



Leidraad ASS en zwangerschap

Deze leidraad dient als onderwerpenlijst voor gesprekken ter voorbereiding op zwangerschap, bevalling en de eerste tijd met een baby voor aanstaande ouders met een autisme spectrum stoornis (ASS), hulpverleners en andere betrokkenen. Uit een peiling onder ouders die zelf ASS hebben en hun hulpverleners, kwam naar voren dat hier behoefte aan was.

Autisme bij een moeder of vader kan, net als andere psychiatrische beelden, het functioneren van de ouder(s) beperken, maar ook de ontwikkeling van het (ongeboren) kind ongunstig beïnvloeden. Veranderingen volgen zich in de pre-, peri- en postnatale periode erg snel op en het aanvoelen van een baby kan een hele uitdaging zijn, zeker wanneer er problemen zijn bij het verplaatsen in de ander. Ook wordt de partnerrelatie op de proef gesteld.

Mensen met ASS zijn echter heel verschillend. Wat voor de ene persoon lastig is, is voor de ander geen probleem. Aangeraden is, zaken als communicatie en omgaan met veranderingen, van tevoren te bespreken en waar problemen worden verwacht, deze zoveel mogelijk te voorkomen.

Deze leidraad is ontwikkeld door het samenwerkingsverband Leo Kannerhuis Nederland. PAS Nederland heeft, door het uitzetten van een enquête onder haar leden, een waardevolle bijdrage geleverd aan deze ontwikkeling.

De leidraad is bedoeld als eerste aanzet, met de hoop op meer aandacht en ontwikkeling van informatie over ASS en zwangerschap. De leidraad is vormgegeven als een checklist, per fase zijn er onderwerpen benoemd. Dit document is echter nog niet compleet. Ons doel is vooral het gesprek op gang te brengen over de gevolgen van de zwangerschap in combinatie met ASS.

Voor meer algemene informatie over psychiatrie en zwangerschap wordt verwezen naar het Landelijk Kenniscentrum Psychiatrie en Zwangerschap (LKPZ: www.lkpz.nl).

GESPREKSONDERWERPEN

(tussen ouders en evt. met hulpverlener)

Kinderwens

- Voorlichting over de gevolgen van zwangerschap en een kind krijgen (bijvoorbeeld op de partnerrelatie en nachtrust). Voor aanstaande ouders met ASS kunnen bepaalde aspecten een extra uitdaging geven (bijvoorbeeld onvoorspelbaarheid en geluidsprikkels).
- Planning van zwangerschap (tot in hoeverre mogelijk, bij voorkeur niet samen met andere grote verandering zoals verhuizing, nieuwe baan, etc.).

Zwangerschap

- Lichamelijke en emotionele veranderingen en eventuele klachten tijdens de zwangerschap. Bij een vader die ASS heeft: uitleg over zwangerschap en hoe hij de aanstaande moeder kan ondersteunen.
- Voorlichting over prenatale hechting (contact maken met de baby door er tegen te praten, te zingen, de hand op de buik te leggen bij beweging).
- Planning van de aanschaf van de babyspullen.
- Voorbereiding op veranderingen in het huis; er komt een box, wiegje, etc.
- Planning van de opvang van het kind wanneer ouders werken.
- Weekprogramma aanpassen bij stadia zwangerschap (bijvoorbeeld rustmoment tussen de middag). Bij een vader die ASS heeft: hoe hij de aanstaande moeder kan ondersteunen in de verschillende stadia.
- Verloskundige uitleggen over autismevriendelijke communicatie (met of zonder benoemen diagnose). Vaak gaat dit bijvoorbeeld om concreter benoemen wat hij/zij bedoelt (*C. de Bruin 2009, Geef me de 5, Graviant Educatieve Uitgeverij*).
- Signaleringsplan maken om ontregeling zo veel mogelijk te voorkomen, specifiek gemaakt op de periode van zwangerschap en 9 maanden erna.
- Ondersteunen in voorstelling maken van hoe het is als je een baby hebt ('scripts' maken over eerste periode kraamtijd).
- Oefenen met zorgen voor een baby (zodat niet alles nieuw is).
- Voorlichting en voorbereiding op emotionele en lichamelijke veranderingen en klachten na de bevalling, zoals stemmingswisselingen, vloeien, haaruitval, stuwings, etc. Bij een vader die ASS heeft: uitleg over zwangerschap en hoe hij de aanstaande moeder kan ondersteunen.
- Voorlichting over borstvoeding en de (ASS specifieke) voor- en nadelen hiervan.

