

## Minder leven voelen

Vanaf 16 tot 20 weken zwangerschap kun je je baby meestal voelen bewegen. De bewegingen zijn in het begin nog zwak, maar worden sterker naarmate de baby groeit. Het is belangrijk dat je de bewegingen van je baby voelt zoals jij dat gewend bent. Vanaf 28 weken ontwikkelt je baby een patroon waarin hij slaapt en wakker is. Slapen duurt meestal 20 tot 40 minuten, maar kan ook wel een uur duren. Tijdens het slapen beweegt de baby niet of nauwelijks. Tot de 32<sup>e</sup> week van de zwangerschap neemt het aantal bewegingen toe. In de laatste weken en rond de uitgerekende datum kunnen de bewegingen anders en minder krachtig worden. Dit komt doordat de baby minder ruimte heeft. Je baby blijft wel even vaak bewegen. Merk je dat je baby rustiger is of anders beweegt dan je gewend bent, neem dan contact op met je verloskundige of gynaecoloog. Je wordt dan verwezen naar het Centrum voor Vrouw, Moeder & Kind voor een extra controle.



### Controle in het ziekenhuis

Je bent verwezen naar het centrum Vrouw, Moeder & Kind op afdeling 1A omdat je je baby minder voelt bewegen. De klinisch verloskundige of verpleegkundige vraagt naar het bewegingspatroon van je baby en de verandering hiervan. Met een CTG (cardiotocogram) en een echo wordt de conditie van je baby gecontroleerd. Het CTG bestaat uit twee doppen op je buik. De ene dop registreert de hartslag van je baby en de andere dop eventuele harde buiken en de hartslag van de moeder. De hartslag van je baby worden minimaal een half uur geregistreerd. Wanneer de baby beweegt, gaat het hartje sneller kloppen. Dat is een teken van een goede conditie. Na het CTG krijg je een echo voor de controle van de hoeveelheid vruchtwater en de groei van de baby.

### Controles goed?

Wanneer alle controles goed zijn, is je baby in geode conditie. Veel vrouwen voelen hun baby dan ook weer goed bewegen. Je krijgt uitleg en instructies over wat je moet doen als je baby opnieuw minder beweeglijk is.

### Opnieuw onzeker over de bewegingen van je kind?

Als je naar huis gaat, krijg je advies om goed te letten op de bewegingen van je baby. Heb je opnieuw een periode dat je je baby minder goed voelt bewegen? Neem dan contact op met je verloskundige of gynaecoloog. Twijfel niet om weer te bellen. Het maakt niet uit als je vaker voor een controle komt.

### **Controles niet goed?**

Is er twijfel over de conditie van je baby? Dan zijn er extra controles nodig. Afhankelijk van de resultaten van deze controles en hoeveel weken je zwanger bent, kan het advies zijn dat je baby geboren moet worden.

### **Voel je je onzeker over de bewegingen van je kind?**

- Leer het bewegingspatroon van je kind kennen.
- Ben je meer dan 28 weken zwanger?
- Voel je je onzeker over de bewegingen van je kind?
- Ga 2 uur op je linkerzij liggen en voel de bewegingen in je buik.
- Beweegt je baby dan minder dan 10 keer?
- Of ben je ongerust?

Neem contact op met je verloskundige of het ziekenhuis en wacht niet tot de volgende dag! Je verloskundige en gynaecoloog zijn dag en nacht bereikbaar

### **Contact**

Stel je vraag via [www.mijntjongerschans.nl](http://www.mijntjongerschans.nl) of bel 0513 – 685 245.

### **Grip op uw zorg via Mijntjongerschans**

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op [www.mijntjongerschans.nl](http://www.mijntjongerschans.nl) met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heb je toegang tot je medische gegevens. Je kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

### **DISCLAIMER**

*Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo weinig mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.*