

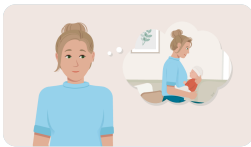


Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Kinderwens en reuma



U heeft de wens om een kind te krijgen. U heeft ook een reumatische aandoening. Bijvoorbeeld reumatoïde artritis (RA), artritis psoriatica of axiale spondyloartritis (Axiale SpA, eerder bekend als Bechterew).

Slikt u voor de reuma medicijnen? Dan is het belangrijk om hierover vroeg in gesprek te gaan met uw arts. Doe dit voordat u stopt met anticonceptie of het gebruiken van voorbehoedmiddelen.



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Door uw reuma kunt u pijn hebben aan uw spieren en gewrichten.

Wanneer u de wens heeft om zwanger te worden, is het belangrijk dat uw reuma rustig is.

Dat betekent dat u dan minder of geen klachten heeft.

Soms is het nodig om hiervoor extra medicijnen te gebruiken.

Als de reuma rustig is, is de kans groter om zwanger te worden.

Ook is de kans op problemen tijdens uw zwangerschap kleiner.

Maak daarom op tijd een afspraak met de reumatoloog.

Met de reumatoloog bespreekt u uw wens om zwanger te worden.

Bespreek daarnaast ook welke medicijnen u gebruikt.

Sommige medicijnen maken het zwanger worden namelijk lastig of zijn slecht voor de baby.

Daarom is het soms nodig om op tijd te stoppen met de medicijnen of om te veranderen van

medicijnen.

Het is belangrijk dat u nooit zelf uw medicijnen aanpast.

U wordt ook doorverwezen naar een gynaecoloog.

De gynaecoloog geeft u meer informatie over het zwanger worden en de zwangerschap.

Bespreek altijd met de reumatoloog...

en de gynaecoloog wat het beste is in uw situatie.

Vruchtbaarheid van mannen



Een reumatische aandoening bij mannen zorgt niet voor onvruchtbaarheid.

Mannen met een reumatische aandoening zijn dus gewoon vruchtbaar. Het gebruik van een medicijn zoals anti-TNF, heeft geen invloed op de kwaliteit van het sperma. In zeldzame gevallen heeft het medicijn Sulfasalazine wel invloed op de productie van het sperma. Bespreek uw kindervens altijd met uw arts.

Medicijnen

Pas niet zelf uw medicatie aan!



Bespreek u of het nodig is om te stoppen met bepaalde medicijnen. Bespreek ook of het nodig is om andere medicijnen te slikken. Pas niets zelf aan.

Methotrexaat



Bent u vrouw en gebruikt u methotrexaat? Dan is het belangrijk dat u hier op tijd mee stopt. Methotrexaat kan nog een aantal maanden in uw lichaam blijven als u bent gestopt. Zorg dat u minimaal zes maanden voordat u zwanger wordt hiermee stopt.

Leflunomide



Bent u man of vrouw en gebruikt u leflunomide? Dit kan nog twee jaar in uw lichaam blijven nadat u bent gestopt. Wilt u in die twee jaar zwanger worden? Dan kunt u een medicijn krijgen. Dat medicijn zorgt ervoor dat de leflunomide sneller uit uw lichaam verdwijnt.

Mycofenolaat mofetil



Bent u vrouw en gebruikt u mycofenolaat mofetil? Dan is het belangrijk dat u meer dan zes weken bent gestopt met het medicijn voordat u zwanger wordt.

Cyclofosfamide



Bent u man of vrouw en wilt u ooit kinderen krijgen? Begin dan niet met cyclofosfamide. Door dit medicijn kan het langer duren voordat u zwanger bent. Het medicijn kan er ook voor zorgen dat u helemaal niet zwanger wordt. Ook kan het schade geven aan uw baby.

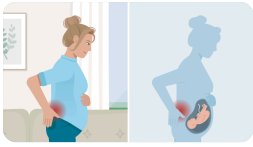
Overige reumamedicijnen



Van de overige reuma medicijnen kan een deel gebruikt worden. Van een ander deel is niet bekend wat het voor invloed het heeft op uw zwangerschap, de baby of de bevalling. Bespreek daarom altijd uw kinderwens met uw zorgverlener.

Tijdens de zwangerschap

Klachten tijdens de zwangerschap



Tijdens de zwangerschap kunnen hormoonveranderingen zorgen voor een vermindering van ontstekingen. Daardoor zijn veel vrouwen met reuma minder stijf. Door dezelfde hormoonveranderingen kunnen andere delen van het lichaam soepeler worden zoals spier- en peesaanhechtingen. Dit kan juist meer pijnklachten veroorzaken, zoals bekkeninstabiliteit.

