

Geneesmiddelen
tijdens zwangerschap
en borstvoeding



Lareb
pREGnant



Als je zwanger bent, denk je meestal extra goed na voordat je een geneesmiddel gebruikt. Toch nemen zo'n acht van de tien vrouwen tijdens de zwangerschap weleens een geneesmiddel of zelfzorgmiddel. Waar moet u dan op letten?

Geneesmiddelen en zwangerschap

Van bepaalde geneesmiddelen is bekend dat ze niet tijdens de zwangerschap gebruikt mogen worden vanwege de mogelijke risico's voor het kind. Toch hoeft u zeker niet elk middel te vermijden. Er zijn geneesmiddelen die u veilig tijdens de zwangerschap mag gebruiken. In sommige situaties is het zelfs onverstandig om te stoppen met het gebruik, bijvoorbeeld wanneer u een chronische ziekte heeft, zoals diabetes, epilepsie, de ziekte van Crohn of astma. Als een chronische ziekte tijdens de zwangerschap niet goed onder controle is, kan dat effect hebben op de gezondheid van het kindje. Wat het beste is, varieert per persoon en mogelijk zelfs per zwangerschap.

Borstvoeding

Ook tijdens de borstvoeding is een goede afweging van belang. Sommige geneesmiddelen mogen niet, andere middelen vormen wel een veilige combinatie met borstvoeding, omdat ze (vrijwel) niet in de melk terechtkomen. Ook het tijdstip waarop u een medicijn inneemt kan van invloed zijn: een medicijn dat snel na inname wordt afgebroken, kunt u het beste innemen na de laatste borstvoeding. Het is dan al grotendeels verdwenen bij de volgende voeding.

Persoonlijk advies

Uw arts of apotheker kan deskundig advies geven wat het beste is in uw situatie. Overleg dus altijd als u te maken krijgt met geneesmiddelengebruik tijdens de zwangerschap. Dan kunt u samen besluiten wat voor u het beste is: doorgaan, stoppen, of misschien

tijdelijk overstappen op een andere dosering of een ander geneesmiddel.

pREGnant: waardevol onderzoek

Helaas is ook nog veel onbekend over medicijngebruik tijdens zwangerschap en borstvoeding. Bij sommige geneesmiddelen is daardoor een duidelijk advies niet mogelijk. Om meer kennis te krijgen over de veiligheid van die geneesmiddelen tijdens de zwangerschap is in Nederland een groot onderzoek gestart onder zwangere vrouwen: pREGnant. We hopen dat zoveel mogelijk vrouwen hieraan willen deelnemen. Met hun ervaring kunnen anderen weer worden geholpen. Wilt u hieraan meedoen, kijk dan op www.pregnant.nl.

Gebruik van dit boekje

Dit boekje geeft u tips en algemene informatie over welke geneesmiddelen u wel en welke u beter niet kunt slikken tijdens uw zwangerschap en de periode van borstvoeding. De informatie is geschreven op basis van de meest recente wetenschappelijke kennis die op het moment van uitgifte van dit boekje (januari 2014) voorhanden is. Eerst vindt u in dit boekje antwoord op een aantal veelgestelde vragen, onder andere over medicijngebruik bij chronische ziekten. Daarna vindt u op alfabetische volgorde de meest voorkomende (zwangerschaps-)klachten en de veilige behandeling daarvan. Heeft u vragen over geneesmiddelen die niet in dit boekje worden genoemd, overleg dan met uw arts of apotheker. Meer informatie vindt u op de website van het Nederlands Bijwerkingen Centrum Lareb (www.lareb.nl).



Als je zwanger bent,
heb je veel vragen, ook over
geneesmiddelengebruik.
Of als je borstvoeding
geeft wil je graag weten
wat wel en niet mag.

Antwoord op veelgestelde vragen

Kan ik elk risico uitsluiten?

Helaas is het niet mogelijk is om alle risico's uit te sluiten. Bij elke zwangerschap, dus ook zonder geneesmiddelengebruik, bestaat een spontaan risico van 10 tot 15 procent op een miskraam en van 2 tot 4 procent op het krijgen van een baby met een aangeboren afwijking.

Zijn de geneesmiddelen die ik bij de drogist kan kopen veilig te gebruiken als ik zwanger ben of borstvoeding geef?

Een geneesmiddel dat je kunt kopen bij de drogist of supermarkt lijkt misschien veiliger, omdat je het zonder recept kunt verkrijgen. Toch hoeft dit niet zo te zijn. Sommige vrij verkrijgbare geneesmiddelen kunnen een risico geven voor het ongeboren kind of kunnen via de borstvoeding bij de baby komen. Het is daarom altijd verstandig om u goed te laten informeren over het geneesmiddel dat u wilt gaan gebruiken. Overleg bij twijfel met uw arts of apotheker.

