

# Aspirine gebruiken in de zwangerschap

om de kans op zwangerschapsvergiftiging of groeivertraging te verlagen

Je hebt van jouw arts of verloskundige het advies gekregen om het medicijn acetylsalicylzuur (aspirine) te gaan gebruiken tijdens je zwangerschap. In deze folder lees je meer over dit medicijn. En waarom er wordt geadviseerd om dit in de zwangerschap te gaan gebruiken.

## Wat is acetylsalicylzuur?

Acetylsalicylzuur wordt ook wel kinderaspirine genoemd. Dit medicijn zorgt ervoor dat de bloedplaatjes in het bloed minder aan elkaar klonteren.

De arts of verloskundige heeft met je besproken dat jij een hogere kans hebt dan andere vrouwen op 1 of meer van de volgende problemen (complicaties) in de zwangerschap:

- hoge bloeddruk in de zwangerschap
- zwangerschapsvergiftiging (pre-eclampsie)
- een groeiachterstand van je baby

Uit onderzoek is gebleken dat de kans op deze complicaties kleiner wordt als je voor 16 weken zwangerschapsduur acetylsalicylzuur gaat innemen. Dit medicijn helpt om het risico te verminderen.

Ook bij het gebruik van acetylsalicylzuur blijft er een kans dat er toch hoge bloeddruk, zwangerschapsvergiftiging of een groeiachterstand van de baby ontstaat.

Acetylsalicylzuur vermindert het risico, maar kan het ontstaan van een van deze aandoeningen niet altijd voorkomen.

## Wat houden deze complicaties in?

### Hoge bloeddruk en zwangerschapsvergiftiging

Een hoge bloeddruk of een zwangerschapsvergiftiging ontstaat bij ongeveer 5-15% van de zwangerschappen. Meestal ontstaat het aan het einde van de zwangerschap. Maar soms ook al eerder.

Bij een hoge bloeddruk kunnen problemen bij moeder en kind ontstaan. Bij de moeder kunnen nieren en lever tijdelijk slechter gaan werken. Ook kunnen er afwijkingen in de bloedstolling ontstaan. En de bloedtoevoer naar de placenta (moederkoek) kan afnemen. Dit kan tot gevolg hebben dat de baby minder goed groeit of dat de conditie van de baby slechter wordt.

Vaak wordt dan geadviseerd om de bevalling eerder in te leiden. De kans op problemen wordt dan kleiner en de hoge bloeddruk en zwangerschapsvergiftiging verdwijnen snel na de bevalling.

### Groeiachterstand

Bij een groeiachterstand groeit de baby in de baarmoeder onvoldoende. Dit kan komen door een niet goed werkende moederkoek (placenta). Baby's met een groeiachterstand hebben meer kans op overlijden in de buik, te vroeg geboren worden, opname op de couveuse afdeling en op gezondheidsproblemen op latere leeftijd.

## Wanneer heb je een verhoogd risico op deze complicaties?

Er zijn hoge en minder hoge risico's voor het krijgen van problemen in de zwangerschap.

### Er is een hoog risico op deze complicaties als je

- › een zwangerschapsvergiftiging in een eerdere zwangerschap hebt gehad
- › al hoge bloeddruk had voordat je zwanger werd
- › een chronische nierziekten hebt
- › type 1 of 2 diabetes mellitus (suikerziekte) hebt
- › een auto-immuun aandoeningen hebt zoals Systemische Lupus Erythematoses (SLE) of het antifosfolipidensyndroom (APS)
- › een eerder kind met een heel laag geboortegewicht hebt gekregen (waarbij je kind bij de lichtste 2,3% voor de zwangerschapsduur behoort)
- › bij een eerdere zwangerschap je kind bent verloren doordat je kind in je buik is overleden door een niet goed werkende placenta

Heb je 1 of meer van bovenstaande hoge risico's? Dan wordt geadviseerd om acetylsalicylzuur te gebruiken.

