

venster sluiten



Denk aan het milieu. Denk na voor je print!

# Met z'n tien bij de verloskundige

Maarten Molenaar

16-1-15 - 10:03



© Pim Mul.

Het Groene Hart Ziekenhuis (GHZ) in Gouda gaat als eerste ziekenhuis in Nederland samen met de verloskundige thuispraktijken in de stad groepsconsulten voor zwangere vrouwen aanbieden. Het te verwachten resultaat: minder vroeggeboorten.

Vrouwen die hieraan meedoen, krijgen niet langer een individuele zwangerschapscontrole van gemiddeld 15 minuten per keer, maar bezoeken tien groepsbijeenkomsten van ruim 2 uur. Hier worden niet alleen de standaardcontroles gehouden van de groei van de baby en de bloeddruk. De vrouwen gaan tijdens de sessies vooral in gesprek met elkaar en deskundigen over bijvoorbeeld voeding, beweging, seksualiteit en de bevalling.

Volgens klinisch verloskundige Heleen Houtsmuller van het Groene Hart Ziekenhuis kan deze methode bijdragen aan minder vroeggeboortes en gezonder gedrag. Ook zouden de bijeenkomsten de vrouwen meer zelfvertrouwen geven tijdens de zwangerschap en de bevalling en daarna bij hun rol als moeder.



© Pim Mul.

## Handen ineengeslagen

De groepsmethode bij verloskundige zorg heet CenteringPregnancy en is ontwikkeld in de Verenigde Staten. Sinds enkele jaren is de aanpak ook in Nederland in zwang bij vooral verloskundige thuispraktijken. Het unieke van de Goudse situatie is volgens Houtsmuller dat het Groene Hart Ziekenhuis en de verloskundepraktijken van InZwang de handen hebben ineengeslagen.

„Dat betekent dat zwangere vrouwen met en zonder medische indicatie samen kunnen meedoen aan de groepsbijeenkomsten. Voor de vrouwen met een medische indicatie in Gouda is deze aanpak helemaal nieuw, omdat ze tot nu toe alleen individuele zwangerschapscontroles konden krijgen. Een medische indicatie kan bijvoorbeeld zijn dat de (aanstaande) moeder diabetes of een schildklierafwijking heeft of een tweeling verwacht.”

De groep bestaat uit acht tot tien vrouwen die rond dezelfde tijd zijn uitgerekend. Voor de eerste reeks bijeenkomsten in Gouda, die 27 januari begint, hebben zich al tien vrouwen aangemeld: zes via de verloskundepraktijken van InZwang en vier via het Groene Hart Ziekenhuis.

De vrouwen ondergaan tijdens de bijeenkomsten om beurten in een afgeschermd of aparte ruimte een medische controle. Verder wisselen ze ervaringen uit en geven ze elkaar tips. „Dat levert veel herkenning op, omdat ze in dezelfde fase van hun leven zitten. Daarnaast zullen ze elkaar ook stimuleren om bijvoorbeeld te stoppen met roken of gezonder te eten om vroeggeboorte en gebreken bij de baby te voorkomen.”

#### **Contact houden**

Volgens Heleen Houtsmuller is deelname aan de groepsconsulten op vrijwillige basis en mogen aanstaande moeders ook kiezen voor een individuele zwangerschapscontrole. „We stimuleren de groepsbijeenkomsten echter wel, omdat we er een positief effect van verwachten. We beginnen 's avonds, omdat dit voor de meeste moeders gemakkelijker is. Maar als er behoefte aan is, overwegen we ook overdag bijeenkomsten te houden.”

Behalve de tien groepsconsulten tijdens de zwangerschap is er ook een bijeenkomst 6 weken na de bevalling. „Vrouwen kunnen dan hun eerste ervaringen met het moederschap uitwisselen en elkaar ook dan weer adviezen geven. We verwachten dat de band tussen de moeders dan inmiddels zo hecht is dat ze ook op de langere termijn contact met elkaar houden.”

De Persgroep Digital. Alle rechten voorbehouden.