Ik heb diabetes, wat mag ik gebruiken?

Als u diabetes heeft, dan is het vlak vóór en tijdens de zwangerschap extra belangrijk om de bloedsuikerspiegel goed onder controle te houden. U kunt zowel tijdens de zwangerschap als tijdens de borstvoeding veilig insuline gebruiken.

Ik heb astma, welke middelen kan ik gebruiken?

Bij astma is een goede behandeling juist tijdens de zwangerschap extra belangrijk. Voorkeursmiddelen zijn beclomethason of budesonide, eventueel aangevuld met salbutamol of terbutaline. Dit geldt zowel tijdens de zwangerschap als tijdens de borstvoeding. Helpen deze middelen onvoldoende, dan kunt u in overleg met uw arts eventueel andere middelen overwegen.

Ik heb epilepsie, wat mag ik gebruiken?

Heeft u epilepsie, dan is het noodzakelijk om uw medicijngebruik goed door te spreken met uw behandelend arts, zodat u samen kunt kiezen voor een zo veilig mogelijk middel waarmee u toch goed bent ingesteld. Het heeft de voorkeur om tijdens de zwangerschap gebruik van valproïnezuur te vermijden. Dit middel mag u wel gebruiken tijdens de borstvoeding. Ook is het raadzaam om niet meer dan één anti-epilepticum tegelijk te gebruiken.



Aambeien

Aambeien ontstaan vaak tijdens de zwangerschap en/of door (hard persen bij) verstopping. Bij verstopping zijn algemene adviezen vaak heel effectief, zoals vezelrijke voeding eten, veel drinken en voldoende bewegen. Medicijnen zijn dan niet nodig. Er bestaan geen geneesmiddelen die aambeien kunnen genezen. Als leefstijladviezen en behandeling van obstipatie niet helpen, kan een crème verlichting geven bij jeuk en pijn.

De meest gebruikte crèmes zijn:

- 👍 Vaseline cetomacrogolcrème*
- 👍 Zinksulfaatvaselinecrème*
- 👍 Lidocainevaselinecrème
- 👍 Hydrocortisonvaselinecrème

* = vrij verkrijgbaar

Deze crèmes kunt u zowel tijdens zwangerschap als borstvoeding volgens voorschrift gebruiken. Vermijd langdurig of veelvuldig gebruik van de hydrocortisonvaselinecrème.

Allergie

Veel mensen gebruiken middelen tegen allergische klachten zoals hooikoorts en huisstofmijtallergie. De volgende middelen worden het meest gebruikt:

- 👍 Beclometason neusspray
- 👍 Budesonide neusspray
- 👍 Cromoglicinezuur oogdruppels*
- 👍 Loratadine (Allerfre®, Claritine®)*
- 👍 Cetirizine (Prevalin Allerstop®, Reactine®, Zyrtec®)*

* = vrij verkrijgbaar

Lokaal gebruik van een neusspray met beclometason of budesonide heeft de voorkeur tijdens zwangerschap en borstvoeding. Ook oogdruppels met cromoglicinezuur kunt u veilig gebruiken. Als het nodig is om een tablet te nemen, dan hebben loratadine en cetirizine de voorkeur. Gebruik deze middelen liefst kortdurend en alleen bij klachten. Voor informatie over andere geneesmiddelen bij allergische klachten en ziekten kunt u het beste contact opnemen met uw arts of apotheek.

Diarree

Bij kortdurende diarree is medicatie vaak niet nodig. Voldoende drinken en dieetmaatregelen zijn dan meestal voldoende. Houdt de diarree lang aan, neem dan contact op met uw huisarts.

De meest gebruikte middelen zijn:

- 👍 Actieve kool (Norit®)*
- 👍 ORS (Oral Rehydration Solution (Care Plus ORS®, Orisel®)*


* = vrij verkrijgbaar

Actieve kool is in staat om schadelijke stoffen aan zich te binden en via de ontlasting uit het lichaam te verwijderen. U mag het gebruiken tijdens zwangerschap en borstvoeding. Bij langdurige / waterdunne diarree kunt u ORS nemen om uitdroging te voorkomen. Deze oplossing van zouten en suiker in water is veilig tijdens zwangerschap en borstvoeding.



Griep en koorts

Bent u besmet met het griepvirus, dan kunt u last hebben van verschijnselen als koorts, hoofdpijn en spierpijn. Tijdens de zwangerschap is het belangrijk dat koorts (>38°C) niet te lang aanhoudt. Paracetamol is het voorkeursmiddel om de koorts en andere griepverschijnselen te onderdrukken. U mag paracetamol gedurende de hele zwangerschapsperiode en de borstvoeding gebruiken. Als paracetamol onvoldoende werkt, overleg dan met uw huisarts.

