



Aangaan van een zwangerschap

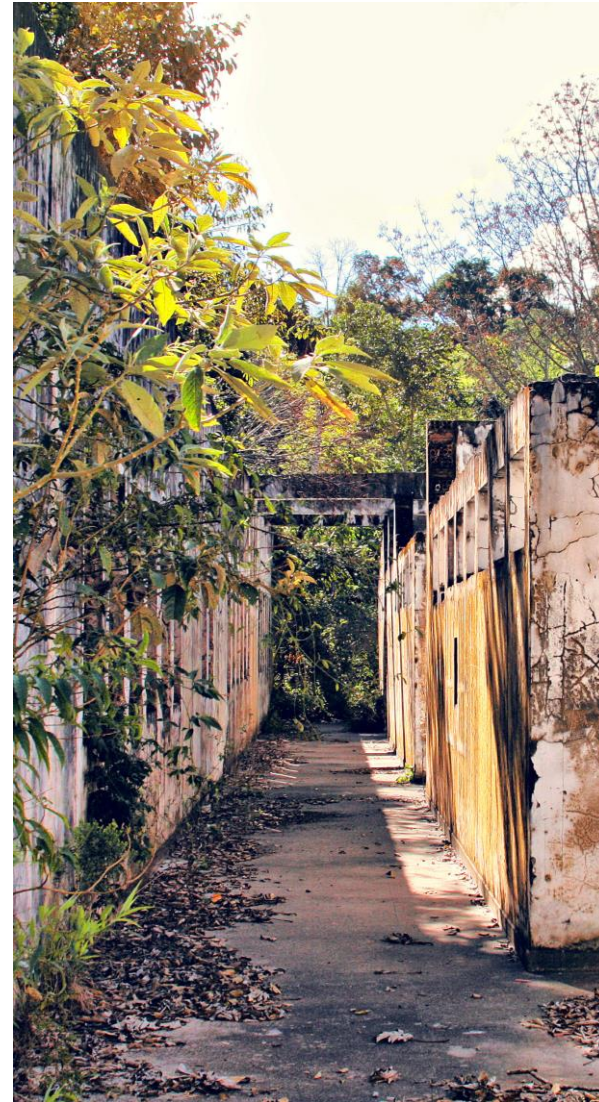
Stichting Me Mam

Programma

Welkomstwoord | Mededelingen
Over Stichting Me Mam
Introductie van het thema
Psychische problematiek
In gesprek | Uitspraak | Vragen

PAUZE

In gesprek | Vragen
POP-Polikliniek
Evaluatie | Afsluiting



Welkom en mededelingen

Alles wat tijdens deze bijeenkomst gezegd wordt, beschouwen we als vertrouwelijke informatie en wordt dus niet met anderen buiten deze bijeenkomst gedeeld.





Over Stichting Me Mam

Stichting Me Mam is in 2015 opgericht om zwangeren en pasbevallen moeders te ondersteunen die te maken hebben met psychische problematiek.

Het is een samenwerking tussen ervaringsdeskundigen en professionals en tevens gericht op zowel reguliere als complementaire zorg. Me Mam heeft als visie dat de keuze van de moeder centraal staat. Omdat niet alle moeders medische zorg nodig hebben, noemt Me Mam zich een ervaringscentrum in plaats van een patiëntenorganisatie.

In 2017 was Stichting Me Mam winnaar van de Libelle Ster Award.

Aangaan van een zwangerschap

De keuze om zwanger te raken terwijl er sprake is van een psychische aandoening kan vragen en gevoelens oproepen.

Gevoelens van twijfel, onzekerheid en angst kunnen hier ontstaan.



Psychische problematiek

De geboorte van een kind zorgt voor veel veranderingen. Niet alleen veranderingen in je lichaam, maar ook veranderingen in je leven. Gevoelens van stress kunnen dan een rol spelen, waardoor de kans op psychische problemen vergroot wordt.

De moeder kan te maken krijgen met verschillende problematiek, zoals:

- Pre- en postpartum depressie
- Kraambedpsychose
- Posttraumatische stress
- Peripartum obsessieve compulsieve stoornis
- Angst- en panieklachten



In gesprek | Uitspraak

*'Ik heb te maken (gehad) met een psychische aandoening
en durf om die reden niet (weer) zwanger te raken.'*

Herkenbaar?



In gesprek | Vragen

1. Welke argumenten spelen een rol bij de afweging?
2. Wie en wat heb ik nodig om me gesteund te voelen?
3. Welke informatie kan een hulpverlener mij geven?



Over welke argumenten gaat het?

Wat zijn voor jou argumenten om wel of geen zwangerschap aan te gaan?

Zijn deze argumenten van jezelf of van je omgeving?

Welke argumenten zijn voor jou het meest belangrijk?



~ Schrijf de antwoorden op ~



Korte pauze

Wie en wat heb ik nodig om me gesteund te voelen?

Weten jij en je partner van elkaar wat de keuze zou zijn?

Zijn er overeenkomsten en verschillen qua afweging?

Waarin zouden jullie elkaar tegemoet kunnen komen?



~ Schrijf de antwoorden op ~

Wat kan de hulpverlening hierin betekenen?



Welke informatie heb je van de hulpverlening nodig?

Hoe groot is het risico dat je (opnieuw) te maken krijgt met psychische klachten ?

Hoe kan de hulpverlening jou het beste ondersteunen?

~ Schrijf de antwoorden op ~

POP-polikliniek

De POP-poli is een consultatie- en adviespolikliniek voor (aanstaande) moeders met psychiatrische klachten voor of tijdens de zwangerschap en/of een familiale aanleg voor een bipolaire stoornis of een psychotische stoornis.

Mogelijkheden bij een POP:

- consult bij kinderwens
- begeleiding bij psychische klachten
- advies bij medicijngebruik
- klinisch kraambed
- zorg rondom de baby



Evaluatie

Welk inzicht neem je mee naar huis?



Afsluiting



Heb je nog vragen of opmerkingen?

Ben je oké?

Ga naar www.memam.nl voor informatie, hulp en inschrijven op de nieuwsbrief van Me Mam

Deze presentatie is mede mogelijk gemaakt door PATH

Interreg
2 Seas Mers Zeeën
PATH 2



Het PATH-Programma is medegefinancierd door het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling (EFRO) om projecten te ondersteunen voor de periode van 2014 tot 2022