

GROEPSBEHANDELING

Zwangerschap Niet altijd een roze wolk



Voor vrouwen die informatie en begeleiding willen over zwangerschap in combinatie met psychiatrische klachten

“Zwangerschap niet altijd een Roze Wolk”.

Veel vrouwen krijgen op een bepaald moment in hun leven te maken met een kinderwens of zwangerschap. Voor vrouwen met psychische of psychiatrische problematiek brengt dit extra vragen en problemen met zich mee. Om deze reden is er een doorlopende behandelgroep gestart bij de praktijk voor Zwangerschap en Psychiatrie, “Zwangerschap niet altijd een roze wolk”.

Voor wie

Voor vrouwen die zwanger zijn en bekend zijn met psychische of psychiatrische klachten of die in het verleden bekend geweest zijn met psychische of psychiatrische problemen tijdens en na de zwangerschap.

Inhoud van de behandelgroep

Het is een doorlopende groep die elke vier weken start en bestaat uit twee modules. Elke module heeft een eigen programma van vier bijeenkomsten, waarbij de deelnemers eenmaal per week twee uur bij elkaar komen. Het is niet noodzakelijk dat u beide modules doorloopt. Daarnaast is er nog een terugkombijeenkomst samen met uw kindje.

Welke onderwerpen komen er aan de orde:

- Onderscheid maken tussen zwangerschapsklachten en psychische of psychiatrische klachten?
- Handvatten en oefeningen hoe u op een goede wijze omgaat met uw klachten.
- Contact maken met uw ongeboren kindje ter bevordering van een gezonde hechting tussen moeder en kind.
- Handvatten voor de bevalling.
- Ontspanningsoefeningen.

In de terugkombijeenkomst komt u samen met uw kindje en kunt u ervaringen uitwisselen. Als afsluiting leert u de beginselen van babymassage.

Na aanmelding zal op zo kort mogelijke termijn een intakegesprek plaatsvinden. Hierbij zal de inhoud van de groep nog eens met u

doorgenomen worden. Soms is aanvullend overleg nodig met andere hulpverleners, bijvoorbeeld met uw huisarts, een psychiater, uw verloskundige of een gynaecoloog. Hiervoor vragen wij altijd uw schriftelijke toestemming.

Wij hechten er belang aan dat uw partner, familielid of vriend(in), indien mogelijk, bij dit intakegesprek aanwezig is.

Verwijzing

Voor deelname aan de groep is een verwijzing van uw huisarts of medisch specialist (bv. de gynaecoloog of GGZ-behandelaar van een andere instelling) nodig.

Kosten

Deelname aan deze groep wordt vergoed door uw zorgverzekering vanuit het basispakket. Per ingang van 2014 is een eigen bijdrage van 360 euro verplicht gesteld. Daarnaast heeft iedere verzekerde boven de 18 jaar heeft een wettelijk verplicht eigen risico per jaar voor zorgkosten uit het basispakket. Heeft u het eigen risico nog niet betaald, dan kan het zijn dat uw verzekeraar dat nog in rekening brengt. Uw verzekeraar kan u meer informatie geven over het eigen risico dat voor u geldt.

Meer informatie

- 'Als je depressief bent na de bevalling', Cuisinier, M.C.J. en Smit-Wiersinga, J. Uitgever Unieboek, Houten.
- 'De gelukkige huisvrouw', Heleen van Royen. Een roman over een postpartum psychose.
- 'In de schaduw van mijn geluk', Brooke Shields. Een roman over een postpartum depressie
- www.lkpz.nl: Landelijk Kenniscentrum voor Psychiatrie en Zwangerschap.
- www.vmdb.nl: brochure Kinderwens bij manisch depressieve stoornis.
- www.kenniscentrumbipolairstoornissen.nl.
- www.psychowijzer.nl.
- www.depressiecentrum.nl (Fonds Psychische gezondheid).
- www.psychiatrienet.nl.

Aanmelding en informatie

Voor meer informatie kunt u terecht op de website:
www.zwangerschap-en-psychiatrie.nl

Opvragen van informatie of aanmelden kan via het emailadres:
info@geen-roze-wolk.nl

Medewerkers van de Praktijk voor Zwangerschap en Psychiatrie zijn:

Ab Aaldriks, Psychiater/Verloskundige n.p. (Delft e.o).

Sascha Kats, Psychiater (Rotterdam e.o).

Koos van Lith, SPV (Delft e.o).