### Er is een minder hoog risico op deze complicaties als je

- › zwanger bent van je eerste kind
- › 40 jaar of ouder bent
- › langer dan 10 jaar geleden voor het laatst zwanger bent geweest
- › moeder of zus zwangerschapsvergiftiging hebben gehad
- › overgewicht hebt (BMI > 35 kg/m<sup>2</sup>)
- › zwanger bent van een meerling (tweeling of drieling)
- › een eerder kind in de zwangerschap hebt verloren na 24 weken zwangerschapsduur door een onbekende oorzaak
- › zwanger bent via eiceldonatie

Heb je 2 of meer van bovenstaande minder hoge risico's? Dan wordt geadviseerd om acetylsalicylzuur te gebruiken.

## Hoe gebruik je acetylsalicylzuur?

Je gebruikt vanaf een zwangerschapsduur van 12 weken, 1 keer per dag 80 mg acetylsalicylzuur. Je kunt dit het beste 's avonds innemen met wat water. Het medicijn wordt dan het beste opgenomen.

### **Acetylsalicylzuur is veilig voor de baby**

Er is géén bewijs dat acetylsalicylzuur schadelijk is voor je baby. Op korte of lange termijn zorgt het niet voor afwijkingen bij je baby.

Er is géén verhoogde kans op:

- miskramen
- vaginaal bloedverlies in de zwangerschap
- meer bloedverlies bij of na de bevalling
- het loslaten van de placenta.

### **Wat zijn de mogelijke bijwerkingen van acetylsalicylzuur?**

Sommige vrouwen kunnen maagklachten krijgen van acetylsalicylzuur. In dat geval mag je ook een maagbeschermer (omeprazol) erbij gaan gebruiken. Heel zelden kan er een maagbloeding ontstaan. Krijg je last van maagklachten of maagpijn tijdens het gebruik van acetylsalicylzuur? Neem dan contact op met je verloskundige of arts.

### **Wanneer mag je geen acetylsalicylzuur gebruiken?**

Je mag acetylsalicylzuur niet gebruiken als je:

- eerder een maag- of dunne darmbloeding hebt gehad
- een maagzweer of maaginfectie hebt (gehad)
- overgevoelig bent voor aspirine
- een chronische darmziekten zoals Crohn en Colitis Ulcerosa hebt (gehad)
- een astma-aanval na het gebruik van aspirine hebt (gehad)
- een laag aantal bloedplaatjes in je bloed hebt (gehad)

### **Wat kun je zelf nog meer doen?**

Voldoende calcium en vitamine D gebruiken tijdens de zwangerschap is belangrijk voor de groei van de baby. En verkleint de kans op het krijgen van een hoge bloeddruk en pre-eclampsie.

#### **Calcium**

Het advies is om 1 gram (1000 milligram) calcium (kalk) per dag in te nemen. 1 gram betekent 5 glazen melk of vergelijkbare zuivelproducten per dag. Eet of drink je weinig of geen producten met melk erin? Probeer dan meer calcium uit andere voeding te halen, of gebruik calciumtabletten.

#### **Vitamine-D**

Om calcium goed op te nemen heeft het 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.

#### **De manier waarop je leeft**

Naast vitamine D en calcium is een gezonde manier van leven erg belangrijk. Beweeg voldoende, eet gezond en gevarieerd, gebruik geen alcohol en STOP met roken! Vraag je arts of verloskundige zo nodig om hulp bij het verbeteren van je leefstijl of het stoppen met roken. Dat is heel belangrijk.

Heb je overgewicht? Probeer dan niet te veel aan te komen tijdens de zwangerschap (maximaal 5 tot 9 kg.) Of probeer dan voor een eventuele volgende zwangerschap een aantal kilo's af te vallen. Zo creëer je de beste kansen voor jezelf en je baby. En probeer zo veel mogelijk te (blijven) bewegen.

#### **Tot slot**

Heb je na het lezen van deze folder nog vragen? Bespreek dit dan met je zorgverlener. We beantwoorden je vragen graag.