 Paracetamol *


* = vrij verkrijgbaar

Voor andere middelen: zie de informatie onder het kopje Pijn.


Pijn


Het is verstandig om tijdens de zwangerschap terughoudend te zijn met pijnstillers, maar soms kan gebruik noodzakelijk zijn.


Veel gebruikte pijnstillers zijn:

 Paracetamol*

 Ibuprofen (Advil®, Brufen®, Nurofen®, Sarixell®)*

 Diclofenac (Voltaren®)*

 Naproxen (Aleve®)*

 Acetylsalicylzuur 300-600mg (Aspirine®, Aspro®)*

* = vrij verkrijgbaar

Paracetamol is het voorkeursmiddel bij pijn. Het mag tijdens zwangerschap en borstvoeding gebruikt worden. Als het eerste keusmiddel paracetamol voor u onvoldoende werkt, overleg dan met uw behandelend arts.

Ibuprofen, diclofenac, naproxen en acetylsalicylzuur behoren tot de zogenaamde NSAID's (ontstekingsremmende geneesmiddelen). In de eerste helft van de zwangerschap is het niet verstandig om – veelvuldig - NSAID's te gebruiken. In de tweede helft van de zwangerschap mag u helemaal geen NSAID's gebruiken.

Paracetamol, ibuprofen en diclofenac mag u wel gebruiken wanneer u borstvoeding geeft. Er komen slechts minimale hoeveelheden van deze middelen in de moedermelk terecht. Naproxen is minder gunstig bij borstvoeding, omdat het iets meer in de moedermelk overgaat en minder snel wordt afgebroken. Acetylsalicylzuur gaat over naar de melk en is dus niet aan te raden in combinatie met borstvoeding.




Slaapproblemen

Slaapproblemen komen tijdens de zwangerschap veel voor. Vaak zorgen algemene slaap- en leefstijl-adviezen al voor verbetering.

Gebruikte slaapmiddelen zijn:

 Valeriaan (Valdispert®, Nerviplant®)*

 Melatonine (Circadin®)*

* = vrij verkrijgbaar

Valeriaan (in de pure vorm, dus geen tinctuur of combinatiemiddel) mag tijdens de zwangerschap, maar gebruik het niet langdurig.


Gebruik liever geen melatonine tijdens uw zwangerschap. Er is nog weinig ervaring met dit middel.

Het – langdurig – gebruik van valeriaan tijdens de borstvoeding wordt afgeraden. Het is niet duidelijk of valeriaan in de moedermelk terecht komt. Als dat zo is, dan kan het een versuffend effect hebben op uw baby. Melatonine gaat in vrij grote hoeveelheden over in de moedermelk en kan de ontwikkeling van het dag-nachtritme van de baby verstoren. Gebruik het middel dus liever niet als u borstvoeding geeft.


Schimmelinfecties


Er zijn verschillende geneesmiddelen bij schimmelinfecties. Afhankelijk van de plaats van de infectie kunt u kiezen voor een middel voor op de huid, een vaginale toepassing of een middel om in te nemen.


De meest gebruikte geneesmiddelen zijn:


 Clotrimazol (Canesten®)*


 Miconazol (Daktarin®, Dermocure®)*

 Nystatine

 Ketoconazol creme (Nizoral®)*

 Fluconazol (Diflucan®)*

 Terbinafine tabletten (Lamisil®)*

 Itraconazol tabletten (Trisporal®)*

* = in sommige toedieningsvormen vrij verkrijgbaar

Bij een schimmelinfectie van de huid mag u tijdens de zwangerschap clotrimazol, miconazol en nystatine crème op de huid gebruiken. Een vaginale

schimmelinfectie kan lokaal (vaginaal) worden behandeld met clotrimazol of miconazol. Als dat onvoldoende helpt, kan uw arts eenmalig fluconazol (tablet) voorschrijven.

Gebruik van itraconazol of terbinafine tabletten bij schimmelnagels wordt afgeraden tijdens de zwangerschap. Er is onvoldoende ervaring met deze middelen. Het advies is om de behandeling uit te stellen.

Bij borstvoeding mag u clotrimazol, ketoconazol, miconazol, nystatine en terbinafine op de huid gebruiken. Bij behandeling van de huid op de borst, moet u het gebied rond de tepel voor het voeden eerst schoonmaken.




Nystatine mag u tijdens de borstvoedingsperiode ook als tablet gebruiken. Fluconazol mag u eenmalig als tablet innemen. Langdurig gebruik tijdens de borstvoeding wordt afgeraden.



