

POP-overleg

Het POP-overleg is een samenwerking van verloskunde, kindergeneeskunde, psychiatrie en medisch maatschappelijk werk. De artsen van het POP-overleg ondersteunen, adviseren en behandelen vrouwen tijdens hun zwangerschap en in het kraambed met (sociaal) psychische vragen, klachten en problemen. In deze folder leest u wat het POP-overleg kan betekenen tijdens en na de zwangerschap.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

Waar blijft die roze wolk?

Een zwangerschap en kraambed is voor tien tot twintig procent van de vrouwen geen blijde gebeurtenis. Dat klinkt tegenstrijdig, maar het is wel verklaarbaar. Er gebeurt nogal wat met een vrouw als ze zwanger is. Kinderen krijgen is een grote verandering in uw leven én in uw lichaam. In Rijnstate hebben we niet alleen aandacht voor de lichamelijke veranderingen, maar ook voor uw psychisch en sociaal welbevinden.

Wanneer komt u in het POP-overleg?

Om uiteenlopende redenen wordt u aangemeld bij het POP-overleg.

Bijvoorbeeld: U wilt zwanger worden, maar u gebruikt antidepressiva en u heeft daarover vragen: kan ik deze medicijnen blijven gebruiken? Wat zijn de risico's? Wat betekent dat voor borstvoeding? Een vorige zwangerschap of bevalling heeft u als traumatisch ervaren. Wat betekent dat voor een volgende zwangerschap en wat kunnen we voor en na de bevalling doen?

Bij het POP-overleg is er ook aandacht voor sociale problematiek. Denk aan een ongewenste zwangerschap, een verslaving of bijvoorbeeld een alleenstaande moeder met maar weinig hulp en ondersteuning in de omgeving of als anderen zich zorgen om u maken.

Sociale en psychische factoren kunnen invloed hebben op uw zwangerschap, de periode na de bevalling en op de gezondheid van uw kindje. Door hier rekening mee te houden in een zo vroeg mogelijk stadium kunnen we, als dat nodig is, de juiste zorg en begeleiding bieden voor u en uw kindje. Zodat nare problemen voorkomen kunnen worden.

Hoe werkt het POP-overleg?

Tijdens de controle bij de gynaecoloog of verloskundige wordt u gevraagd naar mogelijke psychische en sociale risico's of problemen. Vertel hier zo open mogelijk over, zodat we optimale zorg en begeleiding kunnen bieden voor u en uw kindje. Als er aanleiding voor is, of als u daar zelf om vraagt, dan bespreken we uw situatie in een gezamenlijk overleg met gynaecoloog, psychiater, kinderarts en medisch maatschappelijk werk. Zodat we u en uw kindje zorg kunnen bieden passend bij uw persoonlijke situatie. Een vervolgstap is bijvoorbeeld een kennismakinggesprek met de kinderarts, psychiater of medisch maatschappelijk werker.

Bent u ergens anders al in behandeling, dan nemen we deze behandeling niet over. We werken echter wel graag samen met uw behandelaar om u te helpen bij een zo prettig mogelijke zwangerschap, bevalling en kraamtijd.

Wat kunt u zelf doen?

Veel vrouwen vinden het moeilijk om over negatieve gevoelens over hun (aanstaande) moederschap te praten. Een kindje krijgen hoort immers toch een blijde gebeurtenis te zijn? Helaas is dat voor sommige vrouwen niet (helemaal) het geval. Weet dat u niet de enige bent die zich zo voelt en dat uw klachten vaak te behandelen zijn.

Tips over hoe u kunt omgaan met uw klachten:

- Neem uw klachten serieus;
- Probeer te accepteren dat u zich niet zo goed voelt zoals u zou willen en verzet u er niet tegen;
- Praat met uw omgeving over uw gevoelens en zorgen, ook al vindt u dit moeilijk;
- Sta uzelf toe om fouten te maken: moeder zijn leert u met vallen en opstaan;
- Laat uw partner ook meehelpen;

- Als de klachten lang aanhouden of te hevig zijn, zoek dan hulp via uw huisarts, gynaecoloog of verloskundige.

Contact

Heeft u vragen? Neem ze mee in uw volgende gesprek met de gynaecoloog of verloskundige. Of neem contact op met de onderstaande poliklinieken.

Rijnstate Arnhem:

Polikliniek Gynaecologie/Verloskunde 088 – 005 7740

E-mail: poppolirijnstate@rijnstate.nl

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de regio
Arnhem, Rheden en De
Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl