



# Thuismonitoring zwangerschap

Verloskunde

# Inhoudsopgave

Pagina

Thuismonitoring zwangerschap.....	3
Intake.....	3
Thuiscontroles.....	3
Terugkomdag .....	4
Cardiotocogram (CTG).....	4
Bloeddruk meten.....	5
Rust.....	6
Het Centrum voor Geboortezorg.....	7
Wanneer neem je contact op?.....	7
Vragen.....	8

## **Thuismonitoring zwangerschap**

Je bent opgenomen in het Centrum voor Geboortezorg omdat je, in verband met de zwangerschap, dagelijks of meerdere keren per week gecontroleerd moet worden. In jouw geval kan deze controle ook thuis gebeuren. Dat heeft voor als voordeel dat je niet langdurig van huis hoeft te zijn.

### **Intake**

Voordat je de thuismonitoring in gaat krijg je een intake.

Deze intake wordt gedaan door een gespecialiseerd O&G-verpleegkundige (hierna verder verpleegkundige genoemd).

Deze O&G-verpleegkundige heeft naast de opleiding tot algemeen verpleegkundige een aanvullende opleiding afgerond en is gespecialiseerd om zwangeren, barenden en kraamvrouwen met hun baby's te begeleiden. Zij werken in nauw contact samen met de klinisch verloskundige en gynaecoloog.

De verpleegkundige informeert en instrueert je over de thuismonitoring en over de voorschriften aangaande de bediening van de apparatuur, eventuele bedrust, dieet en het zelf opnemen van de bloeddruk en/of temperatuur. Tijdens de intake wordt er een CTG gemaakt met de Sense4baby apparatuur zodat je direct onder begeleiding zelf kan oefenen met aansluiten. Voorwaarde voor thuismonitoring is dat je ALTIJD iemand in je omgeving hebt die je, op ieder moment van de dag, naar het ziekenhuis kan brengen indien dit nodig is.

### **Thuiscontroles**

Er wordt met je afgesproken om tussen 7.30-10.30 uur een CTG te maken met de Sense4baby apparatuur. Wij vragen je ook om notities te maken hoe je je voelt en of je de baby goed voelt bewegen. Soms zijn er extra afspraken gemaakt om bijv. de bloeddruk te noteren.

Het CTG met notities dient vóór 10.30 uur verzonden te zijn.

Tussen 10.30-12.30 uur controleert de verpleegkundige of het CTG juist is binnengekomen. Hierna wordt je gebeld of via Skype om met je door te spreken hoe je je voelt en of je de baby voldoende voelt bewegen. Tijdens dit gesprek kun je vragen stellen en laten beantwoorden.

Nadat de verpleegkundige je gesproken heeft, heeft zij overleg met de

dienstdoende gynaecoloog. Deze beoordeelt je CTG en controles en past, indien nodig, het beleid aan.

Je wordt alleen teruggebeld indien er iets in het beleid wijzigt.

In uitzonderlijke gevallen zal je gebeld worden om thuis of in het ziekenhuis nogmaals een CTG te (laten) maken.

Als je een afspraak hebt om dagelijks CTG te maken dan moet dit ook in het weekend.

Afhankelijk van jouw indicatie wordt mogelijk ook 1-2 x per week je urine nagekeken door het laboratorium van het Dijklander Ziekenhuis. Het is ook mogelijk dat aan je gevraagd wordt om zelf je bloeddruk en/of temperatuur 3 x per dag te meten.

## Terugkomdag

De terugkomdag voor patiënten in de thuismonitoring is een keer per week. Dan bezoek je de gynaecoloog op de poli in het Dijklanderziekenhuis in Hoorn. De verpleegkundige spreekt een tijd met je af. Je maakt voor je bezoek een CTG en stuurt deze in. Afhankelijk van je indicatie zal je op de terugkomdag komen voor:

- Echo
- Bloedonderzoek en/of urineonderzoek
- Meten van bloeddruk, temperatuur en pols
- Beleid afspreken met de gynaecoloog
- Beantwoorden van vragen

De onderzoeken zullen aansluitend plaatsvinden. Afhankelijk van de uitslagen van de onderzoeken en de indicatie zal verder beleid afgesproken worden.

Vragen over bevalling, (borst)voeding en/of kraamperiode worden met je doorgesproken.

Neem bij **alle bezoeken** aan het ziekenhuis de koffer met Sense4Baby apparatuur en eventueel het tasje met bloeddrukmeter mee naar het ziekenhuis.

## Cardiotocogram (CTG)

Met dit onderzoek wordt het hartje van de baby en de activiteit van de baarmoeder geregistreerd. Om dit te kunnen registreren doe je twee elastieken banden om de buik waaraan knoppen voor registratie vast gemaakt kunnen worden. Je gebruikt hiervoor thuis de Sense4Baby apparatuur. Je doet hiervoor de banden om de buik

en de pulse-oxi meter op één van de vingers.

#### Op de tablet:

- “Sense4Baby” icoon aanklikken.
- Pincode invoeren.
- Toco in - uit - inpluggen. Hierdoor ijkt het apparaat.
- Puls oxo wifi signaal aanklikken.
- De tekst in het zwarte veld aanklikken.
- Sense4baby wifi signaal aanklikken.
- De tekst in het zwarte veld aanklikken.
- Hierna zal het CTG gaan lopen.
- Er loopt automatisch een stopwatch mee. Na 30 min aaneengesloten registratie is het CTG klaar.
- Notities toevoegen.
- CTG opslaan.
- CTG indienen

Het CTG wordt vanuit je huis doorgestuurd naar het ziekenhuis, zodat je CTG beoordeeld kan worden.

