



**Verloskundigenpraktijk**  
Haarlemmermeer & Bollenstreek

### Een nieuwe zwangerschap

Een volgende zwangerschap verloopt in de meeste gevallen goed, ook bij vrouwen die meer dan één miskraam hebben doorgemaakt. Wij kunnen ons echter voorstellen dat je erg ongerust kunt zijn. Wij kunnen dan een vroege termijnecho voor je regelen. Bel ons dus gerust gelijk bij een volgende zwangerschap.

### Belangrijk!

Ben je ongerust of heb je nog vragen na het lezen van deze folder, weet dat je ons altijd kunt bellen op het spoednummer.

Bel ons in ieder geval op ons spoednummer:

- Als het bloedverlies erg hevig is, als het bloed blijft stromen en niet meer met een groot maandverband is op te vangen;
- Als de hevige buikpijn toeneemt en langdurig blijft aanhouden;
- Als je koorts krijgt; een temperatuur van 38°C of hoger kan wijzen op een ontsteking in de baarmoeder;
- Als je het gevoel krijgt flauw te vallen of duizeling wordt.

### Meer informatie

Wil je meer lezen over een miskraam of over hoe andere vrouwen een miskraam hebben ervaren dan kun je hier meer informatie vinden:

[www.deverloskundige.nl/miskraam](http://www.deverloskundige.nl/miskraam)

[www.fiom.nl](http://www.fiom.nl)

Het FIOM biedt hulp aan vrouwen en hun partner die een miskraam meemaakten en begeleiding bij de verwerking ervan.

[www.vbok.nl](http://www.vbok.nl)

De VBOK biedt hulp bij een miskraam.

### Verloskundigen

Cecilia Martens

Fifi Arp

Kim Nicaise

Leonoor Vink

Lieke Op den Camp

Eveline Lenselink

### Telefoonnummer

De dienstdoende verloskundige is altijd te bereiken op telefoonnummer: 06 - 2279 7502

