



# POP polikliniek voor vrouwen vóór, tijdens en na de zwangerschap

U heeft een afspraak op de POP-poli. Dit betekent Psychiatrie, Obstetrie (verloskunde) en Pediatrie (kindergeneeskunde). In de POP polikliniek bundelen zorgverleners hun krachten om u vóór en tijdens zwangerschap, bevalling en kraambed te ondersteunen. Daardoor krijgt u de beste specialistische zorg voor u en uw (ongeboren) baby.

*“We kijken samen hoe we u kunnen helpen.”*



## Wat moet u echt weten!

- U heeft een gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een psychiater of medisch maatschappelijk werker. Tijdens dit gesprek ontmoet u dus drie verschillende zorgverleners tegelijk.
- Op uw afsprakenbrief staan drie verschillende afspraaktijden. Maar uw afspraak is op het 1e tijdstip dat in de brief staat.
- Samen met u (en uw partner) bespreken we welke zorg of ondersteuning mogelijk is en welke u wilt hebben. U krijgt dus advies dat alleen voor u is.
- We kijken samen hoe we u kunnen helpen.
- U heeft een gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een psychiater of een medisch maatschappelijk werker. De kosten van uw afspraak met de kinderarts, de psychiater en de gynaecoloog gaan van uw eigen risico af. Vraag uw zorgverzekeraar om meer informatie.



## Voor wie is de POP polikliniek?

Deze poli is bedoeld voor vrouwen met een kinderwens en voor zwangeren die:

- psychiatrische klachten hebben (gehad)
- medicijnen gebruiken tegen psychiatrische klachten
- een vader/moeder/broer/zus hebben met een psychiatrische aandoening
- verslaafd zijn aan alcohol, drugs en/of medicatie
- zich in een complexe psycho-sociale situatie bevinden
- bang zijn voor de bevalling
- (zeer) jonge moeder zijn (tot de leeftijd van 24 jaar)

U komt bij de POP polikliniek omdat uw (huis)arts, verloskundige of andere zorgverlener (bijvoorbeeld een fertiliteitsarts of een psycholoog) u heeft doorverwezen.

## Hoe kunnen we u helpen?

### Stap 1: uw afspraak bij de POP poli

U heeft een intake gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een psychiater of medisch maatschappelijk werker. Tijdens dit gesprek ontmoet u dus drie verschillende zorgverleners.

Op uw afsprakenbrief staan drie verschillende afspraaktijden. Maar uw afspraak vindt plaats op het eerste tijdstip wat in de brief staat.

LET OP! U kunt zich melden bij de balie van de polikliniek Gynaecologie (route 33). Het kan zijn dat u daarna door onze baliemedewerker doorverwezen wordt naar een andere lokatie.

U krijgt op de POP-poli alleen een advies en u krijgt dus geen lichamelijk onderzoek. We raden u aan om uw man, partner of familielid mee te nemen naar het gesprek.

Tijdens het gesprek wordt de informatie over uw persoonlijke omstandigheden en uw verleden opgeschreven. Ook inventariseren we uw klachten die te maken hebben met uw kinderwens of zwangerschap. Verder krijgt u informatie over de zwangerschap en geven we u advies over of u moet starten, stoppen of doorgaan met medicijnen.

Bovendien adviseren we u wat te doen na de bevalling. U krijgt informatie over eventuele zorg voor uw kind na de bevalling en informatie over borstvoeding en medicatie.

### Stap 2: u krijgt een advies

Na dit eerste gesprek krijgt u per brief of per telefoon van ons een advies over welke zorg voor u nodig is.



## Stap 3: zorgverleners overleggen

Soms moeten de zorgverleners na uw eerste gesprek overleggen met elkaar over welke begeleiding het beste bij u past. Hieruit volgt voor u een advies over:

- de behandel- en begeleidingsmogelijkheden voor uw situatie
- uw medicijngebruik in de periode vóór uw zwangerschap t/m na de bevalling en de kraambedperiode.

## Stap 3a: u krijgt een advies

Na het overleg van de zorgverleners krijgt u per brief of per telefoon van ons een advies over welke medische zorg voor u nodig is.

Hoe lang de periode van begeleiding is, hangt af van de situatie waarin u en uw gezin zich bevinden.

## Welke hulpverleners zijn bij u betrokken?

Er zijn verschillende hulpverleners bij onze zorg voor u betrokken. Wie u helpt is afhankelijk van het advies en de aard van uw klachten.

Bij de POP-polikliniek werken de volgende zorgverleners: gynaecoloog, psychiater, kinderarts, psycholoog, preventiemedewerker GGNet, Sociaal Psychiatrisch Verpleegkundige (SPV), medisch maatschappelijk werker en Consultatief Psychiatrisch Verpleegkundige (CPV). Wat zij precies voor u kunnen doen, leest u hieronder.

### Gynaecoloog

Als u zwanger bent of wilt worden, dan bespreekt de gynaecoloog met u of u extra begeleiding of behandeling nodig heeft (tijdens de zwangerschap, voor de bevalling en/of in het kraambed).

### Psychiater

Samen met de psychiater van Gelre ziekenhuizen inventariseert u uw psychiatrische klachten die een relatie hebben met uw kindwens of zwangerschap.

Ook bespreekt u samen of u medicijnen (die u gebruikt voor uw psychische klachten) tijdens uw zwangerschap kunt gebruiken. Als het nodig is, kijkt de psychiater in overleg met u naar een passend alternatief.