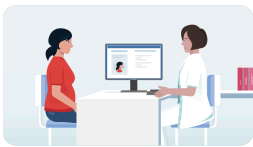
Klachten zoals rugpijn kunnen wel erger worden tijdens de zwangerschap. Dit kan veroorzaakt worden door een oppervlakkige ademhaling of door de houding van de baby in uw buik. Doe daarom zwangerschapsoefeningen. Vraag als dat nodig is advies aan uw fysiotherapeut.

Gezond leven



Zorg ervoor dat je gezond leeft tijdens de zwangerschap. Beweeg en neem rust. Het belangrijkste is dat u luistert naar uw eigen lichaam.

Vorbereiding kraamperiode



Na de bevalling veranderen uw hormonen. Ook is dit een periode waarin u vaak slecht slaapt. Beide factoren kunnen zorgen voor een opvlamming van de reuma. Hierdoor wordt de zorg voor uw baby en eventuele andere kinderen moeilijker. Het is daarom belangrijk om u voor te bereiden op deze periode.

Zorg ervoor dat uw huis goed is ingericht voordat uw baby is geboren. De verpleegkundigen en ergotherapeuten kunnen u hier meer informatie over geven.

Geboorteplan



Bespreek met uw verloskundige of gynaecoloog het plan voor de bevalling. Zo kunnen ze bij de bevalling rekening houden met uw ziekte.

De bevalling



Complicaties

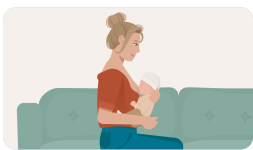
De meeste vrouwen met een reumatische aandoening kunnen bevallen zonder complicaties.

Bevallen in het ziekenhuis



Soms is het nodig dat u in het ziekenhuis bevalt. U beslist dit samen met uw gynaecoloog.

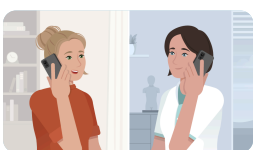
Borstvoeding



Denk na over het geven van borstvoeding. Borstvoeding is goed voor uw kind. Maar soms is het voor u belangrijker om medicatie te slikken. Sommige medicatie heeft invloed op uw borstvoeding en daarmee uw kind. Daarom is borstvoeding geven soms niet mogelijk. Dit kan een moeilijke keuze

zijn. Bespreek dit altijd met uw zorgverlener.

Ziekenhuisafspraken inplannen



Plan een afspraak bij de reumatoloog ongeveer zes weken na de uitgerekende bevaldatum. Dit is een periode waarin de reuma vaak opvlamt.

Meer informatie

Meer informatie

Wilt u meer informatie over een zwangerschap en reuma? Kijk dan op:

- [Reuma Nederland \(https://reumanederland.nl/\)](https://reumanederland.nl/).



- [Ik gebruik reuma-medicijnen en ik wil zwanger worden: Thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl/reuma-medicijnen-en-zwanger/ik-gebruik-reuma-medicijnen-en-ik-wil-zwanger-worden) (<https://www.thuisarts.nl/reuma-medicijnen-en-zwanger/ik-gebruik-reuma-medicijnen-en-ik-wil-zwanger-worden>).
- [Ik gebruik reuma-medicijnen en ik ben zwanger: Thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl/reuma-medicijnen-en-zwanger/ik-gebruik-reuma-medicijnen-en-ik-ben-zwanger) (<https://www.thuisarts.nl/reuma-medicijnen-en-zwanger/ik-gebruik-reuma-medicijnen-en-ik-ben-zwanger>).
- [Ik gebruik reuma-medicijnen \(man\) en mijn partner wil zwanger worden: Thuisarts.nl](https://www.thuisarts.nl/reuma-medicijnen-en-zwanger/ik-gebruik-reuma-medicijnen-man-en-mijn-partner-wil-zwanger-worden) (<https://www.thuisarts.nl/reuma-medicijnen-en-zwanger/ik-gebruik-reuma-medicijnen-man-en-mijn-partner-wil-zwanger-worden>).
- [Reuma.nl](http://reuma.nl/) (<http://reuma.nl/>).
- [ReumaFriesland.nl](http://reumafriesland.nl/) (<http://reumafriesland.nl/>).