w.z. met (een combinatie van) complexe problemen zoals bijvoorbeeld dakloosheid, schulden, psychiatrische problemen, verslaving, een verstandelijke beperking, illegaliteit en/of loverboyproblematiek) in de vruchtbare levensfase die op dit moment geen kinderwens hebben of daar nog niet uit zijn. Het programma ondersteunt en begeleidt deze mensen om zelf tot een bewuste en geïnformeerde keuze te kunnen komen over het moment van hun kinderwens. Als er geen kinderwens is kan het programma helpen te regelen wat er gewenst is om een onbedoelde zwangerschap te voorkomen.

Tips

Onder ieder antwoord staat een QR-code die naar de gerefereerde website leidt. Wanneer je de QR-code scant met de camera van uw smartphone word je automatisch naar de website gebracht. Neem de websites zelf ook een keer door zodat je weet waar je naar verwijst.

Meer informatie

De inhoud van de beslisboom is zorgvuldig samengesteld en bevat de belangrijkste handvatten om gezond zwanger worden bespreekbaar te maken en bewustwording te vergroten. Hoe de beslisboom ingezet wordt zal per beroepsgroep verschillen.
Meer informatie over preconceptionele gezondheid, zoals het preconceptieconsult en multidisciplinaire samenwerking rondom gezond zwanger worden, kunt u vinden in de Preconceptie Indicatie Lijst (PIL).

Dit is een uitgave van
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Bezoekadres
Parnassusplein 5 | 2511 vx Den Haag

Postadres
Postbus 20350 | 2500 ej Den Haag
Telefoon 070 340 79 11
www.rijksoverheid.nl

mei 2024