In overleg met u wordt ook bepaald wie u begeleidt:

- uw eigen psychiater of psycholoog
- de psychiater van Gelre ziekenhuizen
- de consultatief psychiatrisch verpleegkundige

### Kinderarts

Ben u een (zeer) jonge moeder? Of gebruikt u medicijnen of middelen (drugs)? Dan wil de kinderarts u voor de geboorte van uw kind graag spreken. Zo'n gesprek met de kinderarts kan om verschillende redenen nuttig zijn:

- medicijn- of middelengebruik (zoals drugs) tijdens de zwangerschap kan invloed hebben op uw ongeboren baby.



- sommige medicijnen of middelen kunnen overgaan in de moedermelk. Daarom kunt u het advies krijgen geen borstvoeding te geven.
- ook kan het noodzakelijk zijn de baby direct na de geboorte een aantal dagen in het ziekenhuis te observeren.

## **Klinisch psycholoog**

De klinisch psycholoog wordt ingeschakeld als u angst-, stemmings- of traumagerelateerde klachten heeft. In deze situaties kan de klinisch psycholoog u een kortdurende cognitieve gedragstherapie aanbieden. Deze gedragstherapie gaat over uw manier van denken en doen en hoe dit uw gevoel beïnvloedt. De behandeling is direct gericht op uw specifieke klachten.

Ook kunt u een EMDR behandeling aangeboden krijgen. Dit is een effectieve, kortdurende behandelmethode om nare ervaringen (bijvoorbeeld een nare laatste bevalling) te verwerken en daardoor minder angstig te worden.

## **Preventiemedewerker GGNet of een sociaal psychiatrisch verpleegkundige (SPV) van Gelre ziekenhuizen**

De preventiemedewerker van GGNet of een SPV van Gelre ziekenhuizen kunnen u begeleiden in uw eerste contacten met uw baby. Dit is voor moeders en/of vaders die zich onzeker voelen in hun ouderrol.

Het kan zijn dat u moeite heeft om een band met zo'n kleine pasgeborene te krijgen of dat u weinig plezier beleeft aan het contact met uw baby. In maximaal tien huisbezoeken is er tijd en aandacht voor de wisselwerking tussen u en uw baby, de opvoeding en de verzorging. Wij noemen dit 'Mijn baby en ik'.

## **Medisch maatschappelijk werker**

Samen met de medisch maatschappelijk werker brengt u uw psychosociale situatie in kaart. Hierbij kijkt u naar uw draaglast (wat zijn uw problemen), draagkracht (hoe gaat u hiermee om) en draagvlak (van wie krijgt u steun). De medisch maatschappelijk werker kan u behandelen of (als er voldoende zorgverlening aanwezig is) optreden als contactpersoon tussen de bestaande zorgverlening en de specialisten in het ziekenhuis. Ook kan deze medewerker betrokken zijn bij nazorg.

## **Consultatief psychiatrisch verpleegkundige (CPV)**

Als u tijdens uw zwangerschap en/of kraambed in het ziekenhuis wordt opgenomen, kan de consultatief psychiatrisch verpleegkundige u ondersteunen en begeleiden. Ook tijdens uw zwangerschap geeft zij u begeleiding. In sommige gevallen is deze zorgverlener ook betrokken bij de nazorg en heeft zij/hij in overleg met u contact met uw eigen zorgverleners om de zorg na de ziekenhuisopname af te stemmen.





## Extra zorg

De betrokken zorgverleners kunnen u extra zorg geven:

- Cursus 'Ontspannen verwachting': een cursus die u helpt te ontspannen tijdens uw zwangerschap. Verder krijgt u hulp bij de geestelijke voorbereiding op de bevalling en het ouderschap.
- Deelname aan wetenschappelijk onderzoek.
- Opname op moeder-baby unit: deze unit is speciaal bedoeld voor moeders met een psychiatrische stoornis bijvoorbeeld een depressie. Als we de moeder behandelen dan kan de baby bij de moeder blijven. Zo kan ze voor haar kind blijven zorgen en dit stimuleert de hechting tussen moeder en kind. Terwijl de moeder wordt behandeld in de kliniek verblijft de baby op een aparte kamer naast de kamer van moeder.

## Zorgverzekering

Informeer bij uw zorgverzekeraar of deze zorg door uw verzekering vergoed wordt.

U heeft een intake gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een psychiater. Of u heeft een intake gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een medisch maatschappelijk werker. Uw afspraak met de kinderarts, de psychiater en de gynaecoloog gaan van uw eigen risico af.

## Informatie en aanmelding

Heeft u vragen over de POP polikliniek? Neem dan contact op met het secretariaat van polikliniek Gynaecologie & Verloskunde:

Gelre ziekenhuizen Apeldoorn

- maandag t/m vrijdag 08.30 – 16.30 uur
- Tel: 055 – 581 19 20
- [www.gelreziekenhuizen.nl/POP-poli](http://www.gelreziekenhuizen.nl/POP-poli)

Voor meer informatie kunt u ook kijken op:

- [www.lkpz.nl](http://www.lkpz.nl) (Landelijk Kenniscentrum Psychiatrie en Zwangerschap)

De POP polikliniek is een samenwerkingsverband tussen Gelre ziekenhuizen en GGNet.

