

## **Informatiefolder Aspirine in de zwangerschap In Zwang**

### **Doelgroep**

Als je deze folder te lezen krijgt, ben je er door je verloskundig zorgverlener op gewezen dat je ervoor kunt kiezen om Aspirine te gebruiken tijdens je zwangerschap. In deze folder wordt uitgelegd waarom je daarvoor in aanmerking komt en wat Aspirine voor jou kan betekenen.

### **Waarom**

Dagelijks gebruik van Aspirine wordt aangeraden aan sommige vrouwen om er voor te zorgen dat er minder snel pre-eclampsie (hoge bloeddruk met 'zwangerschapsvergiftiging') optreedt.

### **Voor wie?**

Vrouwen die in aanmerking komen voor Aspirinegebruik, worden in twee groepen ingedeeld: vrouwen met een hoog risico en vrouwen met een matig risico op pre-eclampsie.

Wanneer één van onderstaande situaties op jou van toepassing is, heb je een hoog risico:

- Pre-eclampsie in een eerdere zwangerschap;
- hoge bloeddruk of diabetes die al bestond voor de zwangerschap;
- nierproblemen of bepaalde auto-immuunziekten;

Wanneer twee of meer van onderstaande situaties op jou van toepassing zijn, heb je een matig risico:

- eerste zwangerschap;
- 40 jaar of ouder;
- 10 jaar of meer tussen twee zwangerschappen in;
- BMI van 35 of meer;
- je bent zwanger van een tweeling;
- in groei vertraagd kindje in een eerdere zwangerschap;
- gestorven kindje in een eerdere zwangerschap terwijl de oorzaak niet bekend is;
- eiceldonatie;
- zus en/of moeder heeft pre-eclampsie gehad.

### **Hoe werkt Aspirine?**

De werking van Aspirine begint al vroeg in de zwangerschap en heeft te maken met de vaten die in de placenta zorgen voor de toevoer van voedingsstoffen naar je kindje. Normaal gesproken worden deze vaten in de loop van de zwangerschap steeds wijder, omdat je kindje steeds meer voedingsstoffen nodig heeft. Bij pre-eclampsie en groeivertraging gaat dit vaak minder goed, omdat je lichaam met afweer reageert op stoffen die het lichaam niet herkent. Deze afweerreactie van het lichaam zorgt er onder andere voor dat het bloed sneller stolt, er lichte ontstekingsreacties ontstaan en de vaten niet goed kunnen verwijden. Hierdoor kan je kindje minder goed groeien en zal de bloeddruk stijgen om toch zoveel mogelijk voedingsstoffen bij je kindje te laten komen. Aspirine remt de bovengenoemde reacties en vermindert daardoor de kans op pre-eclampsie.

## Bijwerkingen

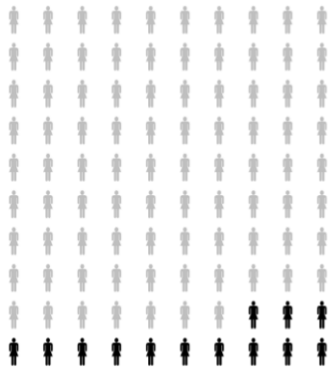
De bijwerkingen zijn bij lage doseringen zeldzaam en omvatten naast overgevoeligheidsverschijnselen of allergieën (1-10%) een verlenging van de bloedingstijd met verhoogde bloedingsneiging (1-10%) en soms maagklachten (0,1-1%).

## Wat zijn de cijfers?

Voor vrouwen met een hoog risico op pre-eclampsie, is het effect van Aspirine op vermindering van deze complicatie groter dan voor vrouwen met een matig risico.

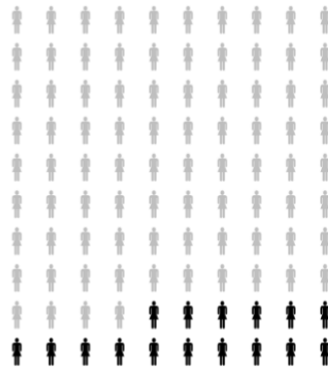
Cijfers voor vrouwen met een hoog risico op pre-eclampsie:

Hoeveel vrouwen krijgen **pre-eclampsie** ('zwangerschapsvergiftiging')?



