



VRAGENLIJST - MYPP STUDIE

Myo-inositol Suppletie ter Preventie van Zwangerschapscomplicaties
bij Vrouwen met Polycysteus Ovarium Syndroom

VRAGENLIJST III – 6 WEKEN NA DE BEVALLING

MYPP studienummer: -

Toelichting

Geachte mevrouw,

Hierbij u ontvangt u de **derde vragenlijst** in het kader van uw deelname aan de MYPP studie. We hopen dat u en uw baby het goed maken en danken u hartelijk voor al uw inspanningen voor dit onderzoek.

Met deze vragenlijst willen wij graag meer informatie verkrijgen over uw leefstijl en gezondheid de afgelopen tijd en over het gebruik van de voedingssupplementen die u heeft ontvangen in het kader van uw deelname. In deze gehele vragenlijst zullen we de supplementen voor beide onderzoeksgroepen 'het voedingssupplement' noemen, ongeacht voor welk supplement u heeft geloot. Ook zijn wij benieuwd naar de gezondheid van uw baby en de voeding die uw baby op dit moment krijgt.

Zou u deze vragenlijst **6 weken na de bevalling** voor ons in willen vullen? Het invullen van de vragenlijst duurt ongeveer 30 minuten.

De vragenlijst bestaat uit **6 onderdelen**. Elk onderdeel begint met een korte introductie over hoe het onderdeel in te vullen. Sommige vragen zult u herkennen van eerdere vragenlijsten. Toch willen wij u vriendelijk verzoeken om alle vragen in te vullen. Kruis bij iedere vraag steeds één antwoord aan, tenzij er bij de vraag staat dat er meerdere antwoorden mogelijk zijn.

Mochten er onduidelijkheden zijn, dan kunt u contact opnemen met de arts-onderzoeker van de MYPP studie. Uw gegevens zullen vanzelfsprekend vertrouwelijk behandeld worden.

Datum van invullen van de vragenlijst: ____ / ____ / 20 ____

Veel succes bij het invullen en hartelijk dank voor uw medewerking!

Met vriendelijke groeten,

Namens het MYPP onderzoeksteam,

Drs. C.M.C. Frank

Arts-onderzoeker MYPP studie, Erasmus MC Rotterdam

E-mail: MYPP.trial@erasmusmc.nl

Telefoonnummer: 06 - 50094894

ONDERDEEL I : Gebruikerservaring, leefstijl, beloop zwangerschap en kraamtijd

GEBRUIKERSERVARING

Instructies – De volgende vragen gaan over de supplementen die u gebruikt voor dit onderzoek. We noemen die hier voor beide onderzoeksgroepen ‘**het voedingssupplement**’, ongeacht in welke groep u bent ingeloot. Het gaat hier dus om de zakjes voedingssupplement die u heeft gekregen aan het begin van de studie. De vragen hebben betrekking op het gebruik van het voedingssupplement na onze vorige vragenlijst, dus in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling.

1. Heeft u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling een positief effect gemerkt van het gebruik van het voedingssupplement?

- ☐ Nee
☐ Ja, namelijk

2. Heeft u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling problemen gehad met het innemen van het voedingssupplement? Het gaat hier alleen om problemen bij inname (bijv. problemen bij het doorslikken). In vraag 3 wordt gevraagd naar eventuele bijwerkingen.

- ☐ Nee
☐ Ja, namelijk

3. Heeft u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling last gehad van bijwerkingen van het voedingssupplement? Beantwoord deze vraag alleen voor eventuele bijwerkingen die u specifiek relateert aan het gebruik van het voedingssupplement voor dit onderzoek.

- ☐ Nee
☐ Ja, namelijk

4. Beantwoord de volgende vragen over hoe u het voedingssupplement voor dit onderzoek heeft gebruikt in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling.

In de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling:	Ja	Nee
1. Bent u het voedingssupplement wel eens vergeten in te nemen?	☐	☐
2. Heeft u het voedingssupplement wel eens niet ingenomen om redenen anders dan dat u het vergeten was in deze periode?	☐	☐
3. Heeft u het voedingssupplement wel eens minder vaak of een periode helemaal niet gebruikt omdat u zich er minder goed door voelde, zonder dit aan uw verloskundige, arts of de onderzoeker te melden?	☐	☐
4. Bent u het voedingssupplement wel eens vergeten mee te nemen wanneer u het huis verliet of op reis was?	☐	☐
5. Wanneer u zich goed voelde, bent u dan wel eens gestopt met het innemen van het voedingssupplement?	☐	☐
6. Elke dag voedingssupplementen innemen kan voor sommige mensen heel onhandig en lastig zijn. Vond u het wel eens lastig om de voedingssupplementen zoals voorgeschreven te gebruiken?	☐	☐
7. Hoe vaak bent u het voedingssupplement vergeten in te nemen?	Nooit/zelden ☐	Af en toe ☐
	Soms ☐	Regelmatig ☐
		Altijd ☐

5. In de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling, hoe vaak per week heeft u gemiddeld een dosis (één zakje) gemist?

- ☐ Ik ben nog nooit een zakje vergeten in te nemen
- ☐ Minder dan 1 keer per week
- ☐ 1 -3 zakjes per week
- ☐ Meer dan 3 zakjes per week
- ☐ Anders, namelijk

LEEFSTIJL

6. Heeft u tijdens de zwangerschap gerookt?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, maar ik ben gestopt toen ik weken zwanger was. Daarvoor rookte ik keer per dag.
- ☐ Ja, ik heb de gehele zwangerschap gerookt, gemiddeld keer per dag.

