

Bloedverlies in de eerste 16 weken van de zwangerschap

Wanneer je tijdens de zwangerschap bloed verliest, is het normaal dat je ongerust bent. Bloedverlies in de eerste 16 weken van de zwangerschap komt voor bij 1 op de 5 zwangeren. Bij de helft van de vrouwen houdt het bloedverlies na enkele dagen op en zet de zwangerschap door. Bij de andere helft neemt de bloeding toe en ontstaat er een miskraam. Dat wil zeggen dat het vruchtje wordt afgestoten.

Wat zijn de verschijnselen van een miskraam?

Vlak voor een miskraam kunnen zwangerschapsverschijnselen zoals gespannen borsten en ochtendmisselijkheid afnemen. Een miskraam begint meestal met wat bloedverlies. De bloeding kan binnen enkele uren tot dagen toenemen. Je verliest daarbij ook stolsels en stukjes weefsel (baarmoederslijmvlies). Kort voordat je het vruchtje verliest, kan de bloeding hevig zijn. Omdat het vruchtje vaak nog heel klein is, wordt het bij veel miskramen niet opgemerkt. Nadat al het weefsel is afgestoten, neemt het bloedverlies af tot het na enkele dagen is gestopt. Soms is er nog een aantal weken een klein beetje bloedverlies. Een miskraam gaat vaak gepaard met pijn zoals bij een menstruatie of weeënachtige pijn in de onderbuik.

In sommige situaties wordt op een echo ontdekt dat het embryo niet meer leeft, terwijl er nog geen bloedverlies is geweest. Je kunt dan binnen enkele dagen (soms weken) een bloeding verwachten waarbij het vruchtje vanzelf wordt afgestoten.

Kun je iets doen om een miskraam te voorkomen?

Je kunt een miskraam niet voorkomen of tegenhouden. Niet met medicijnen en ook niet met bedrust. Een miskraam wordt niet door lichamelijke inspanning veroorzaakt, zoals door rennen, vrijen, vallen, fietsen, paard- of motorrijden. Er is geen reden om je ergens schuldig over te voelen. Een miskraam wordt meestal veroorzaakt door een afwijking van het embryo. Het embryo kan door deze afwijking niet meer groeien en wordt afgestoten. De oorzaak hiervan is meestal een chromosoomafwijking die bij de bevruchting is ontstaan. Deze chromosoomafwijking is zelden erfelijk en meestal zijn er dus geen gevolgen voor een volgende zwangerschap.

Hoe gaat het verder?

Bloedverlies in de eerste drie maanden van de zwangerschap hoeft niet altijd op een miskraam te wijzen. Hoe het verder gaat is niet te voorspellen. Het is niet direct te zien of het vruchtje nog leeft of is afgestoten. Een zwangerschapstest is niet zinvol. De uitslag van de test kan namelijk na het afgestoten van de vrucht nog enige tijd (twee maanden) onterecht aangeven dat je nog zwanger bent.

Veel vrouwen geven er de voorkeur aan af te wachten hoe het verder verloopt. Als je hiervoor kiest, spreken we met elkaar af wanneer we telefonisch contact hebben met elkaar of we maken een afspraak op de praktijk. Vaak wordt het al na enkele dagen duidelijk of er sprake is van een miskraam:

- Zolang de bloeding gering blijft, valt er nog weinig over te zeggen. Houdt het geringe bloedverlies weer op, dan ben je waarschijnlijk nog steeds zwanger.
- Neemt de bloeding toe en verlies je ook stolsels en weefsel, dan is de kans groot dat je het vruchtje verliest of hebt verloren. Als het bloedverlies niet duidelijk vermindert, kan dat betekenen dat er nog weefselresten in de baarmoeder zijn achtergebleven. Je kunt dan afwachten tot deze vanzelf worden afgestoten. Pas als de bloeding duidelijk is afgenomen of gestopt, is waarschijnlijk al het weefsel afgestoten.

Afhankelijk van de situatie kan het zijn dat wij een echo-onderzoek adviseren. Hierbij is de inhoud van de baarmoeder op een beeldscherm te zien. Vroeg in de zwangerschap kan een echo om het vruchtje te beoordelen alleen via de vagina worden uitgevoerd. Wat later in de zwangerschap kan zo'n echo goed via de buikwand worden gemaakt. Pas vanaf zes weken zwangerschap is op de echo te zien of het hartje van de vrucht klopt. De echo kan de volgende uitslagen hebben:

- Als het vruchtje nog leeft, is de kans klein (5 procent) dat je alsnog een miskraam krijgt.
- Als het vruchtje wél te zien is, maar niet meer leeft, dan zal het alsnog worden afgestoten. Dit betekent dat je een miskraam krijgt.
- Als er geen vruchtje te zien is, is het blijkbaar afgestoten. Mogelijk zitten er dan nog wat weefselresten in de baarmoeder die nog moeten worden afgestoten.
- Als de baarmoeder leeg is, zal de bloeding waarschijnlijk binnen enkele dagen vanzelf ophouden.

