

U bent verwezen naar de POP-poli. In deze folder leggen we uit wat dit inhoudt.

Wat is de POP-poli

POP is de afkorting van Psychiatrie, Obstetrie (verloskunde) en Pediatrie (kindergeneeskunde). De POP-poli biedt hulp aan vrouwen met psychische klachten voor, tijdens en/of na de zwangerschap. De POP-poli is een samenwerkingsverband tussen de gynaecoloog en kinderarts van het Maasziekenhuis Pantēin en de psychiater, regieverpleegkundige van GGZ Oost Brabant.

Door nauw samen te werken bieden we zo de zorg die het beste bij jou past.

In de POP-poli behandelen we de psychische klachten en bieden we ondersteunende begeleiding en, als het nodig is, geven we psychotherapie of medicatie. Wij geven voorlichting en begeleiding rond de zwangerschap, de bevalling en de kraamtijd. Indien nodig kunt u ook ondersteuning en begeleiding thuis krijgen.

Wij geven tevens advies wanneer u een zwangerschapswens heeft en al langer bestaande psychische klachten hebt en/of medicatie gebruikt. Wij staan dan uitgebreid stil bij de zwangerschap en het medicatiegebruik en het opvoeden en verzorgen van een kind.

Waarom een POP-poli?

Zwanger zijn en een kind krijgen zijn grote gebeurtenissen in het leven van aanstaande ouders. Er zijn vrouwen die niet kunnen genieten van de zwangerschap, angstig zijn of zelfs in de war raken. Er zijn ook vrouwen die al in behandeling zijn voor psychiatrische klachten en graag zwanger willen worden, maar zich afvragen of dit wel kan.

Ook vrouwen met psychiatrische klachten willen graag een zo goed mogelijke zwangerschap, bevalling en kraamtijd. Er is dan vaak extra aandacht nodig voor het opbouwen van een goede band tussen u, als (aanstaande) ouders en de baby.

Voor wie is de POP-poli bedoeld?

U komt in aanmerking voor de POP-poli als u zwanger bent of graag zwanger wilt worden en:

- Een psychische aandoening (in de voorgeschiedenis) hebt
- Medicatie gebruikt tegen angst, depressie of verwardheid
- In een vorige zwangerschap of na de bevalling psychische problemen hebt gehad zoals depressie, psychose of PTSS (posttraumatische stres stoornis)
- U verslaafd bent aan alcohol, drugs en/of medicatie
- U leeft in moeilijke sociale omstandigheden
- U een verstandelijke beperking hebt
- U zelf nog tiener bent.

Het behandelteam van de POP-poli

Het specialistisch behandelteam bestaat uit de volgende hulpverleners: de regieverpleegkundige GGZ, de psychiater, de gynaecoloog en de kinderarts. Zo nodig sluit er een verpleegkundig specialist verslavingszorg van Novadic-Kentron bij het team aan.

Regieverpleegkundige GGZ

Wanneer u wordt verwezen naar de POP-poli, krijgt u eerst een intakegesprek met de regieverpleegkundige GGZ. De regieverpleegkundige GGZ begeleidt u, in afstemming met de psychiater, wanneer u medicatie nodig heeft voor uw psychische klachten. Als het mogelijk is, wordt die medicatie in de zwangerschap afgebouwd. In het kraambed start de medicatie zo nodig opnieuw. In veel gevallen is het ook met medicatie mogelijk om borstvoeding te geven. Of dit wel of niet kan, wordt voor de bevalling met u besproken.

Psychiater

Na de intake wordt er dezelfde middag in een gezamenlijk overleg met o.a. de psychiater bekeken of deze extra betrokken moet worden. Dit kan bij:

- Al bekende psychiatrische problemen of een vermoeden daarvan
- Ernstige psychische problemen tijdens het kraambed (zoals b.v. een kraambedpsychose)
- Dreigende depressie (stemmingsstoornis) en/of angst tijdens de zwangerschap of na de bevalling
- Zaken die het risico op problemen vergroten, zoals relatieproblemen, psychiatrische ziekte in de familie, een overleden kind, enzovoort
- Gebruik van angst remmende medicijnen.

Gynaecoloog

Bij de intake krijgt u ook een gesprek met de gynaecoloog. Deze bespreekt met u uw gezondheid en maakt een inschatting of er risico's aan een eventuele zwangerschap verbonden zijn. Deze zal u ook kunnen adviseren of u bij een verloskundige of bij een gynaecoloog onder controle dient te zijn in de zwangerschap. Vaak is ook een gezamenlijke zorg mogelijk waarbij u voor een aantal afspraken bij de gynaecoloog komt en verder gewoon bij de eigen verloskundige.