7. Heeft u na de bevalling gerookt?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, ik ben nooit gestopt met roken en rook gemiddeld keer per dag.
- ☐ Ja, ik rook sinds weken na de bevalling en rook gemiddeld keer per dag.

8. Heeft u tijdens de zwangerschap alcoholhoudende dranken gedronken?

- ☐ Ja
- ☐ Nee – *ga door naar vraag 11*

9. Hoe vaak heeft u tijdens de zwangerschap alcohol gedronken?

- ☐ 1-4 keer in de gehele zwangerschap
- ☐ 5-8 keer in de gehele zwangerschap
- ☐ 1-3 keer per maand
- ☐ 1-3 keer per week
- ☐ 4-6 keer per week
- ☐ Dagelijks

10. Hoe veel glazen alcohol dronk u gemiddeld per keer tijdens de zwangerschap?

Gemiddeld glazen per keer

11. Heeft u na de bevalling alcoholhoudende dranken gedronken?

- ☐ Ja
- ☐ Nee – *ga door naar vraag 14*

12. Hoe vaak heeft u sinds de bevalling alcohol gedronken?

- ☐ 1-2 keer sinds de bevalling
- ☐ 3-5 keer sinds de bevalling
- ☐ 1-3 keer per week
- ☐ 4-6 keer per week
- ☐ Dagelijks

13. Hoe veel glazen alcohol dronk/drinkt u sinds de bevalling gemiddeld per keer?

Gemiddeld glazen per keer

14. Heeft u tijdens de zwangerschap soft- of harddrugs gebruikt? (Onder soft- of harddrugs wordt verstaan: wiet, marihuana, hasj, cocaïne, heroïne, XTC of anders)

- ☐ Nee
☐ Ja, namelijk (noteer soort drugs), tijdens de zwangerschap keer.

15. Heeft u na de bevalling soft- of harddrugs gebruikt?

- ☐ Nee
☐ Ja, namelijk (noteer soort drugs), na de bevalling keer.

16. Hoe vaak heeft u onderstaande producten sinds de bevalling gemiddeld gegeten? Vul onderstaande tabel in. Kruis per regel voor elk product slechts één vakje aan.

	Nooit	<1 keer per maand	1-3 keer per maand	1-3 keer per week	4-6 keer per week	1 keer per dag	2-3 keer per dag	> 3 keer per dag
Groente	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Fruit	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vlees	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Vis	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Ei	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Melkproducten	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Noot (producten)	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

17. Heeft u sinds de vorige vragenlijst andere vitaminepreparaten, voedingssupplementen en/of homeopathische middelen gebruikt dan de voedingssupplementen die u gebruikte voor dit onderzoek? Het gaat hier dus om de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu.

- ☐ Nee
☐ Ja - Vul onderstaande tabel in.

	Naam middel (bijv. vitamine D)	Reden gebruik (bijv. vermoeidheid)	Dosering (bijv. 10 mcg)	Eenheden per dag (bijv. 1 tablet/dag)	Duur gebruik (bijv. 90 dgn)
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					

VERLOOP ZWANGERSCHAP EN KRAAMTIJD

18. Heeft u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling medicijnen gebruikt? (Met medicijnen wordt bedoeld: alle medicijnen die u heeft gekregen in het ziekenhuis of op recept en geneesmiddelen die u heeft gekocht bij de apotheek of drogist.)

- ☐ Nee
☐ Ja – Vul de tabel op de volgende pagina in

	Naam medicijn (bijv. Aldomet)	Reden gebruik (bijv. hoge bloeddruk)	Dosering (bijv. 250 mg)	Eenheden per dag (bijv. 3 tabletten/dag)	Duur gebruik (bijv. 90 dagen)
1.					
2.					
3.					

19. Heeft u na de bevalling medicijnen gebruikt?☐ Nee☐ Ja – Vul onderstaande tabel in.

	Naam medicijn (bijv. Aldomet)	Reden gebruik (bijv. hoge bloeddruk)	Dosering (bijv. 250 mg)	Eenheden per dag (bijv. 3 tabletten/dag)	Duur gebruik (bijv. 90 dagen)
1.					
2.					
3.					

20. Bent u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en de bevalling opgenomen geweest in het ziekenhuis? (Opname voor alléén de bevalling zonder verlenging van uw opname hoeft u hier niet te noemen)☐ Nee☐ Ja – Vul onderstaande tabel in. Beschrijf elke opname apart.

	Reden van opname	Locatie	Duur opname (dagen)
1.	☐ Gestoorte bloedsuikerwaarden ☐ Hoge bloeddruk ☐ Opname van mijn baby ☐ Anders, namelijk:	Naam ziekenhuis: Afdeling:	 dagen
2.	☐ Gestoorte bloedsuikerwaarden ☐ Hoge bloeddruk ☐ Opname van mijn baby ☐ Anders, namelijk:	Naam ziekenhuis: Afdeling:	 dagen

21. Bent u na de bevalling opgenomen geweest in het ziekenhuis?☐ Nee☐ Ja – Vul onderstaande tabel in. Beschrijf elke opname apart.

