

Leven voelen

Deze folder geeft u meer informatie over 'leven voelen'. Leven voelen betekent dat u uw baby voelt bewegen in uw buik.

De eerste keer

De meeste vrouwen die voor het eerst zwanger zijn, voelen hun baby bewegen vanaf 20 -24 weken. Bij een tweede of volgende zwangerschap is dit meestal tussen de 16 -20 weken, omdat het gevoel al bekend voor u is. De eerste bewegingen voelen als 'borrelen', 'plopjes' of gekriebel in uw buik. Elke vrouw beschrijft dit weer anders. Naarmate de zwangerschap vordert, worden de bewegingen krachtiger, frequenter en meer herkenbaar. In de laatste drie maanden van uw zwangerschap moet u elke dag uw baby voelen bewegen. U komt er achter dat uw baby meestal een eigen ritme heeft, u voelt bewegingen vaak op een vast tijdstip. Er zijn drukke en rustige baby's. Als een drukke baby opeens rustig wordt, moet u contact opnemen met degene die uw zwangerschap controleert. Dikwijls wordt de baby actief of zijn bewegingen beter waarneembaar als u zich ontspant.

Tijdens de zwangerschap

Tijdens de zwangerschapscontroles houdt de verloskundige de huisarts of de gynaecoloog de groei en conditie van de baby in de gaten. Vanaf ongeveer 24 weken wordt bij elke controle gevraagd of u de baby voelt bewegen. Ondanks dat de verloskundige, de huisarts of gynaecoloog u en de baby controleert, ken u als moeder uw baby het beste. Wat normaal is, is per persoon en per zwangerschap verschillend en afhankelijk van verschillende factoren. Hierbij spelen de zwangerschapsduur, ervaringen met een eventueel voorgaande zwangerschap(pen), de mate van uw lichamelijke activiteit, de hoeveelheid vruchtwater en de positie van uw baby en de placenta een rol.

Wat zegt goed leven voelen over de conditie van uw baby?

Doordat baby's meestal op vaste tijdstippen bewegen, merken vrouwen het als dat patroon verandert. In de eerste weken van de zwangerschap ontwikkelt de placenta zich. De placenta bevindt zich in de baarmoeder en is met de baby verbonden door de navelstreng. De placenta zorgt ervoor dat voedingsstoffen en zuurstof van de moeder naar de baby vervoerd worden. Zolang de placenta goed werkt, gaat het goed met de baby en dit merkt u doordat u goed leven voelt. Als de placenta minder goed werkt, gaat de conditie van de baby achteruit en groeit de baby minder goed. In dat geval gaat de baby ook minder bewegen om energie te besparen.

Geen of minder leven voelen

Als het aantal bewegingen van uw baby minder is of het patroon van de bewegingen anders is dan u gewend bent, kan dit een teken zijn dat de conditie van de baby minder goed is. Als u twijfelt kan het helpen om rustig te gaan liggen of zitten en u op uw baby te concentreren. U kunt uw baby stimuleren door wat druk te geven tegen de zijkant van uw buik. Een reactie van uw baby is een gunstig teken. U kunt het dan enige uren aanzien. Als u blijft twifelen of de baby goed beweegt, belt u de verloskundige, huisarts of gynaecoloog. Neem in ieder geval contact op als u 24 uur veel minder voelt bewegen of 12 uur helemaal niet, om in te schatten of verder onderzoek nodig is. Als verder onderzoek nodig is, wordt u doorverwezen naar het ziekenhuis voor een CTG (hartfilmpje van de baby). Hiervoor ligt u ongeveer een half uur aan een monitor zodat de hartslag van de baby constant geregistreerd wordt. Ook kan er

Leven voelen

besloten worden om een echo te maken om onder andere de groei van de baby en de hoeveelheid vruchtwater te beoordelen. De gynaecoloog of de klinisch verloskundige beoordeelt nadien of het onderzoek herhaald moet worden. Als alle uitslagen van de onderzoeken goed zijn moet u opletend blijven. Als u weer minder leven voelt, neem dan contact op met de verloskundige, huisarts of gynaecoloog.