

Benzodiazepinen gebruik tijdens zwangerschap en het kraambed

Je behandelend arts of psychiater heeft je een Benzodiazepine voorgeschreven.

In deze folder lees je meer informatie over een Benzodiazepinen, wanneer het wordt gebruikt en wat de mogelijke effecten en gevolgen kunnen zijn voor moeder en kind tijdens een zwangerschap, in het kraambed en in combinatie met het geven van borstvoeding.

Er wordt ingegaan op:

- Wat is een Benzodiazepine
- Benzodiazepinen en zwangerschap
- Mogelijke effecten en gevolgen van het gebruik van Benzodiazepinen
- Het kraambed
- Benzodiazepinen in combinatie met borstvoeding
- Effecten op de lange termijn
- Voor verwijzers

Wat is een Benzodiazepine

Benzodiazepinen zijn medicijnen met een kalmerende, rustgevende en ontspannende werking. Ze behoren tot de anxiolytica: medicijnen met een angst-remmende werking. Ze worden onder andere voorgeschreven bij angstklachten en slaapproblemen. Een benzodiazepine werkt goed om klachten tijdelijk te onderdrukken, maar ze genezen de achterliggende oorzaken niet. Benzodiazepinen worden daarom voor een korte periode voorgeschreven, zodat een periode met verminderde klachten gebruikt kan worden om de achterliggende problemen te behandelen, bijvoorbeeld met therapie of andere medicatie.

Benzodiazepinen hebben een sterk effect op een specifiek chemisch stofje in onze hersenen:

Gamma-aminoboterzuur, vaak afgekort tot GABA. Dit stofje heeft een dempende werking op je brein: het remt de activiteit van hersengebieden die overactief zijn. Door dit proces nemen je onrust, angst en spanning af. De werking is bij alle soorten benzodiazepinen hetzelfde. Het belangrijkste onderscheid tussen de verschillende typen zit 'm in de snelheid en de duur waarmee ze werken.

Wanneer je Benzodiazepinen gebruikt kun je last hebben van bijwerkingen. Een aantal bijwerkingen zijn onder andere sufheid en slaperigheid overdag, vermoeidheid, duizeligheid, afname van je droomslaap en diepe slaap. Ook kan het zijn dat er een tegenstrijdige reactie optreedt. Je kan dan juist meer last krijgen van angstklachten.

Op het moment dat je een langere periode Benzodiazepinen gebruikt en daar opeens mee stopt, kun je last krijgen van ontwenningverschijnselen. De onrust, angst en/of slaapproblemen kunnen hierdoor net zo heftig, of soms zelfs heftiger, terugkomen. Het is dus van groot belang om de voorschriften van je arts nauwkeurig te volgen.

Benzodiazepinen en zwangerschap

Wanneer je een actieve zwangerschapswens hebt en je op datzelfde moment een Benzodiazepine gebruikt is het verstandig om deze wens eerst met je huisarts of psychiater te bespreken. Op de pop poli in het ETZ kun je terecht voor een pre- conceptioneel advies. Dit wil zeggen dat je al voordat je zwanger bent een gesprek kan hebben waarin de voor- en nadelen van het gebruik van een Benzodiazepine tijdens de zwangerschap en bij het (eventueel) geven van borstvoeding worden besproken. Ook is het mogelijk, dat jouw behandelaar contact opneemt met de POP - psychiater over dit onderwerp voor adviezen.

Tijdens een zwangerschap wordt het gebruik van een Benzodiazepine afgeraden. Je mag ze alleen maar gebruiken als het echt nodig is. Wanneer je de middelen toch nodig hebt is het advies om de medicijnen zo kort mogelijk en in een zo laag mogelijke dosering in te nemen. Het is dan belangrijk om samen met je arts te kijken naar een Benzodiazepine die weer snel uit je lichaam verdwijnt. Voorbeelden hiervan zijn Oxazepam; Temazepam, Zolpidem en Zopiclon. Middelen die lang in het lichaam blijven (zoals Diazepam); worden afgeraden. Omdat deze middelen langer in je lichaam blijven en via de navelstreng en moederkoek bij je ongeboren kindje terechtkomen, kan dit gevolgen hebben voor je ongeboren baby. De medicijnen kunnen gaan stapelen wat betekent dat je ongeboren baby een ophoping van de medicijnen in het lijf krijgt. Met name in de laatste periode van je zwangerschap wordt het afgeraden om Benzodiazepinen te gebruiken.