	Reden van opname	Locatie	Duur opname (dagen)
1.	☐ Gestoorte bloedsuikerwaarden ☐ Hoge bloeddruk ☐ Opname van mijn baby ☐ Anders, namelijk:	Naam ziekenhuis: Afdeling:	 dagen
2.	☐ Gestoorte bloedsuikerwaarden ☐ Hoge bloeddruk ☐ Opname van mijn baby ☐ Anders, namelijk:	Naam ziekenhuis: Afdeling:	 dagen

22. Moest uw baby direct na de geboorte opgenomen worden? En zo ja, hoelang?☐ Nee – ga door naar het volgende onderdeel (onderdeel II) van de vragenlijst☐ Ja, namelijk dagen

23. Waarom werd uw baby na de geboorte opgenomen? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Observatie omdat u bepaalde medicijnen heeft gebruikt tijdens de zwangerschap.
☐ Vroeggeboorte (*Hiermee wordt bedoeld: een bevalling die plaatsvindt voor 37 weken zwangerschapduur.*)
☐ Te laag geboortegewicht
☐ Te hoog geboortegewicht
☐ Controle van bloedsuikerwaarden welke:
 ☐ niet afwijkend waren
☐ één of meerdere malen te hoog waren
☐ één of meerdere malen te laag waren
☐ Anders, namelijk

24. Op welke van de volgende afdelingen heeft uw baby na de geboorte opgenomen gelegen? En hoe lang heeft uw baby op deze afdeling opgenomen gelegen?

Afdeling		
1. Intensive Care Neonatologie (NICU)	☐ Nee	☐ Ja, dagen
2. Medium Care Neonatologie (MC)	☐ Nee	☐ Ja, dagen
3. Kraamafdeling (<i>bijv. bij u op de kamer</i>)	☐ Nee	☐ Ja, dagen

ONDERDEEL II : Algemene gezondheidstoestand op dit moment

Instructies - Zet bij ieder item in de lijst hieronder een kruisje in het hokje bij de zin die het best past bij uw gezondheidstoestand van **vandaag**.

1. Mobiliteit

- ☐ Ik heb geen problemen met lopen
- ☐ Ik heb een beetje problemen met lopen
- ☐ Ik heb matige problemen met lopen
- ☐ Ik heb ernstige problemen met lopen
- ☐ Ik ben niet in staat om te lopen

2. Zelfzorg

- ☐ Ik heb geen problemen met mijzelf wassen of aankleden
- ☐ Ik heb een beetje problemen met mijzelf wassen of aankleden
- ☐ Ik heb matige problemen met mijzelf wassen of aankleden
- ☐ Ik heb ernstige problemen met mijzelf wassen of aankleden
- ☐ Ik ben niet in staat mijzelf te wassen of aan te kleden

3. Dagelijkse activiteiten (bijv. werk, studie, huishouden, gezins- en vrijetijdsactiviteiten)

- ☐ Ik heb geen problemen met mijn dagelijkse activiteiten
- ☐ Ik heb een beetje problemen met mijn dagelijkse activiteiten
- ☐ Ik heb matige problemen met mijn dagelijkse activiteiten
- ☐ Ik heb ernstige problemen met mijn dagelijkse activiteiten
- ☐ Ik ben niet in staat mijn dagelijkse activiteiten uit te voeren

4. Pijn / Ongemak

- ☐ Ik heb geen pijn of ongemak
- ☐ Ik heb een beetje pijn of ongemak
- ☐ Ik heb matige pijn of ongemak
- ☐ Ik heb ernstige pijn of ongemak
- ☐ Ik heb extreme pijn of ongemak

5. Angst / Sombereheid

- ☐ Ik ben niet angstig of somber
- ☐ Ik ben een beetje angstig of somber
- ☐ Ik ben matig angstig of somber
- ☐ Ik ben erg angstig of somber
- ☐ Ik ben extreem angstig of somber

Instructies - Geef hieronder aan hoe goed of slecht u uw gezondheidstoestand **vandaag** waardeert.

Gebruik hiervoor de meetschaal hiernaast.

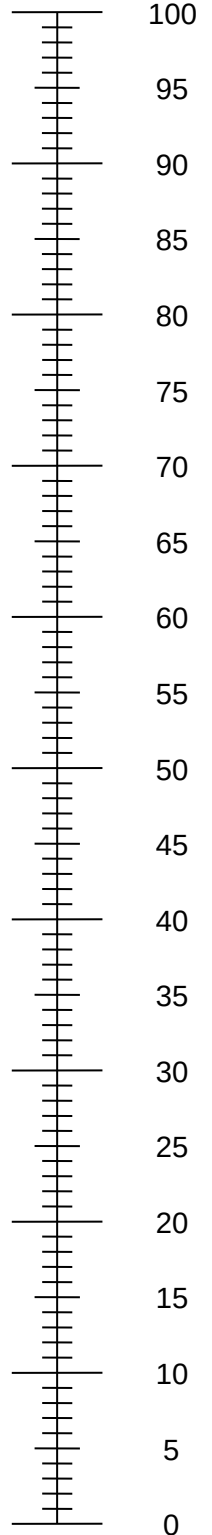
- Deze meetschaal loopt van 0 tot 100.
- **100** staat voor de **beste** gezondheid die u zich kunt voorstellen.
- **0** staat voor de **slechtste** gezondheid die u zich kunt voorstellen.

Geef uw gezondheidstoestand **vandaag** als volgt weer:

1. Markeer een **X** op de meetschaal om aan te geven hoe uw gezondheid **vandaag** is.
2. **Noteer het getal** waarbij u de X heeft geplaatst in **onderstaand vakje**.

Uw gezondheidstoestand vandaag =

De beste gezondheid
die u zich kunt
voorstellen



De slechtste gezondheid
die u zich kunt
voorstellen

ONDERDEEL III : Effect van gezondheid op kwaliteit van leven bij PCOS

Instructies - De volgende vragen gaan over veelvoorkomende fysieke, emotionele en sociale problemen bij PCOS. Nu u bevallen bent zullen sommige vragen minder relevant lijken. Om inzicht te krijgen in eventuele veranderingen in uw situatie in de loop der tijd willen wij u toch vragen **alle** vragen in te vullen. Beantwoord elke vraag door het vakje aan te kruisen dat het beste weergeeft hoe u zich voelt. Kruis per vraag slechts **één** vakje aan. Er is geen goed of fout antwoord.

