Vóór, tijdens én na de negen maanden goed voorbereid

"We hebben onze kinderwens besproken met de longarts. Zij nam de tijd en vertelde wat er nodig was om alles verantwoord te laten verlopen, zowel voor mij als voor het kindje."

Auteur: Margreet van Roest **Foto:** Erik Kroes

Moederschap is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Dat weten we natuurlijk allemaal. Wanneer je ernstig astma hebt, is dat ook iets waar je rekening mee moet houden. Niet alleen voordat je zwanger wordt, maar ook tijdens de zwangerschap, de bevalling en zeker ook erna.

Op mijn vraag of Irene en haar man Erik van te voren hebben overwogen wat zwanger worden voor de gezondheid van Irene kon betekenen, antwoordt Irene: "We hebben daar zeker over nagedacht. Mijn gezondheid tijdens de zwangerschap en tijdens de bevalling, mijn gezondheid als moeder en de gezondheid van ons kindje, het zijn allemaal factoren waar we bij stil gestaan hebben. Je hoopt natuurlijk dat je kindje geen astma krijgt, maar uit ervaring kan ik zeggen dat je met ernstig astma ook een heel gelukkig leven kunt hebben. Dit heeft ons er dan ook niet van weerhouden om kinderen te willen.
Over de zwangerschap maakten we ons ook geen zorgen, meer over de periode daarna, als moeder. Uiteindelijk was onze conclusie: als ik goed voor mezelf blijf zorgen, dan kan het."

"We hebben onze kinderwens besproken met de longarts. Zij nam de tijd en vertelde wat er nodig was om alles verantwoord te laten verlopen, zowel voor mij als voor het kindje. Toen ik zwanger wilde worden moest ik bijvoorbeeld, voordat ik stopte met de pil, eerst stoppen met een biological. Op dat moment was er namelijk nog te weinig bekend over de risico's van dat middel.
Mijn longarts en ik vonden het op dat moment verantwoord om tijdelijk te stoppen met het medicijn. Nog een kleine verandering was nodig in het anti-allergiemiddel dat ik gebruikte, maar verder kon alles qua medicatie blijven zoals het was.

De zwangerschap verliep goed. Mijn astma was voor de zwangerschap goed onder controle en dit was tijdens de zwangerschap ook het geval. Wel had ik een verminderde weerstand en ben ik geregeld ziek geweest. Het gebruik van prednison heb ik gelukkig kunnen vermijden tot week 39 van de zwangerschap. In de laatste weken van de zwangerschap ervaren veel vrouwen overigens meer benauwdheid, omdat de longen dan wat in de verdrukking komen vanwege het middenrif dat omhoog komt door de baby.

Ik was onder controle bij de gynaecoloog én de longarts. Toen we de gynaecoloog spraken over eventuele pijnbestrijding tijdens de bevalling adviseerde zij een gesprek met de anesthesist. Daar bleek dat medicatie zoals pethidine en remifentanil beiden afgeraden worden voor mensen met astma omdat die een ademdepressie kunnen veroorzaken.

Alleen astmapatiënten met ruime klachtenvrije intervallen, al dan niet met gebruik van inhalatietherapie, kunnen in de eerste lijn begeleid worden tijdens zwangerschap, bevalling en kraamperiode. Overleg met de behandelend (huis) arts is aangewezen. Dat staat in de richtlijn van verloskundigen. Irene Kroes voldeed niet aan deze richtlijn en moest zich dus wenden tot de gynaecoloog.

Voor mij zouden pijnbestrijding met TENS (Transcutane Elektrische Neuro Stimulatie), een ruggenprik of lachgas de opties zijn. Uiteindelijk heb ik alleen TENS gebruikt tijdens de bevalling, die overigens qua astma prima verliep. Wel moest ik per se in het ziekenhuis bevallen onder begeleiding van de gynaecoloog.

Zij hadden geen ervaring met zwangere vrouwen met ernstig astma en wisten niet wat ze konden verwachten. Mijn longarts heeft nog aangegeven geen bijzonderheden op het gebied van astma te verwachten tijdens de bevalling, maar ze wilden hoe dan ook het zekere voor het onzekere nemen. Thuis of in een geboortecentrum bevallen onder begeleiding van een verloskundige werd dan ook sterk afgeraden. Gelukkig speelde mijn astma, zoals verwacht, totaal geen rol."

En nu, nu je moeder bent?
"Ook dat verloopt eigenlijk zoals verwacht. Zorgen voor mezelf is essentieel! Je slaapt bijvoorbeeld minder, dus moet je zorgen dat je op een ander moment toch je rust pakt. Je moet op tijd hulp vragen en aangeven dat het even niet gaat. Ik voel nu bijvoorbeeld dat ik verkouden begin te worden en alles wat voller komt te zitten. Dan vraag ik Erik of hij een dagje thuis kan werken zodat we de zorg voor onze dochter delen en ik iets meer rust kan pakken.

Ook gaat onze dochter Mus inmiddels naar de peuterspeelzaal. Ik werk niet, dus denk je... laat ze dan ook lekker thuis. Toch is het voor ons allebei van groot belang dat zij naar de peuterspeelzaal gaat. Zo heeft ze even alle aandacht en kan ze heerlijk ravotten en naar buiten en pak ik mijn rust of ga juist sporten of iets dergelijks. Overigens beweeg je automatisch meer met een kind!

We vinden het heel belangrijk dat Mus naar de peuterspeelzaal gaat, zelfs nu we dit zelf moeten betalen. We hebben geen recht op kinderopvangtoeslag omdat ik thuis ben met een Wajong-uitkering. Gelukkig kunnen we het zelf opbrengen want zo'n dagje peuterspeelzaal geeft mij zeker lucht.

Ik zou tegen iedereen die ernstig astma en een kinderwens heeft willen zeggen, bespreek het altijd met je longarts. Voor mij verliep dat heel goed, fijn om op een lijn te zitten. En ben je dan zwanger, neem snel contact op met een verloskundige zodat die je, wanneer dat nodig is, kan doorverwijzen naar de gynaecoloog om ervoor te zorgen dat je de juiste begeleiding krijgt."