



HOE WEET JE DAT HET HG IS?

MARJOLEIN HOUBEN JUST GROW

Verloskundige
Trainer
Coach
EMDR therapeut

www.justgrow.nl
Voor scholingen en
coaching.

www.justgrowacademie.nl
E-learning HG
Online programma
"herstel na HG"

www.hgcoach.nl
Voor coaches
gespecialiseerd in HG in NL
en België.

www.zehg.nl
Voor uitgebreide informatie
over HG voor zwangeren en
professionals. En voor
lotgenotencontact.

DEFINITIE

HG is een potentieel levensbedreigende zwangerschapsaandoening, gekenmerkt door gewichtsverlies, ondervoeding, uitdroging en verlies van functioneren in het dagelijks leven door extreme misselijkheid en/of braken, en kan op langer termijn gevolgen hebben voor de gezondheid van moeder en baby('s).

De ernst, vorm en duur kunnen per zwangere verschillend zijn.

DIAGNOSE HYPEREMESIS GRAVIDARUM

Verhaal van de zwangere zelf.

- In hoeverre nog in staat om voor zichzelf, huishouden, gezin te zorgen en te werken?
- Wat zijn de symptomen? Zijn er bijvoorbeeld triggers, episodes of is er sprake van speekselvloed?

Eventueel aangevuld met PUQE score.

1. In de laatste 12 uur, hoeveel uur was je misselijk?				
> 6 uur 5 punten	4-6 uur 4 punten	2-3 uur 3 punten	<= 1 uur 2 punten	Helemaal niet 1 punt
2. In de laatste 12 uur, hoe vaak heb je gebrakt?				
7 of meer 5 punten	5-6 keer 4 punten	3-4 keer 3 punten	1-2 keer 2 punten	Niet gebrakt 1 punt
3. In de laatste 12 uur, hoe vaak had je last van oprispingen of kokhalzen, zonder te braken?				
7 of meer 5 punten	5-6 keer 4 punten	3-4 keer 3 punten	1-2 keer 2 punten	Geen 1 punt
< 6	Mild	Gangbare adviezen voor <u>zs</u> misselijkheid waarschijnlijk voldoende		
7-12	Gemiddeld	Behandelopties HG bespreken en sterk overwegen.		
≥ 13	Ernstig	Behandeling direct noodzakelijk.		

Eventueel aangevuld met lab-bevindingen (elektrolyten, ht, schildklier).

Maak geen gebruik van ketonen om de ernst van HG aan te tonen.