In hoeverre heeft u groei van zichtbaar haar op uw kin als een probleem ervaren in de <u>afgelopen twee weken</u> ?							
	Een ernstig probleem	Een groot probleem	Een matig probleem	Enig probleem	Een klein probleem	Bijna geen probleem	Geen probleem
1. Groei van zichtbaar haar op uw kin?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In de <u>afgelopen twee weken</u> , hoe vaak heeft u zich:							
	Continu	Meestal	Regelmatig	Soms	Weinig	Bijna nooit	Nooit
2. Depressief gevoeld als gevolg van PCOS?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
3. Zorgen gemaakt over het hebben van overgewicht?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
4. Snel vermoeid gevoeld?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
5. Zorgen gemaakt over vruchtbaarheidsproblemen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
6. Humeurig gevoeld als gevolg van PCOS?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Met betrekking tot uw <u>laatste menstruatie</u> , in hoeverre heeft u de volgende aspecten als een probleem ervaren? Indien u nog geen menstruatie heeft gehad na de bevalling, beantwoord deze vraag dan voor de laatste menstruatie vóór de zwangerschap.							
	Een ernstig probleem	Een groot probleem	Een matig probleem	Enig probleem	Een klein probleem	Bijna geen probleem	Geen probleem
7. Hoofdpijn?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
8. Onregelmatige menstruaties?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In hoeverre heeft u groei van zichtbaar haar op uw bovenlip als een probleem ervaren in de <u>afgelopen twee weken</u> ?							
	Een ernstig probleem	Een groot probleem	Een matig probleem	Enig probleem	Een klein probleem	Bijna geen probleem	Geen probleem
9. Groei van zichtbaar haar op uw bovenlip?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In de <u>afgelopen twee weken</u> , hoe vaak heeft u:							
	Continu	Meestal	Regelmatig	Soms	Weinig	Bijna nooit	Nooit
10. Problemen ervaren met uw gewicht?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
11. Weinig zelfvertrouwen gehad als gevolg van PCOS?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
12. Zich gefrustreerd gevoeld terwijl u probeerde af te vallen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

13. Angst gevoeld om geen kinderen te kunnen krijgen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
14. Angst gevoeld om kanker te krijgen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In de afgelopen twee weken, in hoeverre heeft u de volgende aspecten als een probleem ervaren?

	Een ernstig probleem	Een groot probleem	Een matig probleem	Enig probleem	Een klein probleem	Bijna geen probleem	Geen probleem
15. Groei van zichtbaar haar in uw gezicht?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
16. Schaamte vanwege overmatige lichaamsbehaar?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In de afgelopen twee weken, hoe vaak bent/heeft u:

	Continu	Meestal	Regelmatig	Soms	Weinig	Bijna nooit	Nooit
17. Zich zorgen gemaakt over het hebben van PCOS?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
18. Zelfbewust geweest als gevolg van PCOS?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Met betrekking tot uw laatste menstruatie, in hoeverre heeft u de volgende aspecten als een probleem voor u? Indien u nog geen menstruatie heeft gehad na de bevalling, beantwoord deze vraag dan voor de laatste menstruatie vóór de zwangerschap.

	Een ernstig probleem	Een groot probleem	Een matig probleem	Enig probleem	Een klein probleem	Bijna geen probleem	Geen probleem
19. Opgeblazen gevoel?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
20. Een laat begin van de menstruatie?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
21. Menstruatiekrampen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In de afgelopen twee weken, hoe vaak heeft u:

	Continu	Meestal	Regelmatig	Soms	Weinig	Bijna nooit	Nooit
22. Het gevoel gehad niet aantrekkelijk te zijn door het hebben van overgewicht?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
23. Het gevoel gehad de situatie met PCOS onvoldoende onder controle te hebben?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
24. Moeite gehad op het gewenste gewicht te blijven?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
25. Zich verdrietig gevoeld vanwege vruchtbaarheidsproblemen?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

In hoeverre heeft u groei van zichtbare lichaamsbehaar als een probleem ervaren in de afgelopen twee weken?

	Een ernstig probleem	Een groot probleem	Een matig probleem	Enig probleem	Een klein probleem	Bijna geen probleem	Geen probleem
26. Groei van zichtbaar lichaamsbehaar?	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

ONDERDEEL IV : Gemoedstoestand

Instructies - Er volgen nu 21 rijtjes uitspraken. Lees a.u.b. ieder rijtje aandachtig door en kies uit elk rijtje **één** uitspraak, die het best beschrijft hoe u zich de afgelopen **twee weken met vandaag erbij** gevoeld heeft. Kruis het bolletje aan met het cijfer vóór de door u gekozen uitspraak. Als meerdere uitspraken in een rijtje even goed van toepassing zijn, kruis dan het bolletje aan met het hoogste cijfer van dat rijtje. Let er op dat u niet meer dan één uitspraak per rijtje kiest, ook bij vraag 16 (Veranderingen in Slaappatroon) en 18 (Veranderingen in Eetlust). Let er op dat u niet meer dan één uitspraak per rijtje kiest, ook bij vraag 16 (Veranderingen in Slaappatroon) en 18 (Veranderingen in Eetlust).

