



Overmatig braken tijdens de zwangerschap

U bent opgenomen in Gelre ziekenhuizen Zutphen vanwege overmatig braken tijdens de zwangerschap. In deze folder kunt u lezen wat de mogelijke oorzaak is, welke behandeling mogelijk is en wat u zelf kunt doen.

Wat is overmatig braken?

Van de zwangere vrouwen krijgt 75% met misselijkheid te maken. Soms krijgen vrouwen last van overmatig braken (hyperemesis gravidarum). Dit wordt veroorzaakt door de zwangerschap en niet ten gevolge van andere aandoeningen. Het braken doet zich meestal 's ochtends voor, maar kan ook later op de dag veroorzaakt worden door reizen of emotionele inspanningen. Het braken heeft geen invloed op de groei en ontwikkeling van uw baby!

Symptomen

De symptomen van overmatig braken beginnen meestal rond de zesde week van de zwangerschap en verdwijnen ongeveer na de twaalfde week. U kunt last hebben van:

- aanhoudend braken;
- misselijkheid;
- gewichtsverlies;
- vermoeidheid;
- een lichamenlijk verzwakt gevoel.

Oorzaken

Er zijn verschillende oorzaken van overmatig braken in de zwangerschap mogelijk:

- hormonale factoren zoals; een verhoogd HCG gehalte (zwangerschapshormoon);
- een vertraagde maaglediging en darmperistaltiek;
- een verhoogd lichaamsgewicht;
- een eerste zwangerschap;
- psychosociale factoren;
- meerlingzwangerschap;
- gebrek aan evenwicht in de bloedsuiker.

Als het lichaam eenmaal gewend is aan de nieuwe hormonale situatie, dan gaan misselijkheid en braken bij de meeste vrouwen vanzelf over.



Behandeling

De behandeling van overmatig braken bestaat uit een (korte) opname in het ziekenhuis. Dit is op afdeling Gynaecologie & Verloskunde onderdeel van het Centrum Vrouw en Kind Zutphen. De behandeling bestaat uit:

- bloedonderzoek bij opname voor onder andere controle van schildklierfunctie en bloedsuiker, daarna bloedonderzoek indien nodig;
- afhankelijk van uw conditie, een infuus met vloeibare voeding en/of vocht;
- u mag eten naar wens;
- bedrust, u kunt eventueel opstaan om naar het toilet of onder de douche te gaan;
- afhankelijk van uw conditie kunt u weer in beweging komen (uit bed).

In overleg met de gynaecoloog en verpleegkundigen:

- kiest u voor een één- of tweepersoonskamer;
- maakt u afspraken over het al dan niet ontvangen van bezoek;
- wordt een afspraak gemaakt met een psycholoog als u langdurig overmatig blijft braken.
- wordt een afspraak gemaakt met een diëtiste als u langdurig overmatig als u langdurig blijft braken .

Tips

- Neem om de twee a drie uur iets kleins te eten.
- Drink veel water.
- Vermijd erg vette of gekruide voedingsmiddelen.
- Eet droge crackers, geroosterd brood of beschuit.
- Vermijd het drinken van cafeïne.
- Gebruik géén alcohol.
- Ga een aantal malen per dag even rusten.
- Blijf na het eten nog even rustig zitten.
- Zorg voor een goed geventileerde slaapkamer.
- Zorg voor zoveel mogelijk afleiding, de misselijkheid wordt vaak erger naarmate u er meer aan denkt.
- Draag gemakkelijke zittende kleding die niet te strak om u middel zit.

Vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, stel ze dan gerust aan uw gynaecoloog of de verpleegkundige.

Weer thuis

Als het overmatig braken onder controle is, kunt u weer naar huis.

Heeft u na uw opname thuis nog ernstige braakklachten of vragen? Neem dan contact op met polikliniek Gynaecologie & Verloskunde

- maandag t/m vrijdag 8.30 – 16.30 uur
- Tel: 0575 – 592 800