### Nieuw-Vennep

Medisch Centrum Pionier  
Hugo de Vriesstraat 21  
2152 CT Nieuw-Vennep

### Hillegom

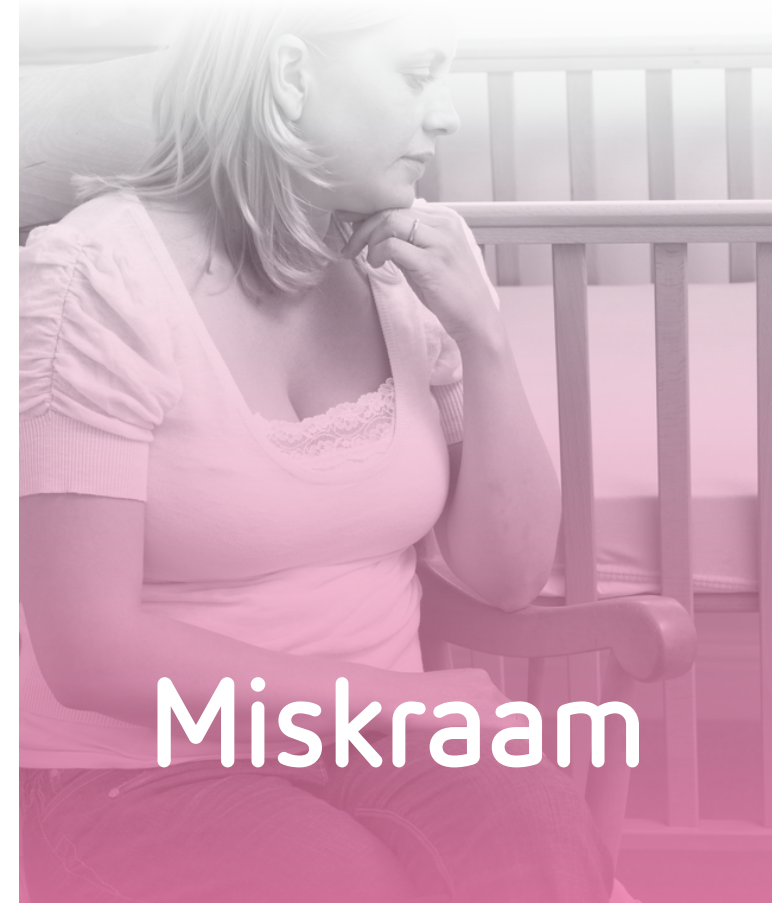
Mesdaglaan 33  
2182 SB Hillegom

### Hoofddorp

Hoofdpoort  
Binnenweg 12  
2132 CT Hoofddorp

Medisch Centrum Toolenburg  
Markenburg 129a  
2135 DX Hoofddorp

Floriande  
Fanny Blankers Koenlaan 120  
2134 CR Hoofddorp



# Miskraam

## Een miskraam, en dan?

Van alle zwangerschappen eindigt ongeveer 10 % in een miskraam. Het krijgen van een miskraam is vaak een emotionele periode, waarbij veel vragen opkomen. Wij proberen je hierin zo goed mogelijk te begeleiden. Je kunt altijd bij ons terecht voor vragen of zorgen.

Een miskraam is het verlies van een vroege zwangerschap. Er zijn verschillende vormen van miskramen. Dit heeft te maken met wanneer in de zwangerschap de miskraam gebeurt of hoe de miskraam verloopt. Een van de symptomen van een miskraam is bloedverlies, vaak gecombineerd met buikpijn. Bloedverlies hoeft echter niet altijd te betekenen dat een zwangerschap eindigt in een miskraam, er kunnen meer redenen zijn dat je (tijdelijk) wat bloed verliest. Soms ervaren vrouwen helemaal geen klachten, en het is daardoor mogelijk dat we er bij de termijnecho achter komen dat de zwangerschap geëindigd is in een miskraam.

## Soorten miskraam

### Miskraam in gang

Op het moment dat je bloedverlies hebt en met de echo bevestigd is dat het vruchtje niet meer leeft, spreken we van een miskraam in gang. Dit houdt in dat de miskraam op dit moment plaats vind. Vaak begint dit met wat licht bloedverlies en/of wat buikpijn, naarmate de miskraam vordert zullen deze klachten ook toenemen.

### Missed abortion

Op het moment dat je bij ons komt voor een termijnecho en daar blijkt dat het vruchtje niet meer leeft spreken we van een missed abortion. Zonder dat je het door had is de zwangerschap dan geëindigd in een miskraam, dit kan kort daarvoor gebeurd zijn of al een paar weekjes daarvoor zelfs.

### Complete miskraam

Op het moment dat de miskraam helemaal 'over' is, spreken we van een complete miskraam. Dit wil dus zeggen dat je het zwangerschapsweefsel en het vruchtje verloren hebt. In dit geval hoeft je niks meer te doen. Als je nog voor een controle echo wilt komen als het bloedverlies gestopt is mag dat natuurlijk altijd, maar dit is niet noodzakelijk.

## Oorzaken van een miskraam

De oorzaak van een miskraam is in de meeste gevallen een aanlegstoornis van het vruchtje. Bij de bevruchting gaat er iets niet goed in de deling van de chromosomen, waardoor de ontwikkeling niet goed verloopt. Het lichaam reageert hier op door het vruchtje niet verder te laten groeien en af te stoten. Meestal gaat het hierbij niet om erfelijke afwijkingen maar is de aanleg 'per ongeluk' niet goed gegaan. Er is na een miskraam dan ook geen

reden om verder onderzoek te doen. Vervolgonderzoek naar de oorzaak wordt aangeboden als je twee of meer miskramen achter elkaar hebt gehad.

## Hoe nu verder?

Een miskraam kun je niet voorkomen of behandelen. Als een miskraam is vastgesteld zullen we met je bespreken welke vervolgstappen ondernomen kunnen worden. Het is mogelijk om een spontaan beloop van de miskraam eerst af te wachten, of om de miskraam weg te laten halen met behulp van medicatie of een curettage. We zullen deze mogelijkheden uitgebreid met je bespreken.

## Spontaan verloop van een miskraam

Als je er voor kiest het spontane verloop van een miskraam af te wachten, is het goed te weten wat je eventueel kunt verwachten. Vaginaal bloedverlies en lichte menstruatieachtige pijn zijn vaak de eerste tekenen. Na enkele dagen nemen het bloedverlies en de buikpijn toe en kan het aanvoelen als een heftige menstruatie. Dit is vaak het teken dat je het zwangerschapsweefsel zal verliezen. Houdt er rekening mee dat je ook stolsels en stukjes weefsel zult verliezen. Schrik niet van de hoeveelheid bloedverlies. Vooral als je een tijdje gelegen heeft en dan naar het toilet loopt kan het zelfs langs je benen lopen. Wanneer je baarmoeder helemaal leeg is neemt de pijn en het bloedverlies weer af tot het na enkele dagen is gestopt. Weet dat je voor de buikkrampen gerust een pijnstiller mag gebruiken (paracetamol of ibuprofen). Ook warmte kan verlichting van de pijn geven. Een warme kruik, een warm bad of een warme douche kunnen fijn zijn.