1. Somberheid, verdriet

- ① Ik voel me niet somber.
- ① Ik voel me een groot deel van de tijd somber.
- ② Ik ben de hele tijd somber.
- ③ Ik ben zó somber of ongelukkig dat ik het niet verdragen kan.

2. Pessimisme

- ① Ik ben niet ontmoedigd over mijn toekomst.
- ① Ik ben meer ontmoedigd over mijn toekomst dan vroeger.
- ② Ik verwacht niet dat de dingen goed voor mij zullen uitpakken.
- ③ Ik heb het gevoel dat mijn toekomst hopeloos is en dat het alleen maar erger zal worden.

3. Mislukkingen

- ① Ik voel me geen mislukking.
- ① Ik heb te veel dingen laten mislukken.
- ② Als ik terugkijk, zie ik een hoop mislukkingen.
- ③ Ik vind dat ik als persoon een totale mislukking ben.

4. Verlies van plezier

- ① Ik beleef net zo veel plezier als altijd aan de dingen die ik leuk vind.
- ① Ik geniet niet meer zoveel van dingen als vroeger.
- ② Ik beleef heel weinig plezier aan de dingen die ik vroeger leuk vond.
- ③ Ik beleef geen enkel plezier aan de dingen die ik vroeger leuk vond.

5. Schuldgevoelens

- ① Ik voel me niet bijzonder schuldig.
- ① Ik voel me schuldig over veel dingen die ik heb gedaan of had moeten doen.
- ② Ik voel me meestal erg schuldig.
- ③ Ik voel me de hele tijd schuldig.

6. Gevoel gestraft te worden

- ① Ik heb niet het gevoel dat ik gestraft word.
- ① Ik heb het gevoel dat ik misschien gestraft zal worden.
- ② Ik verwacht gestraft te worden.
- ③ Ik heb het gevoel dat ik nu gestraft word.

7. Afkeer van zichzelf

- ① Ik voel me over mezelf net als altijd.
- ② Ik heb minder zelfvertrouwen.
- ③ Ik ben teleurgesteld in mezelf.
- ④ Ik heb een hekel aan mezelf.

8. Zelfkritiek

- ① Ik bekritiseer of verwijt mijzelf niet meer dan gewoonlijk.
- ② Ik ben meer kritisch op mezelf dan vroeger.
- ③ Ik bekritiseer mezelf voor al mijn tekortkomingen.
- ④ Ik verwijt mijzelf al het slechte wat gebeurt.

9. Suïcidale gedachten of wensen

- ① Ik heb geen enkele gedachte aan zelfdoding.
- ② Ik heb gedachten aan zelfdoding, maar ik zou ze niet ten uitvoer brengen.
- ③ Ik zou liever een eind aan mijn leven maken.
- ④ Ik zou een eind aan mijn leven maken als ik de kans kreeg.

10. Huilen

- ① Ik huil niet meer dan vroeger.
- ② Ik huil meer dan vroeger.
- ③ Ik huil om elk klein ding.
- ④ Ik wil graag huilen, maar ik kan het niet.

11. Agitatie, onrust

- ① Ik ben niet rustelozter of meer gespannen dan anders.
- ② Ik ben rustelozter of meer gespannen dan anders.
- ③ Ik ben zo rusteloos of opgewonden dat ik moeilijk stil kan zitten.
- ④ Ik ben zo rusteloos of opgewonden dat ik moet blijven bewegen of iets doen.

12. Verlies van interesse

- ① Mijn belangstelling voor andere mensen of activiteiten is niet verminderd.
- ② Ik heb nu minder belangstelling voor andere mensen of dingen dan vroeger.
- ③ Ik heb mijn belangstelling voor andere mensen of dingen grotendeels verloren.
- ④ Het is moeilijk om nog ergens belangstelling voor op te brengen.

13. Besluiteloosheid

- ① Ik neem beslissingen ongeveer even makkelijk als altijd.
- ② Ik vind het moeilijker om beslissingen te nemen dan gewoonlijk.
- ③ Ik heb veel meer moeite met het nemen van beslissingen dan vroeger.
- ④ Ik heb moeite met alle beslissingen.

14. Waardeloosheid

- ① Ik heb niet het gevoel dat ik waardeloos ben.
- ② Ik zie mezelf niet meer zo waardevol en nuttig als vroeger.
- ③ Vergeleken met anderen voel ik me meer waardeloos.
- ④ Ik voel me volstrekt waardeloos.

15. Energieverlies

- ④ Ik heb nog evenveel energie als altijd.
- ① Ik heb minder energie dan vroeger.
- ② Ik heb niet voldoende energie om veel te doen.
- ③ Ik heb niet genoeg energie om wat dan ook te doen.

16. Verandering van slaappatroon (*Kruis slechts één antwoord aan*)

- ④ Mijn slaappatroon is niet veranderd.
- ① Ik slaap wat meer dan gewoonlijk.
- ① Ik slaap wat minder dan gewoonlijk.
- ② Ik slaap veel meer dan gewoonlijk.
- ② Ik slaap veel minder dan gewoonlijk.
- ③ Ik slaap het grootste deel van de dag.
- ③ Ik word 1-2 uren te vroeg wakker en kan niet meer inslapen.

17. Prikkelbaarheid

- ④ Ik ben niet meer prikkelbaar dan anders.
- ① Ik ben meer prikkelbaar dan anders.
- ② Ik ben veel meer prikkelbaar dan anders.
- ③ Ik ben de hele tijd prikkelbaar.

