



Geneesmiddelen bij zwangerschap en borstvoeding

Geneesmiddelen en zwangerschap

Enige tientallen jaren geleden dacht men nog dat ongeboren kinderen in de baarmoeder goed beschermd waren tegen schadelijke invloed van buitenaf. Men dacht namelijk dat schadelijke stoffen niet door de placenta heen zouden komen. In het begin van de jaren zestig werden echter onverwacht veel kinderen geboren met een zeldzame ernstige afwijking aan armen en benen. De oorzaak hiervan was dat de moeders van deze kinderen in de eerste twee maanden van hun zwangerschap Softenon hadden gebruikt. Toen werd duidelijk dat geneesmiddelen en ook andere stoffen wel degelijk door de placenta heen in de vrucht konden komen. Hierna is men dan ook veel voorzichtiger geworden met het voorschrijven van geneesmiddelen tijdens de zwangerschap.

In deze folder vertellen we u wat meer over de ontwikkeling van de ongeboren baby de invloed van geneesmiddelen en andere stoffen daarop en over het gebruik van geneesmiddelen tijdens de periode dat u borstvoeding geeft.

Ontwikkeling van de ongeboren baby

Bij de ontwikkeling van de ongeboren baby zijn vier perioden te onderscheiden: de drie maanden vóór de bevruchting, het ontstaan van het embryo, de ontwikkeling en de groei.

Fase 1: *de drie maanden vóór de bevruchting*

In deze drie maanden ontwikkelen zich bij de vrouw de eicel en bij de man de zaadcel waaruit later de vrucht zal ontstaan. Het is dan ook goed al in deze periode “verstandig te leven”. Dus tijdig stoppen met de pil en tijdelijk overgaan op andere anticonceptie, stoppen met roken en het drinken van alcohol en zo mogelijk geen geneesmiddelen gebruiken. Eet gezond, dus gevarieerd. Zorg voor maaltijden die rijk zijn aan vezelstoffen en gebruik vet en zout met mate. Overleg met uw arts of apotheker als u geneesmiddelen gebruikt. Als u geneesmiddelen moet blijven gebruiken kan het bijvoorbeeld nodig zijn over te schakelen op een ander geneesmiddel.

Gebruik elke dag 1 tablet foliumzuur. Begin er direct mee als u stopt met de pil of een ander voorbehoedmiddel. Dus: zodra u zwanger wilt worden.

Fase 2: *het ontstaan van het embryo*

Bij de bevruchting versmelten een eicel en een zaadcel. Dit gebeurt in de eileider meestal ongeveer 14 dagen na de eerste dag van de laatste menstruatie. (De eerste dag van de laatste

menstruatie wordt beschouwd als de eerste dag van de zwangerschap.) Zes tot zeven dagen na de bevruchting nestelt de vrucht zich in de wand van de baarmoeder en ontwikkelt zich daar verder tot een embryo.

In deze periode is de vrouw nog niet “over tijd” en weet zij dus nog niet dat zij zwanger is. De vrucht is dan al wel kwetsbaar. Als er iets fout gaat bij de bevruchting of hij de eerste celdelingen sterft de vrucht meestal vanzelf binnen één tot twee weken af. Als de celdeling toch doorgaat kan een baby worden geboren met een aangeboren afwijking.

Fase 3: de ontwikkeling van het embryo

Deze fase loopt van de derde tot de twaalfde week van de zwangerschap. In deze periode worden alle lichaamsdelen, organen, zenuwstelsel en hersenen gevormd. Rond de negende week is het embryo twee cm lang en weegt het één gram.

Het embryo is in deze periode zeer gevoelig voor schadelijke stoffen. Als het embryo in deze periode beschadigd wordt, kan het afsterven of kunnen aangeboren afwijkingen ontstaan.

Fase 4: de groei van de foetus

De groeifase loopt van de twaalfde tot de veertigste week van de zwangerschap. Tussen de twaalfde en de zestiende week groeit de foetus (want zo heet het na de twaalfde week) in een enorm tempo tot de zestiende week. Hierna gaat het wat minder snel. Aan het einde van de zestiende week is de foetus twintig tot vijfentwintig cm lang. Het gewicht is dan nog maar 170 gram. Het ongeboren kind is in deze fase minder gevoelig voor schadelijke stoffen dan in de derde fase, waardoor afsterven van de foetus niet zo vaak zal komen. Toch kunnen bepaalde stoffen de groei van het kind vertragen of organen of het zenuwstelsel beschadigen.