Adviezen als het een miskraam wordt

Als het bloedverlies toeneemt of je krijgt menstruatie-achtige pijn, zorg dan dat er iemand in de buurt is bij wie je je veilig voelt. Als het bloedverlies of de krampen (tijdelijk) hevig zijn, kan de steun van een vertrouwd iemand belangrijk zijn. Bij menstruatie- of weeënachtige pijn kun je een pijnstiller nemen (bij voorkeur paracetamol). Wanneer je weefsel verliest, hoef je dit niet te bewaren. Verder onderzoek van het weefsel is niet zinvol. Als je een rhesus negatieve bloedgroep hebt, is het van belang dat je na een miskraam van 10 weken zwangerschap, een injectie krijgt met anti-D immunoglobuline (liefst binnen 48 uur na het verliezen van de vrucht, maar binnen 2 weken is ook nog zinvol). Dit om te voorkomen dat je lichaam antistoffen maakt die bij een volgende zwangerschap bloedarmoede bij de baby zouden kunnen veroorzaken.

Mogelijkheden als je een miskraam niet af wilt wachten

Zie je een natuurlijk verloop van een miskraam niet zitten of duurt het wachten op een natuurlijk verloop te lang, dan kan de verloskundige je doorsturen naar de gynaecoloog.

In het Groene Hartziekenhuis kun je kiezen tussen misoprostol of een curettage.

Misoprostol

Als een miskraam niet vanzelf op gang komt is, kan dit met Misoprostol opgewekt worden. Hiermee kan meestal een curettage worden voorkomen.

Bij een curettage is er een klein risico dat er beschadigingen optreden aan de baarmoederwand; een gevolg hiervan is een mogelijk verminderde kans op een zwangerschap in de toekomst. Daarnaast bestaat altijd nog een risico op bloedingen en infectie.

Ons advies is om eerst enige tijd af te wachten of de miskraam spontaan op gang zal komen. Gebeurt dit niet dan kun je gebruik maken van Misoprostol (Cytotec), een geneesmiddel dat de miskraam op kan wekken.

Bij 90 % van de vrouwen die misoprostol gebruiken, wordt de miskraam op gang gebracht. Bij een gedeelte van deze vrouwen (ongeveer 10 %) moet alsnog een curettage verricht worden in verband met achtergebleven resten van de zwangerschap. Bij 10 % van de patiënten heeft de Misoprostol helemaal geen effect.

Al met al heb je 80 % kans dat je met deze aanpak de miskraam zonder verder ingrijpen doormaakt.

Om de miskraam op gang te brengen, worden 4 Misoprostol tabletten van 200 µgram vaginaal ingebracht. Dit moet in de ochtend gebeuren. Meestal komt dan binnen 24 uur de miskraam op gang. Dit gaat in het algemeen gepaard met buikkrampen en bloed- en weefselverlies.

Curettage

Bij een curettage wordt de baarmoeder via de vagina en de baarmoedermond met een dun slangetje leeggezogen of met een soort lepel schoongemaakt. Als alle weefselresten zijn verwijderd, houdt de bloeding vanzelf binnen enkele dagen op. Een curettage is een ingreep die 5 tot 10 minuten duurt. Je krijgt een korte narcose en merkt dan niets van de ingreep of je kunt kiezen voor een ruggenprik.

Bij een curettage is er een kleine kans op complicaties (infectie, hevig bloedverlies of verwonding) waardoor verdere behandeling nodig is. Zie voor meer informatie hierover www.nvog.nl.

Bel de praktijk:

Als je vragen hebt of ongerust bent, kun je bellen met de praktijk.

Neem altijd direct contact op bij één van de volgende verschijnselen:

- Bij hevig bloedverlies (langdurig en meer dan een gewone menstruatie). Zeker bij klachten van sterretjes zien of flauwvallen moet je medische hulp in (laten) roepen.
- Bij aanhoudende klachten. Als je krampende pijn en/of hevig bloedverlies blijft houden, kan dit wijzen op een incomplete miskraam. Er is dan nog een rest van de zwangerschap in de baarmoeder aanwezig. Een (nieuwe) curettage kan dan nodig zijn.
- Bij koorts. Een temperatuur van 38 graden Celsius of hoger kan wijzen op een ontsteking in de baarmoeder, die eventueel behandeld moet worden met antibiotica.

Na een miskraam

Als je een miskraam krijgt, is dat vaak heel ingrijpend. Gevoelens van verdriet, boosheid en rouw kunnen ontstaan. Neem de tijd om dit te verwerken. Je hoeft je niet schuldig te voelen of te schamen. Probeer erover te praten met iemand die je vertrouwt, dat lucht vaak op. Je kunt natuurlijk ook op het spreekuur komen.

Na een miskraam mag je gewoon weer zwanger worden. Gelukkig verloopt een volgende zwangerschap meestal goed.

Meer informatie?

Meer informatie vind je op de site van de Nederlandse Vereniging voor Obstetrie en Gynaecologie:

<http://www.nvog.nl> onder 'Voorlichting' > Verloskunde > Vaginaal bloedverlies in de eerste maanden van de zwangerschap.

Heb je nog vragen?

Als je na het lezen van deze informatie nog vragen hebt, kun je natuurlijk bellen of een afspraak maken voor het spreekuur.