



# Pledge

# Preconceptionele gezondheid

## Kleine moeite, grote impact

Elke dag worden circa 500 tot 550 vrouwen zwanger in Nederland. Een groot deel van hen wordt bedoeld zwanger, een deel ook niet. Lang niet alle ouders weten wat nodig is voor een gezonde start van hun zwangerschap. Ook kan de situatie waarin zij zich bevinden een gezonde leefstijl in de weg staan. Nieuw leven is een goed moment om te investeren in de gezondheid van (aanstaande) ouders en daarmee in toekomstige generaties. Nu investeren in een gezonde start heeft een grote impact op de rest van het latere leven.

Gezond oud worden begint in de baarmoeder en zelfs al voor de bevruchting. Vroeg investeren in de gezondheid en het welzijn van (toekomstige) ouders is dan ook van groot belang. Wanneer het gesprek over een gezonde start van hun zwangerschap eerder wordt gevoerd, komen (toekomstige) ouders die ondersteuning en zorg nodig hebben eerder in beeld. Zo wordt het normaal om over een (volgende) zwangerschap na te denken en in gesprek met professionals te gaan. En wordt de kans vergroot dat mentale, sociale of fysieke problemen in het latere leven voorkomen worden. Kortom: preconceptionele gezondheid draagt bij aan het verkleinen van gezondheidsachterstanden en kansenongelijkheid en geeft (toekomstige) ouders handelingsopties in de preconceptiefase. Zeker ook als het gaat over genetische risico's. Het is dan ook preventie bij uitstek.

## Eigen en gedeelde verantwoordelijkheid

De uitdaging is hoe we met elkaar die optimale preconceptionele gezondheid voor alle (toekomstige) ouders met een kinderwens bevorderen.

Over welke uitdagingen hebben we het dan? Bijvoorbeeld over hoe je de vrouwen en mannen met minder ontwikkelde gezondheidsvaardigheden of een mindere beheersing van de Nederlandse taal het beste kan bereiken. Maar ook op welke manier je het gesprek aangaat met (toekomstige) ouders die sociale problematiek ervaren of waar sprake is van een andere kwetsbare situatie. Een ander voorbeeld is het gesprek met de hoger opgeleide vrouw, die haar zwangerschap uitstelt, stress op het werk en druk om zwanger te worden vanuit de eigen omgeving ervaart.

Iedereen, zowel in het formele als in het informele netwerk van (toekomstige) ouders, kan hier mee te maken krijgen en heeft hier een rol in. Denk aan de zorg (en niet alleen de geboortezorg), cliëntenorganisaties, het sociaal domein, gemeenten, verzekeraars maar ook de aanstaande moeders of vaders en hun eigen netwerk (familie, vrienden).

### **Verantwoordelijkheid nemen**

Partijen nemen hun verantwoordelijkheid en zetten zich actief in om preconceptionele gezondheid in de praktijk te brengen.

## Bewustwording

Aanstaande ouders met een kinderwens zijn niet zomaar te identificeren. Dit maakt het lastig hen te bereiken met gerichte voorlichting over het belang van een gezonde zwangerschap. Toch zijn er voldoende momenten om een kinderwens zichtbaar te maken en aan alle vrouwen en mannen in de vruchtbare leeftijd de centrale vraag te stellen: 'Wilt u het komende jaar zwanger worden?'. Het bewuster inzetten en beter benutten van deze momenten door professionals in zowel het medische als het (gemeentelijke) sociale domein biedt de kans om met (toekomstige) ouders te praten over een gezonde zwangerschap.

### **Benutten van momenten: centrale vraag stellen**

Een kleine moeite, grote impact door de vraag 'Wilt u het komende jaar zwanger worden?' gericht en bewust in te zetten.

## Benutten van kansen, haakjes zien

Wij bevorderen dat iedere betrokken professional de haakjes gaat zien om het gesprek over gezond zwanger worden, aan te gaan. Er zijn verschillende haakjes om preconceptionele gezondheid bespreekbaar te maken, zoals:

- Medische zorgvraag (komt een vrouw/man bij de dokter).
  - Inventariseer een mogelijke kinderwens door de centrale vraag te stellen.
  - Leidt toe naar individuele voorlichting en zorg, gerichte interventies of preconceptieconsult bij een bevestigend antwoord.
- Voorlichting anticonceptie en medicatiegebruik.
  - Maak bespreekbaar van wat er nodig is in geval iemand zwanger wil worden (of juist niet).
- Verbinding medisch en sociaal domein.
  - Zet de eerste duizend dagen van een kind op de beleidsagenda van gemeenten en hun stakeholders.
  - Borg preconceptionele gezondheid in de lokale coalities Kansrijke Start en in professionele richtlijnen.
  - Inventariseer een mogelijke kinderwens door de centrale vraag te laten stellen door hulpverleners en zorgverleners.
- Interconceptie gezondheid.
  - Geef ondersteuning/zorg naar een eventuele volgende zwangerschap om gezond zwanger te worden.
- Preconceptionele gezondheid in het reguliere (basis) onderwijs.
  - Maak gezond zwanger worden onderdeel van seksuele voorlichting.
- Rol van de bedrijfsarts in preconceptionele gezondheid.
  - Biedt preconceptiezorg actief aan vanuit perspectief van werksetting.