18. Verandering van eetlust (*Kruis slechts één antwoord aan*)

- ④ Mijn eetlust is niet veranderd.
- ① Mijn eetlust is wat kleiner dan gewoonlijk.
- ① Mijn eetlust is wat groter dan gewoonlijk.
- ② Mijn eetlust is veel kleiner dan vroeger.
- ② Mijn eetlust is veel groter dan gewoonlijk.
- ③ Ik heb helemaal geen eetlust.
- ③ Ik verlang de hele tijd naar eten.

19. Concentratieproblemen

- ④ Ik kan me net zo goed concentreren als altijd.
- ① Ik kan me niet zo goed concentreren als anders.
- ② Het is lastig om mijn gedachten ergens lang bij te houden.
- ③ Ik kan me nergens op concentreren.

20. Moeheid

- ④ Ik ben niet meer moe of afgemat dan gewoonlijk.
- ① Ik word sneller moe of afgemat dan gewoonlijk.
- ② Ik ben te moe of afgemat voor veel dingen die ik vroeger wel deed.
- ② Ik ben te moe of afgemat voor de meeste dingen die ik vroeger wel deed.

21. Verlies van interesse in sex

- ④ Ik heb de laatste tijd geen verandering gemerkt in mijn belangstelling voor sex.
- ① Ik heb minder belangstelling voor sex dan vroeger.
- ② Ik heb tegenwoordig veel minder belangstelling voor sex.
- ③ Ik heb alle belangstelling voor sex verloren.

ONDERDEEL V : Invloed van gezondheid op zorggebruik en werkzaamheden

ZORGGEBRUIK VOOR UZELF

Instructies – Onderstaande vragen gaan over de zorg die u heeft gehad **sinds de vorige vragenlijst**. Het gaat dus om de periode **tussen 36 weken zwangerschap en nu**. Het gaat alléén om de zorg **voor uzelf** die u heeft gehad **buiten het Erasmus MC**, bijvoorbeeld in een ander ziekenhuis of een andere zorginstelling. De volgende afspraken tellen mee: telefonische afspraken, afspraken waarbij u de zorgverlener bezocht of deze bij u thuis kwam en telefoontjes met de receptenlijn. Mocht u een antwoord niet precies weten, probeer dan een schatting te geven. Er zijn geen foute of goede antwoorden.

- 1. Heeft u sinds de vorige vragenlijst een afspraak gehad met een van de volgende zorgverleners? En hoeveel afspraken waren dit in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?**

Zorgverlener		
1. Huisarts	☐ Nee	☐ Ja, afspraken
2. Praktijk ondersteuner van de huisarts (POH)	☐ Nee	☐ Ja, afspraken
3. Maatschappelijk werker	☐ Nee	☐ Ja, afspraken
4. Fysiotherapeut, caesartherapeut, therapeut mensendieck, manueel therapeut	☐ Nee	☐ Ja, afspraken (tel het aantal zo nodig bij elkaar op)
5. Ergotherapeut, revalidatiearts	☐ Nee	☐ Ja, afspraken
6. Diëtist	☐ Nee	☐ Ja, afspraken
7. Homeopaat of acupuncturist	☐ Nee	☐ Ja, afspraken (tel het aantal zo nodig bij elkaar op)
8. Psycholoog, psychotherapeut, psychiater	☐ Nee	☐ Ja, afspraken (tel het aantal zo nodig bij elkaar op)
9. Bedrijfsarts/Arboarts	☐ Nee	☐ Ja, afspraken
10. Verloskundige (bij een verloskundigen-praktijk buiten het ziekenhuis)	☐ Nee	☐ Ja, afspraken

- 2. Heeft u kraamzorg thuis gehad na de bevalling?**

- ☐ Nee
☐ Ja, namelijk in totaal uur

- 3. Heeft u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu naast kraamzorg andere hulp van de thuiszorg gehad? (Hiermee wordt bedoeld: zorg die wordt geleverd bij u thuis door een instelling voor thuiszorg. (Onbetaalde) zorg door uw vrienden/familie valt hier niet onder.)**

- ☐ Nee – ga door naar vraag 5
☐ Ja

- 4. Wat voor hulp heeft u (naast kraamzorg) van de thuiszorg gehad en voor hoe lang heeft u deze hulp gehad in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu? (U kunt meerdere hokjes aankruisen)**

Hulp van de thuiszorg	Aantal weken tussen 36 weken zwangerschap en nu	Gemiddeld aantal uur per week
☐ Huishoudelijke hulp (bijv. stofzuigen, boodschappen doen)	 weken	 uur/week
☐ Verzorging van uzelf (bijv. hulp bij douchen of aankleden)	 weken	 uur/week
☐ Verpleging (bijv. wondverzorging, medicijnen geven, infuusverzorging)	 weken	 uur/week

5. Hoe vaak bent u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu op de spoedeisende hulp (EHBO) van een ander ziekenhuis (dan het Erasmus MC) geweest?

- ☐ Geen enkele keer
☐ keer in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu

6. Hoe vaak bent u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu met de ambulance (ziekenauto) naar een ander ziekenhuis (dan het Erasmus MC) gebracht?

- ☐ Geen enkele keer
☐ keer in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu

7. Had u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu een afspraak voor uzelf met een dokter bij de polikliniek van een ander ziekenhuis (dan het Erasmus MC)? (bijv. met de gynaecoloog, internist etc.)

- ☐ Nee – ga door naar vraag 9
☐ Ja

8. Bij welk type medisch specialist bent u geweest en hoe vaak bent u bij deze specialist geweest in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?

	Welk type medisch specialist in het ziekenhuis? (bijv. gynaecoloog, cardioloog etc.)	Hoe vaak bij deze specialist in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?
1.		 keer
2.		 keer
3.		 keer

9. Bent u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu in een ander ziekenhuis (dan het Erasmus MC) geweest voor een behandeling overdag? (U bleef dus niet slapen. Bijv. voor een ijzerinfuus of antibiotica etc.)

