

## PRECONCEPTIEZORG VOOR IEDEREEN?

M.C. Cornel

Er komt steeds meer kennis over vermijdbare risico's tijdens de zwangerschap. Een bekend voorbeeld is foliumzuur: vanaf 1993 adviseert de Nederlandse rijksoverheid aan alle vrouwen die zwanger willen worden om in de periode van 4 weken voor de conceptie tot 8 weken erna, om dagelijks een tablet foliumzuur (0,4-0,5 mg) te slikken. Hierdoor wordt het risico op neurale buisdefecten met meer dan 50% verkleind. Ook niet-roken is een evidence-based preconceptie-advies dat eigenlijk iedereen vóór de zwangerschap zou moeten bereiken.

Preconceptionele zorg voor paren met kindervens zou verschillende elementen kunnen omvatten:

1. informatievoorziening over gezondheidsbevordering rond zwangerschap in algemene zin
2. beoordelen of er verhoogde risico's zijn, en
3. specifieke zorg: laboratoriumonderzoek, medicatie, verwijzing.

De reden om preconceptionele informatievoorziening en preconceptionele zorg te willen verbeteren, is dat veel kennis over vermijdbare risico's bij zwangerschap vrouwen nu te laat bereikt. Wanneer vrouwen (paren) tijdig geïnformeerd zijn, worden zij in staat gesteld hun eigen keuzes te maken.

### **Algemeen**

Informatievoorziening naar de algemene bevolking in de periode vóór de conceptie moet verbeterd worden. Veel kennis die we hebben over vermijdbare risico's tijdens zwangerschap bereikt mensen te laat, bijvoorbeeld bij het eerste bezoek aan de verloskundige. Dit vindt vaak plaats rond een zwangerschapsduur van drie maanden. De informatie die paren vóór een zwangerschap zou moeten bereiken omvat:

- Gebruik dagelijks een tablet foliumzuur (0,4-0,5 mg) in de periode van 4 weken voor tot 8 weken na de conceptie.
- Vermijd alcohol en roken vanaf het moment dat je zwanger wilt worden.
- Als je nog niet bent ingeënt tegen rode hond, laat dat dan voor de zwangerschap doen (of laat je antistoffen controleren).
- Vermijd rauw vlees en de kattebak (toxoplasmosepreventie).

- Vermijd rauwe vis en kaas van rauwe melk (listeriapreventie).
- Vermijd lever, beperk je inname van leverproducten (teveel vitamine A).
- Vermijd saunabezoek in de eerste drie maanden van de zwangerschap.
- Als je een chronische ziekte hebt, zoals diabetes mellitus of epilepsie, overleg dan voor de zwangerschap over je risico's en eventuele veranderingen in je medicatie.
- Als er problemen waren bij een eerdere zwangerschap, bespreek dan met je vrouwenarts of dit weer kan gebeuren en of er preventieve maatregelen beschikbaar zijn.
- Als er een ernstige aandoening in je familie voorkomt, zoek dan voor je zwangerschap uit hoe het met jouw risico's staat en of er onderzoek tijdens de zwangerschap mogelijk is..
- De gevolgen van ouderschap op latere leeftijd.
- De gevolgen van ouderschap bij consanguiniteit (bijv. neef-nicht huwelijk).

Deze algemene informatie zou in folders in de eerste lijn beschikbaar kunnen zijn. Ook kan verwezen worden naar websites, zoals [www.zwangerstraks.nl](http://www.zwangerstraks.nl).

### **Verhoogde risico's?**

Wanneer een vrouw drie maanden zwanger is, wordt vaak een uitgebreide anamnese afgenomen ten aanzien van obstetrische en medische voorgeschiedenis, familieanamnese, voorgeschiedenis ten aanzien van infectieuze aandoeningen, roken, alcohol, geneesmiddelengebruik, blootstelling aan mogelijke teratogenen thuis of op het werk en voedingsgewoonten. Eigenlijk zou een dergelijke anamnese, vóór de zwangerschap afgenomen, heel nuttig zijn voor het opsporen van en eventueel het aanpassen van risico's vóór de zwangerschap. Een voorbeeld is medicatie bij een vrouw met epilepsie aanpassen, wanneer er sterke teratogene effecten van de gebruikte medicatie bekend zijn. Ook het tijdig uitzoeken van de consequenties van ernstige ziekten in de familie kan beter vóór de zwangerschap plaatsvinden, omdat dat dan zorgvuldig en in alle rust kan plaatsvinden, en omdat dan alle reproductieve keuzes nog open staan (wel of niet zwanger worden bij verhoogde risico's, wel of niet gebruik maken van bepaalde technische mogelijkheden, wel of niet prenatale diagnostiek en/of afbreken van zwangerschap).