**Wel Aspirine gebruikt: 13%**

13 van de 100 wel  
87 van de 100 niet



**Geen Aspirine gebruikt: 16%**

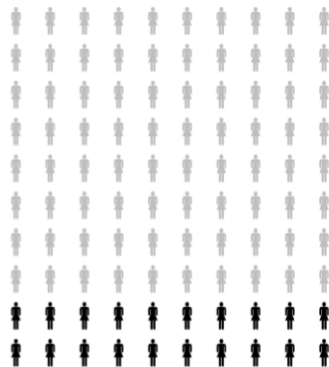
16 van de 100 wel  
84 van de 100 niet

Hoeveel vrouwen krijgen een **vroegeboorte** (<37 weken)?



**Wel Aspirine gebruikt: 17%**

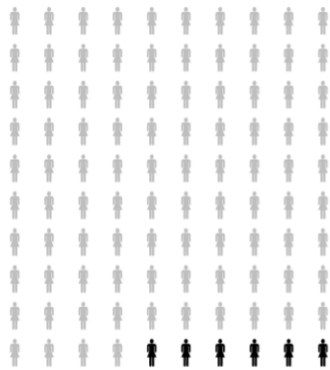
17 van de 100 wel  
83 van de 100 niet



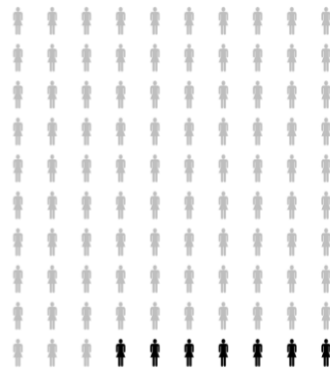
**Geen Aspirine gebruikt: 20%**

20 van de 100 wel  
80 van de 100 niet

### Hoeveel vrouwen krijgen een kind met een **laag geboortegewicht**?



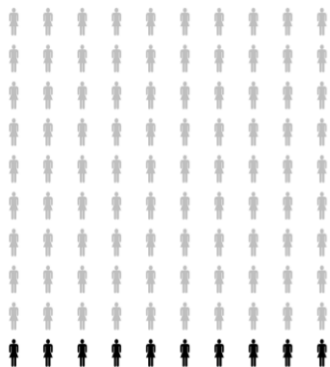
**Wel Aspirine gebruikt: 6%**  
6 van de 100 wel  
94 van de 100 niet



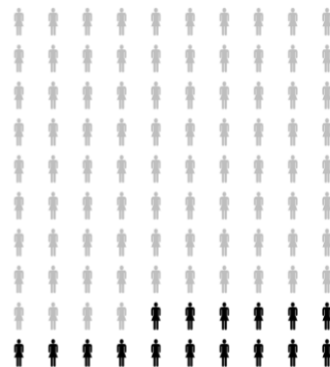
**Geen Aspirine gebruikt: 7%**  
7 van de 100 wel  
93 van de 100 niet

### Cijfers voor vrouwen met een matig risico op pre-eclampsie:

#### Hoeveel vrouwen krijgen **pre-eclampsie** ('zwangerschapsvergiftiging')?



**Wel Aspirine gebruikt: 10%**  
10 van de 100 wel  
90 van de 100 niet



**Geen Aspirine gebruikt: 16%**  
16 van de 100 wel  
84 van de 100 niet

#### Hoeveel vrouwen krijgen een kind met een **laag geboortegewicht**?



**Wel Aspirine gebruikt: 9%**  
9 van de 100 wel  
91 van de 100 niet



**Geen Aspirine gebruikt: 12%**  
12 van de 100 wel  
88 van de 100 niet

Bron: Populatiediagrammen van Anna Seijmonsbergen 'informatie voor zwangere vrouwen over: aspirine tijdens de zwangerschap'

### **Wat moet je doen?**

Omdat Aspirine al zo vroeg in de zwangerschap effect heeft, is het belangrijk er mee te starten tussen de 12 en 16 weken zwangerschap. Als je later begint, heeft het geen effect meer.

- maak een afspraak bij je huisarts voor een consult over het voorschrijven van Aspirine. De huisarts beoordeelt of er mogelijk redenen zijn waarom je Aspirine beter niet kunt gebruiken;
- in sommige regio's zul je direct verwezen worden naar de apotheek voor het voorschrijven van de medicatie. Je hoort van je verloskundige hoe het werkt in jouw regio.
- neem elke dag één keer 80 mg Aspirine (Acetylsalicylzuur) in;
- neem het tabletje in vlak voor het slapen gaan;
- gebruik het niet meer vanaf 36 weken zwangerschap.

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

Naast Aspirine hebben ook Calcium en vitamine D een beschermend effect op de ontwikkeling van hoge bloeddruk en pre-eclampsie. 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. 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.

Versie 23-10-20, update januari 2024