- ☐ Nee - ga door naar vraag 11
☐ Ja

10. Voor welke soorten behandeling was dit en hoeveel keer moest u hiervoor naar het ziekenhuis in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu? Beschrijf elke soort behandeling apart.

	Welk soort behandeling?	Hoeveel keer voor deze behandeling in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?
1.		 keer
2.		 keer
3.		 keer

11. Bent u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu in een andere instelling dan het ziekenhuis geweest voor een behandeling overdag? (U bleef dus niet slapen. U ging bijvoorbeeld naar de dagbehandeling van een revalidatiecentrum of de dagopvang van een woon-/zorgcentrum of psychiatrische instelling etc.)

- ☐ Nee - ga door naar vraag 13
☐ Ja

12. Wat voor instelling was dit en hoe vaak moest u voor deze behandeling hier naartoe in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?

	Wat voor instelling?	Welk soort behandeling?	Hoe vaak in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?
1.			 keer
2.			 keer
3.			 keer

13. Bent u in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu opgenomen geweest in een andere instelling dan het ziekenhuis? (Bijv. u bleef slapen in een revalidatiecentrum, woon-/zorgcentrum of psychiatrische instelling etc.)

- ☐ Nee - ga door naar het onderdeel 'Zorggebruik voor uw baby'
- ☐ Ja

14. Wat voor instelling was dit en hoe lang bent u in deze instelling opgenomen geweest in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu? Bent u in meer dan één instelling opgenomen geweest? Vul dan hieronder voor iedere instelling in hoe lang u er bent geweest. Bent u ergens meer dan één keer geweest in deze periode? Tel dan alle dagen bij elkaar op.

	Wat voor instelling?	Reden van opname	Hoe lang in deze instelling in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu?
1.			 dagen
2.			 dagen
3.			 dagen

ZORGGEBRUIK VOOR UW BABY

Instructies – Onderstaande vragen gaan over de zorg die uw (**pasgeboren**) baby nodig heeft gehad. Het gaat alléén om de zorg die uw baby na geboorte **sinds naar huis gaan** nodig heeft gehad. Opname direct na de geboorte hoeft u hier dus niet te noemen. De volgende afspraken tellen mee: telefonische afspraken, afspraken waarbij u met uw baby de zorgverlener bezocht of deze bij u thuis kwam en telefoontjes met de receptenlijn. Mocht u een antwoord niet precies weten, probeer dan een schatting te geven. Er zijn geen foute of goede antwoorden.

1. Hoe vaak heeft u sinds naar huis gaan een afspraak gehad met de huisarts in verband met gezondheidsproblemen van uw baby?

- ☐ Geen enkele keer
- ☐ keer

2. Hoe vaak heeft u sinds naar huis gaan een afspraak gehad met de verloskundige in verband met gezondheidsproblemen van uw baby?

- ☐ Geen enkele keer
- ☐ keer

3. Hoe vaak heeft u sinds naar huis gaan een afspraak gehad met de lactatiekundige in verband met voedingsproblemen van uw baby?

- ☐ Geen enkele keer
☐ keer

4. Had u sinds naar huis gaan een afspraak met een dokter bij de polikliniek van het ziekenhuis in verband met gezondheidsproblemen van uw baby? (bijv. met de kinderarts of kindercardioloog etc.)

- ☐ Nee – ga door naar vraag 6
☐ Ja

5. Bij welk type medisch specialist bent u geweest en hoe vaak sinds uw baby thuis is na de geboorte?

	Welk type medisch specialist in het ziekenhuis? (bijv. algemeen kinderarts, cardioloog etc.)	Hoe vaak bij deze specialist sinds thuiskomst na de geboorte?
1.		 keer
2.		 keer
3.		 keer

6. Heeft u sinds naar huis gaan met een andere zorgverlener dan hierboven genoemd een afspraak gehad in verband met gezondheidsproblemen van uw baby? (bijv. met een fysiotherapeut)

- ☐ Nee - ga door naar vraag 8
☐ Ja

7. Met welk type hulpverlener was dit en hoe vaak sinds uw baby thuis is na de geboorte?

	Welk type hulpverlener buiten het ziekenhuis?	Hoeveel keer bij deze hulpverlener sinds thuiskomst na de geboorte?
1.		 keer
2.		 keer
3.		 keer

8. Hoe vaak bent u sinds naar huis gaan in verband met gezondheidsproblemen van uw baby op de spoedeisende hulp (EHBO) van het ziekenhuis geweest?

- ☐ Geen enkele keer
☐ keer

9. Is uw baby sinds naar huis gaan (her)opgenomen geweest in het ziekenhuis? (Uw baby moest dus blijven slapen.)

- ☐ Nee
☐ Ja - Vul de tabel hieronder in. Beschrijf elke opname apart.

	Welk ziekenhuis?	Welke afdeling?	Reden van opname	Duur opname (dagen)
1.				 dagen
2.				 dagen
3.				 dagen

GEZONDHEID EN ONBETAALDE WERKZAAMHEDEN

Instructies – Onderstaande vraag gaat over uw **onbetaalde werkzaamheden** en de gevolgen van eventuele gezondheidsproblemen op uw werkzaamheden.

1. Waren er in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu dagen waarop u een van de volgende onbetaalde werkzaamheden minder kon doen door lichamelijke of psychische problemen? En zo ja, op hoeveel dagen in de periode tussen 36 weken zwangerschap en nu? Vul onderstaande tabel in.