## Behandeling met medicatie

Dit is een behandeling waarbij de miskraam met medicijnen op gang gebracht wordt. Het medicijn wat gebruikt wordt heet misoprostol, een prostaglandine.

Bij deze behandeling breng je 4 tabletjes vaginaal in. Het medicijn zorgt ervoor dat je baarmoeder gaat samentrekken. Je krijgt bloedverlies zoals in een menstruatie met hevige buikkrampen. Gedurende een aantal uren kan het bloedverlies hevig zijn. Hierna moet het afnemen en zal je 1-2 weken bloedverlies hebben zoals bij een lichte menstruatie. Het eerste bloedverlies verlies je meestal ongeveer 6 uur na het inbrengen van de eerste 4 tabletjes. Weet dat je voor de buikkrampen gerust een pijnstiller mag gebruiken (paracetamol of ibuprofen).

Is de miskraam na 24 uur nog niet op gang gekomen, dan herhaal je de behandeling nog een keer. Als er 48 uur na nog geen bloedverlies is

opgetreden moet je contact opnemen met het ziekenhuis. De kans dat deze behandeling met medicatie lukt is tussen de 60 en 85%. Dit hangt ook af van de zwangerschapsduur.

## Behandeling met curettage

Indien je niet wil afwachten of als de medicatie niet (volledig) gewerkt heeft wordt er een curettage ingepland. Bij een curettage verwijdert de gynaecoloog via een dun buisje via de vagina en de baarmoedermond het zwangerschapsweefsel uit de baarmoeder. Dit is een kleine medische ingreep die ongeveer 10 tot 15 minuten duurt onder algehele narcose, waardoor je niets merkt van de ingreep. Je kunt vaak dezelfde dag weer naar huis. Omdat het toch een medische ingreep is, is er altijd een kleine kans op complicaties. Een zeldzaam voorkomende complicatie is het syndroom van Asherman. Bij dit syndroom ontstaan verklevingen aan de binnenzijde van de baarmoeder. Deze kunnen de vruchtbaarheid nadelig beïnvloeden en moeten door middel van een operatie worden verwijderd in een later stadium. Een enkele keer komt een perforatie voor. Bij een perforatie gaat het slangetje door de wand van de baarmoeder. Meestal heeft dit geen gevolgen, maar soms is het verstandig een extra nacht in het ziekenhuis te blijven voor extra observatie. Een laatste complicatie is een incomplete curettage. Hierbij blijft een rest van de miskraam achter. Dit gedeelte kan alsnog spontaan naar buiten komen maar ook kan het nodig zijn hiervoor een tweede curettage te moeten ondergaan.

## Na een miskraam

### Lichamelijk herstel

Na de miskraam kan je buik nog een aantal dagen gevoelig blijven en kun je één tot zes weken wat bloedverlies en bruinige afscheiding hebben. Zolang je nog bloedverlies hebt mag je niet in bad, geen gemeenschap hebben en geen tampons gebruiken. Het zwanger worden op zich wordt door een miskraam niet bemoeilijkt en medisch is het niet nodig te wachten met opnieuw proberen zwanger te worden. De volgende menstruatie treedt na ongeveer vier tot zes weken op.

### Emotioneel herstel

Na een miskraam kun je een moeilijke tijd doormaken. Verdriet, ongelof, boosheid en een gevoel van leegte zijn veel voorkomende emoties. Het is moeilijk aan te geven hoeveel tijd hiervoor nodig is, dit is zeer individueel. De meeste vrouwen zeggen dat niet alleen hun lichaam leeg voelt maar ook hun hoofd. Geef je vooral toe aan wat je lichaam vraagt. Iedere vrouw doet dit op haar eigen manier en haar eigen tempo. Het is belangrijk erover te praten met je partner, familie of vrienden. Vind je het fijn nog een keertje met ons erover te praten, maak dan gerust een afspraak.