

## Cliënteninformatie ten behoeve van keuze voor gebruik van aspirine in de zwangerschap

Als u deze folder te lezen krijgt, bent u er door uw verloskundig zorgverlener op gewezen dat u ervoor kunt kiezen om aspirine te gebruiken tijdens uw zwangerschap. In deze folder wordt uitgelegd waarom u daarvoor in aanmerking komt en wat aspirine voor u kan betekenen.

### Waarom

Dagelijks gebruik van aspirine wordt aangeraden aan sommige zwangere vrouwen om ervoor te zorgen dat er minder snel pre-eclampsie (hoge bloeddruk met 'zwangerschapsvergiftiging') of een groeivertraging bij het ongeboren kindje optreedt.

### Voor wie?

Vrouwen die in aanmerking komen voor aspirinegebruik, worden in twee groepen ingedeeld: Vrouwen met een *hogere kans* en vrouwen met een *iets hogere kans* op pre-eclampsie en groeivertraging.

Wanneer één van onderstaande situaties op u van toepassing is, heeft u een *hogere kans*:

- Een ernstige hoge bloeddruk in een eerdere zwangerschap
- Een in groei vertraagd kindje in een eerdere zwangerschap
- Een gestorven kindje in een eerdere zwangerschap zonder bekende oorzaak
- Een hoge bloeddruk of diabetes die al bestond vóór de zwangerschap
- Nierproblemen of bepaalde auto-immuunziekten

Wanneer twee of meer van onderstaande situaties op u van toepassing zijn, heeft u een *iets hogere kans*:

- Eerste zwangerschap
- 40 jaar of ouder
- 10 jaar of meer tussen twee zwangerschappen in
- Meerlingzwangerschap
- Zus en/of moeder heeft pre-eclampsie gehad
- Zwangerschap na eiceldonatie
- Een BMI van 35 of meer

### Hoe werkt aspirine?

De werking van aspirine begint al vroeg in de zwangerschap en heeft te maken met de bloedvaten die in de placenta zorgen voor de toevoer van voedingsstoffen naar uw kindje. Bij pre-eclampsie en groeivertraging is de doorstroming in deze bloedvaten vaak verminderd. Aspirine heeft een positief effect op de doorstroming in de bloedvaten en vermindert daardoor de kans op pre-eclampsie en groeivertraging.

### Wat zijn de cijfers?

Voor vrouwen met een *hogere kans* op pre-eclampsie en groeivertraging, is de werking van aspirine groter dan voor vrouwen met een *iets hogere kans*. Bij gebruik van aspirine is de kans op bepaalde complicaties lager. Dit is ten opzichte van vrouwen die dezelfde kansen hebben, maar geen aspirine gebruiken.

Bij vrouwen met een *hogere kans*, zorgt aspirine voor een lagere kans op een hoge bloeddruk (46% lager), pre-eclampsie (25% lager), vroeggeboorte (11% lager), sterfte bij het kindje (31% lager) en groeivertraging (11% lager).

Bij vrouwen met een *iets hogere kans*, zorgt aspirine voor een lagere kans op pre-eclampsie (14% lager), vroeggeboorte (7% lager) en groeivertraging (9% lager).

### Wanneer mag u geen aspirine gebruiken?

Er kunnen bepaalde redenen zijn waarom u geen aspirine mag gebruiken. Uw verloskundig zorgverlener zal deze redenen altijd met u overlopen. Deze redenen zijn als volgt:

- Indien aspirine bij u een astma-aanval of neiging tot flauwvallen uit kan lokken of u op ander wijze overgevoelig bent voor aspirine
- Indien u een hersenbloeding heeft gehad
- Indien u bij eerder gebruik maagklachten en maagpijn heeft gehad
- Indien u een maag- of darmzweer heeft (gehad)
- Indien u een chronische darmontsteking heeft, zoals de ziekte van Crohn of colitis ulcerosa
- Indien u een versterkte bloedingsneiging of stollingsstoornis heeft
- Indien u ernstig hart-, lever- of nierfalen heeft (gehad)

### Bijwerkingen

Het gebruik van aspirine in de zwangerschap is bij juist gebruik veilig voor moeder en kind. De bijwerkingen zijn zeer zeldzaam. Er kunnen soms wel overgevoeligheidsverschijnselen of allergieën optreden, wondjes kunnen iets langer bloeden en soms treden er maagklachten op. Informeer uw verloskundige/gynaecoloog bij het vermoeden van bijwerkingen.

### Wat moet u doen?

Omdat de werking van aspirine al zo vroeg in de zwangerschap begint, is het belangrijk om met aspirine te starten tussen 12 en 16 weken zwangerschap. Als u later begint, heeft het geen effect meer. Bij het innemen van aspirine moet u op het volgende letten:

- Neem elke dag één keer 80-100 mg aspirine (Acetylsalicylzuur) in
- Neem het tabletje in vlak voor het slapen gaan
- Gebruik het niet meer als u 36 weken zwanger bent en daarna
- Indien u na het gesprek met uw verloskundig zorgverlener er voor kiest om aspirine tijdens de zwangerschap te gebruiken, dan krijgt u van uw verloskundig zorgverlener uitleg over hoe u aspirine kunt verkrijgen

### Overige preventieve maatregelen

Voor elke zwangere geldt het advies om 1 gram (1000 milligram) **calcium** (kalk) per dag in te nemen. 1 gram betekent 5 glazen melk of vergelijkbare zuivelproducten per dag. Indien u weinig tot geen zuivelproducten eet of drinkt wordt aangeraden om tijdens de zwangerschap meer calcium in te nemen via de voeding, of via calciumtabletten.

Om calcium goed op te nemen heeft uw lichaam **vitamine D** nodig. Voldoende vitamine D is daarom belangrijk. Voor zwangere vrouwen geldt het advies om via druppels of vitaminepillen elke dag 10 microgram vitamine D in te nemen.

Voldoende inname van calcium en vitamine D tijdens de zwangerschap is belangrijk voor de groei van uw kindje. Tevens verkleint het bij u de kans op het krijgen van een hoge bloeddruk of pre-eclampsie. U kunt op [www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl) bekijken of uw calcium inname voldoende is.

In het algemeen is een gezonde levensstijl met gezonde voeding en voldoende beweging van belang voor het goed verlopen van de zwangerschap.