Zijn alle geneesmiddelen schadelijk?

Niet alle geneesmiddelen zijn schadelijk voor het ongeboren kind. Van een beperkt aantal middelen is bekend dat ze zonder problemen gebruikt kunnen worden. Zo kunt u als u eens hoofdpijn hebt zonder probleem paracetamol (in tablet, capsule of zetpil) gebruiken. Als u last hebt van brandend maagzuur kunt u maagzuurbindende drank met algeldraat en magnesiumhydroxide gebruiken en bij verstopping lactulosestroop.

Van een aantal geneesmiddelen staat vast dat ze schadelijk zijn. Maar van de grootste groep geneesmiddelen is (nog) niet bekend welke invloed ze op de vrucht hebben. In de bijsluiting staat dan dat er onvoldoende gegevens bekend zijn om te beoordelen of het geneesmiddel schadelijk is. Uw arts zal u een dergelijk middel alleen voorschrijven als u dat echt nodig hebt. Als u vragen hebt over de geneesmiddelen die u gebruikt, kunt u die altijd stellen aan uw apotheker of arts.

Let op!

Vrij verkrijgbare middelen zoals pijnstillers, laxeermiddelen, hoestmiddelen en vitamines zijn geneesmiddelen en kunnen dus ook schadelijk zijn voor het ongeboren kind. Dit geldt overigens ook voor alternatieve geneesmiddelen en kruidenmengsels. Als u dit soort middelen wilt gebruiken tijdens uw zwangerschap, overleg dan altijd eerst met uw apotheker, arts of verloskundige.

Foliumzuur verhoogt de kans op een gezonde baby

Foliumzuur is een vitamine die al in het prille begin van de zwangerschap bijdraagt aan de ontwikkeling van het zenuwstelsel.

In de eerste vier weken ontwikkelt zich de neurale buis. Hieruit ontstaan later de hersenen en het ruggenmerg. Meestal gaat dat goed, maar in 1 op de 700 gevallen ontstaat een aangeboren afwijking die neurale-buisdefect (NBD) genoemd wordt. Dit kan leiden tot een open ruggetje of open schedeltje. Onderzoek heeft aangetoond dat door het gebruik van foliumzuur voor en tijdens de zwangerschap de kans op een neurale-buisdefect met meer dan 50 procent afneemt.

Foliumzuur komt voor in voeding en heeft geen schadelijke effecten voor moeder en kind. Normaal gesproken krijgt iedereen die gevarieerd eet er voldoende van binnen. Maar aan het begin van de zwangerschap heeft het lichaam extra foliumzuur nodig. Eén tablet met 0.4 of 0.5 mg foliumzuur per dag is voldoende. Omdat de eerste dag na de bevruchting moeilijk of niet te bepalen is, wordt geadviseerd te beginnen met foliumzuurtabletten zodra u zwanger wilt worden. Blijf de tabletten gebruiken, ook als het maanden, een jaar of nog langer duurt voor u werkelijk zwanger bent. Na acht weken zwangerschap is het niet meer nodig om foliumzuur te gebruiken. Raadpleeg eerst uw huisarts als u al eerder een baby met een neurale-buisdefect hebt gekregen.

Wat is het effect van alcohol en roken?

Het drinken van alcohol kan schade veroorzaken tijdens de ontwikkeling van het embryo. Ook de aanleg van het centrale zenuwstelsel kan verstoord worden. Een zwangere vrouw die regelmatig drinkt, loopt een groter risico dat haar kind te vroeg geboren wordt. Wie enkele glazen per dag drinkt, heeft kans een kind te krijgen met een foetaal alcoholyndroom. Het kind heeft dan afwijkingen in het gezicht en is geestelijk achter.

Door roken komen nicotine en koolmonoxide in uw bloedsomloop en dus ook in die van de vrucht. Nicotine vernauwt de bloedvaten en door koolmonoxide kan het bloed minder zuurstof vervoeren naar de vrucht. Baby's van rokende moeders zijn daardoor naar verhouding kleiner en hebben een kleiner hoofdje. Het geboortegewicht is gemiddeld 200 gram lager.

Wat moet u doen als u zwanger bent?