Kinderarts

Ook de kinderarts is aanwezig bij de nabespreking na uw intakegesprek. Soms is het nodig dat de baby na de geboorte extra zorg krijgt. De kinderarts kan vertellen wat de behandeling en zorg voor uw baby inhouden. Wanneer u angstremmende medicijnen en/of antidepressiva gebruikt tijdens de zwangerschap, onderzoekt de kinderarts de baby na de bevalling op eventuele gevolgen van dit medicijngebruik. Daarnaast heeft de kinderarts kennis van het sociale netwerk in de regio.

Het traject

Eerste afspraak

Op de eerste afspraak op de POP-poli krijgt u een gesprek met de gynaecoloog en daarna met de regieverpleegkundige GGZ. In het totaal duurt dit ongeveer een uur. Zij brengen uw gezondheid in kaart en vragen naar uw persoonlijke omstandigheden en klachten die te maken hebben met uw kinderwens of zwangerschap. Het spreekuur vindt plaats op de polikliniek gynaecologie (routenummer 105).

Overleg tussen zorgverleners

Na uw eerste afspraak overleggen de zorgverleners van de POP-poli met elkaar welke vorm van begeleiding het beste bij uw situatie past. Hieruit volgt een advies over behandel- en begeleidingsmogelijkheden en medicijngebruik voor de periode van vóór de zwangerschap tot en met de periode na de bevalling. Hoe lang de periode van begeleiding is hangt af van de situatie waarin u en uw gezin zich bevinden.

Het advies

Na ongeveer één week wordt u telefonisch op de hoogte gebracht van wat besproken is in het overleg tussen de betrokken zorgverleners van de POP-poli en krijgt u een advies voor het vervolg. Uw huisarts, en eventueel overige betrokken hulpverleners en de verloskundige worden ook van het advies op de hoogte gebracht als u hiertegen geen bezwaar heeft. Ook u als patiënt ontvangt van dit advies een brief. Op deze manier zijn alle direct betrokken zorgverleners op de hoogte van uw afspraken over uw zwangerschap, de bevalling en de nazorg.

Het doel van de behandeling is het voorkómen van psychiatrische problemen of te zorgen dat deze niet verergeren. Daarnaast is de behandeling gericht op het verkrijgen van een goede moeder-kind binding. Ook in sociaal moeilijke situaties kunnen wij kijken hoe u het beste begeleid kan worden.

Wat kost een afspraak op de POP-poli?

Voor het intakegesprek, de afspraak bij de gynaecoloog en eventueel kinderarts geldt geen eigen bijdrage. Let wel: Als er extra psychologische of psychiatrische zorg nodig is worden de kosten in de meeste gevallen vergoed door uw zorgverzekeraar. De rekening gaat in de meeste gevallen rechtstreeks naar de instantie die deze vergoedt. Bij de zorgverzekeraar vindt eventueel verrekening plaats met uw eigen risico. U ontvangt de rekening van het eigen risico van de

verzekeraar. Vraag na bij uw zorgverzekeraar of uw behandeling wordt vergoed en naar de voorwaarden voor vergoedingen. Zo voorkomt u verrassingen. Houdt u er rekening mee dat het eigen risico/eigen bijdrage tot 1,5 jaar na de start van behandeling in rekening kan worden gebracht.

Websites

Meer informatie is te vinden op:

- Psychiatrie en zwangerschap:
 - www.lkpz.nl (landelijk kenniscentrum voor psychiatrie en zwangerschap met o.a. een zelftest of er sprake is van psychiatrische problematiek)
 - www.kenniscentrumpsychoologie.nl
- Vragen over zwangerschap:
 - www.geboortezorgboxmeer.nl
- Zwangerschapsklachten:
 - www.allesoverkinderen.nl/ne_zwangerschapskwaaltjes.htm
 - www.allesoverkinderen.nl/ne_enorm_misselijk.htm
- POP-expertisecentrum:
 - <https://www.olvg.nl/pop-expertisecentrum>

Meer informatie?

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de Polikliniek Gynaecologie.

De poli is op werkdagen tussen 8.30 en 16.30 telefonisch bereikbaar.

Het telefoonnummer is 0485 - 84 55 60.