GESPREKSONDERWERPEN

(tussen ouders en evt. met hulpverlener)

Bevalling

- Autismevriendelijke vorm van zwangerschapsgym, bijv. in kleine groep.
- Voorbereiding bevalling door het in detail door te spreken. Evt. bevallingsruimte leren kennen en zoveel mogelijk voorspelbaar maken (indien mogelijk). Bij een vader die ASS heeft; hoe kan hij de aanstaande moeder ondersteunen (zo concreet mogelijk) in de verschillende fasen van de bevalling.
- Personeel van het ziekenhuis (indien van toepassing) uitleggen over autismevriendelijke communicatie (met of zonder benoemen diagnose). Advies: zeg wat je doet en doe wat je zegt!

Kraamtijd en de eerste tijd met de baby

- Autismevriendelijk maken van kraamverzorging (bijvoorbeeld minder 'small talk').
- Ondersteuning bij doseren van afspraken en mensen die op kraamvisite komen.
- Ondersteuning in het omgaan in de praktijk met baby, zoals bijv. het leren kennen van de verschillende huiltjes, leren de signalen van de baby zoveel mogelijk te zien en te begrijpen. Planning van alledaagse werkzaamheden, zoals koken, boodschappen en afspraken buitenshuis.
- Omgaan met overprikkeling en het hebben van een baby.
- Uitleg over hechting tussen baby en ouders. Het belang van aanraken, knuffelen en praten tegen de baby.
- Signaleringsplan aanpassen naar huidige situatie, hoe houden ouders zich staande in de intensieve babytijd.
- Omgaan met de emotionele en lichamelijke veranderingen en klachten na de bevalling, zoals stemmingswisselingen, vloeien, haaruitval, stuwings, etc. Bij een vader die ASS heeft; uitleg over zwangerschap en hoe hij de aanstaande moeder kan ondersteunen.
- Weekprogramma aanpassen bij bijvoorbeeld veranderingen in voedingstijden, dutjes en wanneer het werk weer begint. Voldoende rustmomenten overdag inplannen i.v.m. de gebroken nachten.
- Plan maken om aandacht voor elkaar als partners te houden.
- Omgaan met het consultatiebureau en adviezen van anderen.
- Verkrijgen van bruikbare pedagogische informatie.
- Overwegen inschakelen Infant Mental Health team (Kind en Jeugd GGZ 0-4 jaar) wanneer er problemen zijn.

© 2017 LEO KANNERHUIS NEDERLAND

Auteur: Snip, Lisa, GZ-psycholoog bij GGZ Noord-Holland-Noord (l.snip@ggz-nhn.nl)

Uitgegeven door:

LEO KANNERHUIS NEDERLAND

Houtsniplaan 1

Postbus 96

6865 ZH DOORWERTH

Tel 026 33 97 477

Email info@leokannerhuisnederland.nl

URL www.leokannerhuisnederland.nl

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Leo Kannerhuis Nederland.

ISBN/EAN 978-90-824921-2-5

NUR 895

Leo Kannerhuis Nederland is een samenwerkingsverband van GGZ-instellingen (Altrecht, GGZ NHN, Dr. Leo Kannerhuis, Jonx/Lentis, Lister, Mondriaan en Parnassia groep) die gespecialiseerde behandeling en begeleiding bieden aan cliënten met autisme op locaties verspreid over Nederland.