### **Duurzame aanpak**

Partijen erkennen het belang van preconceptionele gezondheid en de noodzaak tot actie op devolgende vier facetten: (1) het bespreekbaar maken van de wens om zwanger te worden, (2) het geven van individuele voorlichting ([www.zwangerwijzer.nl](http://www.zwangerwijzer.nl)), (3) het gericht doorverwijzen naar individuele zorg of ondersteuning en (4) het elkaar scherp houden op het belang van een gezonde zwangerschap.

## Thema uitwerking

Om preconceptionele gezondheid op de agenda te zetten en te houden, werken partijen mede mee aan de uitwerking van thema's, in de vorm van thema werkgroepen. Er zijn vooralsnog zes thema's die naar verwachting één tot twee keer bij elkaar komen. Ieder thema werkt één van de hierboven beschreven haakjes uit. Het doel hierbij is om aspecten van de verschillende haakjes te inventariseren, verder uit te werken en om te zetten in een set afspraken die bestuurlijk gedragen wordt. Deze afspraken dragen bij aan een betere preconceptionele gezondheid en een kansrijke start voor het kind in de eerste duizend dagen.

### Aan de slag met zes thema's

Zes thema's worden uitgewerkt in een concrete set afspraken die bestuurlijk gedragen wordt.

## Uitwerking zes thema's

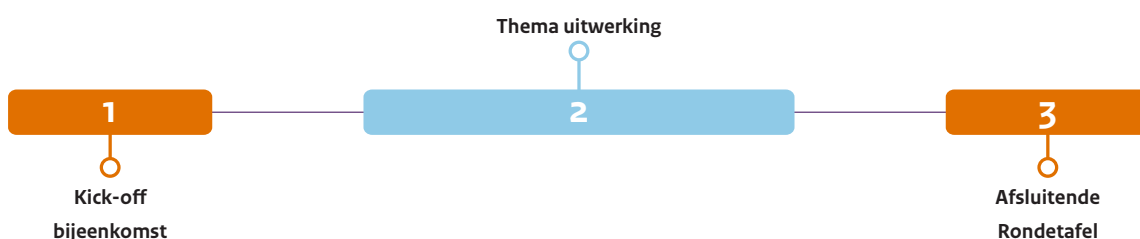
Partijen volgen bij de uitwerking van de thema's de hierboven genoemde vier facetten voor een duurzame aanpak. In de uitwerking kunnen de volgende vragen ondersteunend zijn:

- Hoe kan zonder schroom de centrale vraag 'wilt u het komende jaar zwanger worden?' aan de vrouw en man in de vruchtbare levensfase worden gesteld?
- Welke instrumenten en interventies voor goede preconceptie zorg zijn beschikbaar en bekend?
- Hoe worden deze instrumenten en interventies ingezet?
- Hoe kan de zorgverlener de (aanstaande) moeder of vader verwijzen naar het juiste loket voor ondersteuning of zorg in preconceptionele gezondheid?
- Hoe wordt het thema preconceptionele gezondheid gezien als onderdeel van kwaliteit van zorg en professioneel handelen van zorgverleners?
- Hoe kan worden gezorgd dat preconceptionele gezondheid onderdeel is en blijft van de gemeenschappelijke agenda van het medisch en sociaal domein?

Elk thema wordt ondersteund door een voorzitter en secretaris. Zij zien toe op het proces en de voortgang van de te ontwikkelen set afspraken. Daarnaast zijn zij de verbinding tussen de thema's en het expertteam preconceptionele gezondheid. Op die manier wordt gevolgd of de in uitwerking zijnde afspraken bijdragen aan bewustwording van en duurzame inzet op preconceptionele gezondheid.

## Planning

Na de kick-off bijeenkomst (25 juni 2021) is er zes maanden de tijd om - per thema - te komen tot concrete afspraken die op draagvlak van bestuurders mogen rekenen. Deze afspraken worden in een brede ronde tafel (voorzien in december 2021) door bestuurders formeel bekrachtigd



## Ondertekenaars pledge



Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

