

Miskraam of zwangerschapsverlies

Meer dan 1 op de 10 zwangerschappen eindigt in een miskraam

Het is moeilijk om te meten hoeveel % van de zwangerschappen precies spontaan verloren gaan, maar men schat dat dit 10 tot 15% van de zwangerschappen treft. Men wacht vaak bewust met het delen van de zwangerschap tot men 12 weken zwanger is. Dan is het grootste risico op zwangerschapsverlies voorbij. Met deze 'strategie' houdt men al rekening met het gegeven dat het fout kan aflopen en dat men dit dan niet met iedereen hoeft te delen. Hierdoor blijft zwangerschapsverlies onder de radar en voelen personen zich vaak eenzaam als ze een miskraam meemaken. Ongeveer 1.4% van de vrouwen maakt dit mee bij twee of meer opeenvolgende zwangerschappen. Het verlies van twee opeenvolgende zwangerschappen kan toevallige pech zijn, of er kan meer aan de hand zijn. Het is in dat geval steeds aan te raden om een gynaecoloog te raadplegen.

Zwangerschapsverlies is voor de meeste vrouwen/koppels een erg ingrijpende gebeurtenis. Het verlies van de baby gaat gepaard met het verlies van de toekomstplannen die ze al stilletjes maakten. Gezien erg veel vrouwen/koppels eerder door dit proces gingen, kan het helpen als ze hier met anderen over praten. Als koppels het een hele periode lastig blijven hebben met het zwangerschapsverlies, dan kan het aangewezen zijn om langs te gaan bij een psycholoog.