Als u geneesmiddelen gebruikt, vraag dan aan uw arts of u deze geneesmiddelen kunt blijven gebruiken (als u dit nog niet gedaan hebt vóór u zwanger werd). Vertel uw verloskundige, huisarts of gynaecoloog welke geneesmiddelen of vrij verkrijgbare middelen u gebruikt.

Geef aan uw apotheker door dat u zwanger bent als u geneesmiddelen gebruikt of gaat gebruiken. Stuur een geboortekaartje aan uw apotheker zodat hij u kan adviseren in de volgende fase.

Geneesmiddelen en borstvoeding

Geneesmiddelen kunnen overgaan in de moedermelk en ze in het lichaam van uw baby terechtkomen. Uw baby heeft het geneesmiddel niet nodig, maar het geneesmiddel werkt wel en kan ook bijwerkingen hebben bij uw baby.

De lever en nieren zijn bij baby's pas na een half jaar volgroeid. Daardoor kan het lichaam van uw pasgeboren baby geneesmiddelen nog niet goed verwerken en uit het lichaam verwijderen. Geneesmiddelen blijven daardoor langer in het lichaam van uw baby. Dit geldt niet alleen voor geneesmiddelen, maar ook voor alcohol en voor nicotine.

Van een beperkt aantal geneesmiddelen is bekend dat u ze zonder bezwaar kunt gebruiken als u borstvoeding geeft. Dat kan komen doordat het middel niet overgaat in de moedermelk of doordat er zo weinig overgaat in de

moedermelk dat er geen kans is op een effect op de baby. Van een aantal middelen staat vast dat ze schadelijk kunnen zijn voor uw baby als u borstvoeding geeft. Als u zo'n geneesmiddel gebruikt, zal uw arts eerst kijken of u een ander niet schadelijk middel kunt gebruiken. Is dit niet mogelijk en moet u het schadelijke middel korte tijd gebruiken dan zult u meestal het advies krijgen de borstvoeding enige tijd te onderbreken. Als u zo'n middel langere tijd moet gebruiken, zult u het advies krijgen de borstvoeding te staken.

Van de grootste groep geneesmiddelen is echter niet bekend of ze schadelijk kunnen zijn. Uw arts zal dan moeten afwegen of het verstandig is borstvoeding te geven.

Vitamine K

Vitamine K is een van de vitamines. Het zit in groenten, zoals spinazie, tomaten en een aantal koolsoorten. Ook wordt het door bepaalde bacteriën in de darm gemaakt. Vitamine K is nodig voor een goede stolling van het bloed. Een tekort aan dit vitamine kan leiden tot spontane bloedingen. Bijvoorbeeld bloed in de urine, bloedingen onder de huid of in ernstige gevallen bloedingen in maag en darmen of in de hersenen. Een zuigeling kan nog geen vitamine K in zijn darmen maken. Daarom krijgt elke pasgeborene van de arts of verloskundige vitamine K. In flesvoeding zit vitamine K, dus als uw baby na de geboorte flesvoeding krijgt, is er niets aan de hand. Borstvoeding bevat echter te weinig vitamine K. Om problemen te voorkomen kunt u uw zuigeling elke dag een kleine hoeveelheid vitamine K geven. Rond het einde van de derde maand krijgt de baby bijvoeding en kan de darm zelf vitamine K maken. Extra vitamine K is dan niet meer nodig. Als de baby zowel borst- als flesvoeding krijgt, is extra vitamine K niet nodig als u meer dan 400 ml flesvoeding per dag geeft.

Belangrijk om te weten

- Gebruik als u -zwanger wilt worden
-zwanger bent
-borstvoeding geeft
alleen een geneesmiddel na overleg met uw arts of apotheker.
- Ook vrij verkrijgbare geneesmiddelen, alternatieve middelen en kruidenmengsels kunnen schadelijk zijn voor het ongeboren kind en de zuigeling.
- Gebruik foliumzuur vóór en in de eerste acht weken van de zwangerschap. Begin er direct mee als u stopt met de pil of een ander voorbehoedmiddel. Dus: zodra u zwanger wilt worden.
- Rook niet en gebruik zo min mogelijk alcohol tijdens de zwangerschap en als u borstvoeding geeft.
- Krijgt uw zuigeling (bijna) alleen borstvoeding geef dan de eerste drie maanden elke dag vitamine K.