



Creation
verloskundigenpraktijk

Nijverheidslaan 3 • 3903 AL Veenendaal
Barneveldseweg 11* • 6741 LH Lunteren • (0318) 55 34 65
www.creationverloskundigen.nl • info@creationverloskundigen.nl
KvK 30259609 • IBAN-nummer NL57ABNA0476349559

Clëntenfolder

Miskraam

Deze folder heb je in handen gekregen omdat er een vermoeden bestaat op een miskraam, of er is sprake van een miskraam. Hier kun je lezen over oorzaken, over wat je kunt verwachten en waar je terecht kunt met vragen of voor verdere onderzoeken.

De kenmerken van een miskraam

- Helderrood bloedverlies
- Buikpijn/menstruatiepijn in je onderbuik
- Afnemen van zwangerschapsklachten
- Of een combinatie van bovenstaande factoren

Bloedverlies in het begin van de zwangerschap kan als oorzaak hebben: een innestelingsbloeding (ingroei in de baarmoederwand), een onschuldige bloeding van de baarmoedermond of vaginawand. Na het hebben van gemeenschap of bij harde ontlasting wordt de kans hierop groter. Verder is soms sprake van poliepen of een ontsteking van de baarmoedermond, een buitenbaarmoederlijke zwangerschap of is bloedverlies niet te verklaren. Soms is er sprake van een miskraam.

De oorzaken van een miskraam

De oorzaken van een miskraam kunnen heel divers zijn:

- Chromosoomafwijking, (erfelijk bepaald of 'toevallig')
- Niet goed kunnen innestelen in de baarmoederwand, waardoor voeding en zuurstof niet terecht komt bij het zich ontwikkelende embryo.
- Schadelijke effecten door; langdurig overmatig alcohol en drugsgebruik, schadelijke straling of infectieziekte.
- Anatomische afwijking van de baarmoeder.
- Auto-immuunziekte.
- Oudere zwangere, de kans op een miskraam neemt toe met de leeftijd.
- Voor vrouwen jonger dan 35 jaar is de kans op een miskraam bij een zwangerschap ongeveer 1 op 10. Na 35 jaar eindigt 1 op de 5 zwangerschappen in een miskraam.

Het verloop van een miskraam

Buikpijn en bloedverlies ontstaan en nemen geleidelijk toe, vaak met een duidelijke piek. Soms verlies je ook stolsels en weefsel. Het is afhankelijk van de zwangerschapsduur waarbij het embryo is gestopt met groeien, in hoeverre je herleidbare structuren van het embryo ziet. Wanneer we een echo maken zullen we benoemen wat voor weefselstructuur we kunnen zien en aan de hand daarvan wat je kunt verwachten. Wanneer de baarmoeder geheel leeg is, nemen de pijn en het bloedverlies weer af. Je kunt nog enkele weken afnemend rood of bruin bloedverlies hebben.

Lichamelijk onderzoek

Door echoscopisch onderzoek kunnen we bijna altijd duidelijkheid bieden over wat er (nog) aanwezig is in de baarmoeder. Soms is er onzekerheid over de situatie, dan kom je op korte termijn terug voor een echo of vragen we om een second opinion. Het weefsel wat je bent verloren kan worden bekeken met het blote oog om duidelijkheid te krijgen. Indien je dit wenst kun je verloren weefsel bewaren of een foto maken zodat we het kunnen zien. Het kan zinvol zijn om je hemoglobine gehalte te bepalen na ruim bloedverlies. Ook gebeurt het soms dat we naar je bloedgroep kijken en in het geval van een negatieve bloedgroep krijg je bij een miskraam na 10 weken zwangerschap een injectie met anti-D. Na het doormaken van 2 miskramen kom je in aanmerking voor onderzoek naar een eventuele herleidbare oorzaak van de miskramen. Dan volgt er chromosoomonderzoek, soms anatomisch onderzoek van je baarmoeder en bloedonderzoek via de gynaecoloog.

Beleid

Het afwachten van een spontaan beloop kan altijd nadat een miskraam is geconstateerd. Wanneer het tijdens een echo wordt vastgesteld zien we dat 80% van de miskramen binnen een week op gang komt. We spreken een moment af tot wanneer je wilt afwachten. Daarna kunnen we je verwijzen naar de gynaecoloog om de miskraam op gang te brengen. Dat kan op 2 manieren. Door

het innemen van orale tabletten en het inbrengen van vaginale tabletten. Misoprostol wordt dan gegeven als een orale tablet van 200 mg, na 36-48 uur gevolgd door 4 vaginale tabletten van 200 mg. Hierdoor wordt je baarmoederspier actief en komt het uitstoten van het weefsel op gang. Het kan ook door een curettage. Dit gebeurt op de operatiekamer, onder een lichte narcose. Met behulp van instrumenten wordt het weefsel uit de baarmoeder gehaald. Deze methode wordt ook gebruikt als de tabletten onvoldoende effect hebben, of wanneer de miskraam niet compleet is.

Bij koorts, hevig bloedverlies met eventueel flauwvallen, lang aanhoudende pijn en bloedverlies heb je reden om ons te bellen.

Toekomst

Vanaf het moment dat de miskraam compleet is doorgemaakt, gaan de hormonen weer aan de slag voor een nieuwe eisprong. Je kunt dus een aantal weken na de miskraam alweer zwanger raken. Soms neemt je lichaam langer de tijd om hormonaal weer aan de slag te gaan voor een nieuwe cyclus, het is dus wat onvoorspelbaar. Wanneer er geen complicaties zijn geweest, is het lichamelijk gezien prima om snel weer zwanger te worden. Het verwerken van een miskraam kan veel gevoelens met zich meebrengen van onmacht, falen, schaamte, onzekerheid enzovoorts. Over het algemeen werkt het zo dat bij het zien van een positieve test een paar direct een beeld gaat vormen van 'hun baby' en het doormaken van een miskraam betekent dat er afscheid genomen moet worden van deze gevormde beelden en van een toekomstverwachting. Hoe een paar dit doormaakt is uiteraard heel divers en persoonlijk. Ook hoeveel tijd je daarvoor nodig hebt.

Er zijn een aantal instanties waarbij je terecht kunt om geholpen te worden met het verwerken van een miskraam.

- Stichting Freya; voor mensen met vruchtbaarheidsproblemen www.freya.nl
- Humanitas; project Lotgenotencontact bij Miskramen, www.humanitas.nl

Indien er zwangerschapswens is, raden we aan om foliumzuur te (blijven) gebruiken. Bij een volgende zwangerschap wordt er rond 7 a 8 weken al een echo gemaakt om vroeg een beeld te hebben van het intact zijn van die zwangerschap. Voor verdere tips over gezond zwanger worden zie www.strakswangerworden.nl

Tot slot

Het doormaken van een miskraam kan nog veel meer vragen en onzekerheden met zich meebrengen. Heb je na het lezen van deze folder nog vragen, bel of mail ons gerust. We bieden je na het doormaken van een miskraam altijd de optie om nog een afrondend gesprek te voeren bij ons op de praktijk. Neem daar ook gerust contact over op.

Vragen over deze folder?

Voor meer informatie of vragen zie ook onze website of bel ons op 0318-553465

Deze folder is zorgvuldig samengesteld door Creation Verloskundigen. Als er wijzigingen in beleid of in prijzen zijn, geldt de toelichting tijdens het spreekuur. Versie maart 2020



Creation
verloskundigenpraktijk