### **Verder onderzoek of verwijzing**

In sommige situaties is laboratoriumonderzoek geïndiceerd, zoals bij een vrouw die niet is ingeënt tegen rubella (recente migrant bijvoorbeeld) en bij

wie u de antistoffentiter wilt bepalen. Ook voor erfelijke ziekten in de familie, waarbij de diagnose nog onvoldoende duidelijk was, is soms nader laboratoriumonderzoek nodig (ging het om een standaardtrisomie bij Down syndroom, of om een translocatie?).

Doorverwijzing naar een klinisch genetisch centrum (KGC) kan verstandig zijn bij ingewikkelde problemen rond erfelijkheid. Telefonisch overleg is vaak ook mogelijk, en wanneer er beslissingsproblemen zijn, kan ook dit een reden voor verwijzing naar een KGC zijn. Er zijn ook maatschappelijk werkers en psychologen aan KGC's verbonden.

Doorverwijzing bij vrouwen met een chronische ziekte kan verstandig zijn om verhoogde risico's te bespreken, zowel voor de vrouw zelf als ook voor het kind, maar ook om eventueel de medicatie aan te passen. Gedacht kan worden aan vrouwen die manisch depressief waren, en die lithium gebruiken, aan diabetes mellitus patiënten die soms scherper kunnen worden ingesteld met een insulinepompje, aan vrouwen die een niertransplantatie ondergingen, etc.

Bij reproductieve dilemma's is het begeleiden van de aanstaande ouders bij het maken van keuzes soms ook een taak voor de zorgverlener, die al in de preconceptionele fase speelt. Afwegingen kunnen dan nog in alle rust worden gemaakt, terwijl tijdens zwangerschap er vaak tijdsdruk is.

Genetische screeningstesten zullen na verloop van tijd wellicht ook deel kunnen uitmaken van het pakket van preconceptionele zorg. In Nederland is hierover wetenschappelijk onderzoek verricht (VUmc) rond preconceptionele screening op cystic fibrosis (Henneman en Poppelaars), en loopt onderzoek over een gecombineerd aanbod van CF en hemoglobinopathie-screening. Voordat dit aan implementatie in de praktijk toe is, zal de Gezondheidsraad hierover adviseren (agenda 2004). Theoretisch zouden verschillende genetische screeningstesten preconceptioneel kunnen worden aangeboden. In sommige andere landen gebeurt dat, bijvoorbeeld screening op thalassemiëdragerschap op Cyprus en screening op Tay Sachs dragerschap onder mensen van Ashkenazi Joodse afkomst in de Verenigde Staten. Onder mensen afkomstig uit het Middenlandse Zee gebied, Zuid-Oost Azië, Afrika, Suriname etc. komt dragerschap van afwijkingen in het hemoglobine, zoals sikkelcelanaemie en thalassaemie, voor bij 5-15%. In deze bevolkingsgroepen dient bij conceptie advies of tijdens de zwangerschap naast standaard bloedonderzoek ook de mogelijkheid van een Hb-elektroforese besproken te worden. Hoog risico paren, waarbij beide ouders drager zijn van een hemoglobinopathie, kunnen zo worden opgespoord en geïnformeerd over de mogelijkheid van prenatale diagnostiek.



## LITERATUUR

- de Weerd S, Steegers EAP. The past and present practices and continuing controversies of preconception care. *Community Genetics* 2002;5:50-60.
- [www.zwangerstraks.nl](http://www.zwangerstraks.nl)
- [www.erfelijkheid.nl/arts](http://www.erfelijkheid.nl/arts)
- [www.nationaalkompas.nl](http://www.nationaalkompas.nl) >Primaire preventie van erfelijke en aangeboren aandoeningen.