### **Bloeddruk meten**

Je krijgt een bloeddrukmeter mee naar huis. De verpleegkundige zal de instructies geven.

- Doe de bloeddrukband om en druk op start.
- Je bloeddruk wordt meerdere malen gemeten waarna een gemiddelde wordt geregistreerd.
- Vul de waarde in in de notities van sense4baby.

De verpleegkundige kan in het ziekenhuis deze waardes zien. Zij zal dit meenemen in het overleg met de dienstdoende gynaecoloog. Via het gesprek kun je evt. bijzonderheden melden.

## Rust

Afhankelijk van de indicatie zal je het thuis rustiger aan moeten doen. Bespreek met de gynaecoloog of verloskundige wat de adviezen zijn in jouw situatie:

- Werk: bespreek met de verloskundige of arts het advies om minder te werken of helemaal te stoppen.
- Je moet het rustig aan doen thuis. Hiermee bedoelen we dat je het grootste deel van de huishoudelijke taken overgenomen moeten worden door familie en vrienden. Zware taken zoals boodschappen tassen sjouwen worden afgeraden. Andere werkzaamheden waarbij je zwaar moet tillen of langdurig moet staan worden ook afgeraden. Tip: kijk bijvoorbeeld of je dingen zittend kan doen (bijvoorbeeld koken, was opvouwen).
- Bewegen: bespreek met de arts of verloskundige hoeveel je mag blijven bewegen. Voor elke zwangere is het belangrijk om niet te lang achter elkaar te zitten of te liggen overdag. Dus zorg dat je elk uur wel even loopt in huis. Haal bijvoorbeeld een kopje thee. Als je het advies krijgt echt rust te houden, vraag dan ook wanneer je weer meer mag gaan bewegen. Mag je blijven bewegen, dan is het advies om tenminste 5x per week 30 minuten te wandelen. of rustig te fietsen. Krijg je al sneller harde buiken, maak de wandelingetjes dan korter en ga vaker even de deur uit. Activiteiten zoals yoga mag je ook blijven doen.

## Het Centrum voor Geboortezorg

Je kunt dagelijks de verpleegkundige van de thuismonitoring via een direct telefoonnummer bereiken.

Maandag t/m Zondag tussen 07.15 - 15.30 u

Via telefoonnummer: **0229-208188**

Buiten bovenstaande tijden neem je contact op met het Centrum voor Geboortezorg.

Je krijgt dan een O&G-verpleegkundige aan de telefoon. Dit is vaak een verpleegkundige die geen taken heeft in de thuismonitoring. Overleg altijd eerst voordat je een CTG instuurt buiten de kantoortijden. Vertel, naast de reden van bellen, ook altijd dat je in de thuismonitoring zit.

Het Centrum voor Geboortezorg van het Dijklander Ziekenhuis is **24 uur per dag bereikbaar** op telefoonnummer: **0229 – 257 838.**

## Wanneer neem je contact op?

Indien je klachten krijgt die in relatie staan met de zwangerschap of de zwangerschap kunnen beïnvloeden, moet je dat ten alle tijden doorgeven! Je doet dat in ieder geval bij:

- Weeënactiviteit
- Vruchtwaterverlies
- Bloedverlies
- Verminderde kindsbewegingen ten opzichte van eerdere dagen
- Plotseling optredende hoofdpijnklaften
- Tintelingen in handen en/of voeten
- Pijn in de maagstreek
- Verandering van het gezichtsvermogen
- Alle onverwachte klachten die met de zwangerschap te maken zouden kunnen hebben
- Als je je zorgen maakt over de zwangerschap

Als je met dergelijke klachten contact opneemt, zal bijna altijd aan je gevraagd worden om met eigen vervoer naar de afdeling te komen. Het is verstandig om

samen met iemand naar het ziekenhuis te komen. Na onderzoek wordt besloten of je opgenomen wordt of dat je weer naar huis kunt gaan.

Voor informatie over de afdeling kraam/verloskunde verwijzen wij je naar de folder "Bevallen in het Centrum voor Geboortezorg van het Dijklander Ziekenhuis".

Voor informatie over een inleiding, pijnstilling tijdens de bevalling, keizersnede en/of borstvoeding verwijzen wij je graag naar de desbetreffende folders.

## **Vragen**

Mogelijk zullen er nog vragen zijn die niet in deze folder beantwoord worden.

Schroom niet om dit ter sprake te brengen tijdens het contact met de verpleegkundige.



## **Notities:**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





**Locatie Enkhuizen**

Molenweg 9b  
1601 SR Enkhuizen  
T. 0228 312 345

**Locatie Hoorn**

Maelsonstraat 3  
1624 NP Hoorn  
T. 0229 257 257

**Locatie Purmerend**

Waterlandlaan 250  
1441 RN Purmerend  
T. 0299 457 457

**Locatie Volendam**

Heideweg 1b  
1132 DA Volendam  
T. 0229 257 500

**Postbus 600, 1620 AR Hoorn**

[www.dijklander.nl](http://www.dijklander.nl)  
[info@dijklander.nl](mailto:info@dijklander.nl)



FLD-00951-NL 11-10-2022