Verkoudheid, verstopte neus

Bij verkoudheid kunnen gezwollen slijmvliezen een verstopte neus veroorzaken. Meestal gaat dit binnen enkele dagen vanzelf over. Bij hinderlijke klachten kan stomen verlichting geven. Als dat niet helpt, dan kunt u een neusspray of neusdruppels gebruiken.

De meest gebruikte middelen zijn:

-  Natriumchloride neusdruppels *
-  Xylometazoline neusdruppels/neusspray (Otrivin®)*
-  Oxymetazoline neusdruppels/neusspray (Nasivin®, Vicks Sinex®)*





* = vrij verkrijgbaar

Zowel tijdens zwangerschap als borstvoeding hebben neusdruppels of een neusspray met natriumchloride (fysiologisch zout; zout water) de voorkeur. Werken die onvoldoende, dan kunt u een neusspray met xylometazoline of oxymetazoline gebruiken. Let op: u mag deze middelen niet langer dan 5-7 dagen achter elkaar gebruiken. Zijn uw klachten dan nog niet over, neem dan contact op met uw huisarts.

Verstopping, obstipatie

Bij verstopping kunnen algemene adviezen over vezelrijke voeding, veel drinken en voldoende bewegen heel effectief zijn. Medicatie is dan vaak niet eens nodig. Alleen als leefstijl- en dieetmaatregelen niet voldoende helpen, kunt u een geneesmiddel overwegen.

De meest gebruikte middelen zijn:

-  Psylliumzaad (Metamucil®, Volcolon®)*
-  Lactulose (Duphalac®, Legendal®)*
-  Macrogol (Movicolon®, Forlax®, Colofort®)*
-  Magnesiumoxide*

* = vrij verkrijgbaar






Deze middelen mag u tijdens de zwangerschap kortdurend gebruiken: ze werken in de darmen en kunnen niet bij het kind komen. Bij langdurig gebruik hebben lactulose en psylliumvezels de voorkeur. Daarmee is de meeste ervaring in de zwangerschap opgedaan.

Ook tijdens de borstvoeding is het veilig om deze middelen te gebruiken.

Zwangerschapsmisselijkheid

Bij milde klachten kan aanpassing van het eetpatroon al veel verlichting geven. Alleen wanneer leefstijl- en dieetmaatregelen niet voldoende helpen kunt u een geneesmiddel overwegen.

De meest gebruikte middelen zijn:

-  Meclozine (Suprimal®)*
-  Meclozine plus pyridoxine (Emesafene®)
-  Metoclopramide (Primperan®)
-  Cyclizine*
-  Domperidon (Motilium®)*

* = vrij verkrijgbaar

U mag deze geneesmiddelen tijdens de zwangerschap gebruiken, alleen domperidon is niet aan te raden. Met meclozine is de meeste ervaring opgedaan. Daarom heeft dit middel de voorkeur, eventueel gecombineerd met pyridoxine.

Wat is Lareb?

Het Nederlands Bijwerkingencentrum Lareb bewaakt de veiligheid van geneesmiddelen en vaccins in Nederland. Hier worden alle bijwerkingen van geneesmiddelen verzameld. De veiligheid van geneesmiddelengebruik tijdens de zwangerschap en borstvoeding is een speciaal aandachtsgebied van Lareb. Geneesmiddelen worden goed onderzocht voordat ze gebruikt gaan worden. Toch komen in de praktijk soms nieuwe bijwerkingen aan het licht. Door bijwerkingen bij Lareb te melden, draagt u bij aan een veiliger gebruik van geneesmiddelen.

Een bijwerking melden - hoe gaat dat?

Een bijwerking meldt u door het meldformulier op www.lareb.nl in te vullen. Meer meldingen betekent dat Lareb een betrouwbaarder beeld krijgt van bijwerkingen. Meldingen kunnen bijvoorbeeld leiden tot aanpassen van de bijsluiter.

Welke klachten melden?

U kunt elke klacht melden waarbij u denkt aan een mogelijke bijwerking van een geneesmiddel of een vaccin. Meld in ieder geval ernstige bijwerkingen, bijwerkingen van nieuwe geneesmiddelen, bijwerkingen bij kinderen en bijwerkingen die niet in de bijsluiter staan.

Meer informatie op onze website

Op onze website www.lareb.nl vindt u veel informatie over de veiligheid van geneesmiddelen en vaccins, bijvoorbeeld over bijwerkingen of over het gebruik van geneesmiddelen tijdens de zwangerschap.

Bijwerkingen?
Melden!

www.lareb.nl

www.lareb.nl

Nederlands Bijwerken Centrum Lareb, Antwoordnummer 10670,
5200 WB 's-Hertogenbosch, T. 073-6469700, E-mail: info@lareb.nl