



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

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

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



## Wat moet je echt weten!

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

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

## Hoe kunnen we je helpen?

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

Je hebt een intake gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een psychiater of medisch maatschappelijk werker. Tijdens dit gesprek ontmoet je dus drie verschillende zorgverleners.

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

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

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

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

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

### Stap 2: je krijgt een advies

Na dit eerste gesprek krijg je per brief of per telefoon van ons een advies over welke zorg voor jou nodig is.



## Stap 3: zorgverleners overleggen

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

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

## Stap 3a: je krijgt een advies

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

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

## Welke hulpverleners zijn bij je betrokken?

Er zijn verschillende hulpverleners bij onze zorg betrokken. Wie je helpt is afhankelijk van het advies en de aard van je 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 je kunnen doen, lees je hieronder.

### Gynaecoloog

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

### Psychiater

Samen met de psychiater van Gelre ziekenhuizen inventariseer je je psychiatrische klachten die een relatie hebben met je kinderwens of zwangerschap.

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

In overleg met jou wordt ook bepaald wie je begeleidt:

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

### Kinderarts

Ben je een (zeer) jonge moeder? Of gebruik je medicijnen of middelen (drugs)? Dan wil de kinderarts je voor de geboorte van je 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 je ongeboren baby.



- sommige medicijnen of middelen kunnen overgaan in de moedermelk. Daarom kun je 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 je angst-, stemmings- of traumagerelateerde klachten heeft. In deze situaties kan de klinisch psycholoog je een kortdurende cognitieve gedragstherapie aanbieden. Deze gedragstherapie gaat over je manier van denken en doen en hoe dit je gevoel beïnvloedt. De behandeling is direct gericht op jou specifieke klachten.

Ook kun je 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 je begeleiden in je eerste contacten met je baby. Dit is voor moeders en/of vaders die zich onzeker voelen in hun ouderrol.

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

## **Medisch maatschappelijk werker**

Samen met de medisch maatschappelijk werker brengt je je psychosociale situatie in kaart. Hierbij kijk je naar je draaglast (wat zijn je problemen), draagkracht (hoe ga je hiermee om) en draagvlak (van wie krijg je steun). De medisch maatschappelijk werker kan je 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 je tijdens je zwangerschap en/of kraambed in het ziekenhuis wordt opgenomen, kan de consultatief psychiatrisch verpleegkundige je ondersteunen en begeleiden. Ook tijdens je zwangerschap geeft zij je begeleiding. In sommige gevallen is deze zorgverlener ook betrokken bij de nazorg en heeft zij/hij in overleg met jou contact met je eigen zorgverleners om de zorg na de ziekenhuisopname af te stemmen.





## Extra zorg

De betrokken zorgverleners kunnen je extra zorg geven:

- Cursus 'Ontspannen verwachting': een cursus die je helpt te ontspannen tijdens je zwangerschap. Verder krijg je 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 je zorgverzekeraar of deze zorg door je verzekering vergoed wordt.

Je hebt een intake gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een psychiater. Of je hebt een intake gesprek met een gynaecoloog, een kinderarts en een medisch maatschappelijk werker. Je afspraak met de kinderarts, de psychiater en de gynaecoloog gaan van je eigen risico af.

## Informatie en aanmelding

Heb je 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.