Mogelijke effecten en gevolgen van het gebruik van Benzodiazepinen

Risico op ontwenningverschijnselen

Wanneer je Benzodiazepinen langdurig en tot aan je bevalling gebruikt is er een risico op ontwenningverschijnselen bij je baby. Je baby kan dan last krijgen van onder andere prikkelbaarheid, spierspanning, trillen, onregelmatige ademhaling, braken, diarree, epileptische aanvallen en hard huilen. Wanneer je een hoge dosering benzodiazepinen gebruikt kan zelfs de kans bestaan dat je baby niet goed kan ademen.

Floppy Infant Syndroom

Naast ontwenningverschijnselen is er ook kans op een Floppy Infant Syndroom met name wanneer je Benzodiazepinen in de laatste periode van de zwangerschap hebt gebruikt. Een Floppy Infant Syndroom betekent dat je baby bij de geboorte een lage spierspanning heeft. Hierdoor ziet je baby er slap uit en voelt hij slap aan, de armen en benen hangen slap langs het lichaam en je baby laat dan het hoofd hangen wanneer het wordt opgetild. Ook zie je een sterk verminderde energie, verstoorde temperatuurregulatie en slecht drinken.

Het kraambed

Wanneer je toch nog Benzodiazepinen gebruikt in de laatste periode van je zwangerschap is het belangrijk dat deze medicijnen zeker 24 uur voor de bevalling worden gestopt. Na de bevalling is het advies om 12-24 uur in het ziekenhuis te verblijven in verband met bovenstaande redenen. Je baby zal na de bevalling worden nagekeken door een kinderarts.

Bezoek psychiater of verpleegkundig specialist psychiatrie in het kraambed

Wanneer je een Benzodiazepine gebruikt is er niet direct een reden dat er een psychiater of verpleegkundig specialist van de psychiatrie bij je langs moet komen in het kraambed. Voor de bevalling worden hier samen met jou een aantal afspraken over gemaakt. Er wordt bijvoorbeeld een vervolgspraak gemaakt ongeveer 4 weken na de bevalling op de poli van de psychiatrie of met je eigen behandelaar. Tijdens dit contact wordt onder andere het gebruik van de medicatie en je stemming in de gaten gehouden. Deze afspraken worden in overleg met jou gemaakt op basis van noodzaak en behoefte.

Benzodiazepinen en borstvoeding

Wanneer je eenmalig of maar heel af en toe gebruik maakt van een Benzodiazepine is het niet meteen noodzakelijk om de borstvoeding te stoppen. Wanneer je de Benzodiazepine vaker of zelfs chronisch gebruikt is er wel terughoudendheid geboden om te starten of door te gaan met het geven van borstvoeding. Het is dan belangrijk om in overleg met je arts een goede overweging te maken aan de hand van de dosering, hoe lang het middel in je lijf blijft en in welke hoeveelheid de medicijnen over gaan in de moedermelk. Bij de middelen Lormetazepam, Temazepam, Zopiclon, Zolpidem en Oxazepam is bekend dat ze niet lang in je lijf blijven. Ze gaan in geringe hoeveelheden over in de moedermelk. Afkolven van de moedermelk is dan niet nodig. Wanneer je borstvoeding geeft en je Benzodiazepinen gebruikt is het van belang om alert te zijn op eventuele bijwerkingen bij je baby waaronder slecht drinken, sufheid en het niet toenemen van het gewicht.

Effecten op de lange termijn

Er is nog weinig onderzoek gedaan naar de lange termijneffecten van het gebruik van Benzodiazepinen in een zwangerschap. Er wordt beschreven dat een verhoogd risico op ontwikkelingsstoornissen bij het kind niet zijn uit te sluiten.

Voor verwijzers

Concluderend kunnen we stellen dat benzodiazepinen gebruik tijdens een zwangerschap wordt afgeraden. Als er geen andere opties zijn, hebben middelen met een korte halfwaardetijd (zoals Zolpidem, Zopiclon, Oxazepam, Lormetazepam en Temazepam) de voorkeur. Indien u een patiënte hebt die een benzodiazepine gebruikt, zal deze patiënte in het ziekenhuis moeten bevallen. Wanneer u denkt dat er psychiatrische zorg tijdens de zwangerschap en de periode na de bevalling noodzakelijk is, kan u verwijzen naar de POP-poli. Als u vragen heeft over het gebruik van de medicatie tijdens de zwangerschap, kan u ook altijd eerst contact opnemen met een POP-psychiater voor intercollegiaal overleg.