Onbetaalde werkzaamheden		
1. Huishoudelijke werkzaamheden (bijv. boodschappen doen, in de tuin werken)	☐ Nee	☐ Ja, uur per week gedurende weken
2. Zorg voor uw (eventuele) kind(eren)	☐ Nee	☐ Ja, uur per week gedurende weken
3. Vrijwilligerswerk	☐ Nee	☐ Ja, uur per week gedurende weken
4. Bezigheden voor school/opleiding	☐ Nee	☐ Ja, uur per week gedurende weken
5. Anders, namelijk		 uur per week gedurende weken

ONDERDEEL VI : Borstvoeding en kraamperiode

BORSTVOEDING

Instructies – Onderstaande vragen gaan over borstvoeding geven. In deze vragenlijst wordt onder **borstvoeding** verstaan: het geven van moedermelk door een baby aan te leggen aan de borst alsook het geven van afgekolfd moedermelk per fles. Met **kunstvoeding** wordt fabrieksmatige voeding bedoeld dat per fles wordt gegeven.

1. Heeft u uw (pasgeboren) baby ooit borstvoeding gegeven?

- ☐ Ja – ga verder met vraag 2
- ☐ Nee – ga door naar vraag 25 op pagina 24

Instructies – Onderstaande vragen (vraag 2 t/m 17) zijn alléén bedoeld voor vrouwen die hun (pasgeboren) baby **borstvoeding geven of hebben gegeven**.

2. Wat was voor u de belangrijkste reden om borstvoeding te gaan geven? (Kruis slechts één antwoord aan)

- ☐ Vanwege de goede ervaring die ik heb met borstvoeding geven
- ☐ Vanwege het contact tussen mij en mijn kind
- ☐ Borstvoeding is gezond voor mijn kind en bevat antistoffen
- ☐ Borstvoeding geven is gezond voor mij
- ☐ Borstvoeding geven voorkomt dat ik ga menstrueren en/of is een geschikt anticonceptiemiddel
- ☐ Borstvoeding is goedkoper dan kunstvoeding
- ☐ Borstvoeding geven is makkelijker dan kunstvoeding geven
- ☐ Omdat dit van mij verwacht wordt
- ☐ Anders, namelijk

3. Wanneer heeft u uw baby na de geboorte voor het eerst borstvoeding gegeven?

- ☐ Binnen één à twee uur na de geboorte
- ☐ Twee tot zes uur na de geboorte
- ☐ Meer dan zes uur na de geboorte
- ☐ Weet ik niet

4. Wie heeft er geholpen bij het aanleggen van uw baby voor de eerste keer? Kruis slechts één antwoordmogelijkheid aan.

- | | |
|---|---|
| ☐ Niemand | ☐ Gynaecoloog / Gynaecoloog in opleiding |
| ☐ Mijn partner | ☐ Verpleegkundige in het ziekenhuis |
| ☐ Familie/vrienden | ☐ Kraamverzorgster |
| ☐ Verloskundige | ☐ Anders, namelijk |

5. Wanneer had u het gevoel dat de melkproductie op gang kwam? (NB. Het op gang komen van de melkproductie wordt door moeders vaak erkend door het voller worden van de borsten.)

- ☐ Binnen 72 uur (3 dagen) na de bevalling
- ☐ Langer dan 72 uur (3 dagen) na de bevalling
- ☐ Weet ik niet

6. Heeft u een van onderstaande medicijnen gebruikt om de melkproductie te bevorderen? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Domperidon (Motilium)
☐ Metoclopramide (Primperan/Maxeran™)
☐ Anders, namelijk
☐ Ik heb geen medicijnen gebruikt om de melkproductie te bevorderen

7. Welke voeding heeft uw baby de afgelopen 7 dagen gehad?

- ☐ Uitsluitend borstvoeding
☐ Borstvoeding én kunstvoeding
☐ Uitsluitend kunstvoeding – *ga door naar vraag 18*

8. Wat is op dit moment voor u de belangrijkste reden om borstvoeding te geven? (Kruis slechts één antwoord aan)

- ☐ Vanwege de goede ervaring die ik inmiddels heb met borstvoeding geven
☐ Vanwege het contact tussen mij en mijn kind
☐ Borstvoeding is gezond voor mijn kind en bevat antistoffen
☐ Borstvoeding geven is gezond voor mij
☐ Borstvoeding geven voorkomt dat ik ga menstrueren en/of is een geschikt anticonceptiemiddel
☐ Borstvoeding is goedkoper dan kunstvoeding
☐ Borstvoeding geven is makkelijker dan kunstvoeding geven
☐ Omdat dit van mij verwacht wordt
☐ Anders, namelijk

9. Hieronder volgen enkele uitspraken over zelfvertrouwen en zelfredzaamheid met betrekking tot borstvoeding geven. Geef voor elke uitspraak aan in hoeverre dit in uw geval van toepassing is door het antwoord aan te kruisen dat het beste beschrijft hoe u zich voelt. Kruis per uitspraak slechts één antwoord aan.

	Nooit	Soms	Zeer regelmatig	Meestal	Altijd
1. Ik kan zelf bepalen of mijn kind genoeg melk krijgt	☐	☐	☐	☐	☐
2. Net als met andere uitdagende taken kan ik goed omgaan met het geven van borstvoeding	☐	☐	☐	☐	☐
3. Ik kan mijn kind borstvoeding geven zonder extra flesvoeding	☐	☐	☐	☐	☐
4. Ik kan ervoor zorgen dat mijn kind tijdens de gehele voeding goed aan de borst is aangelegd	☐	☐	☐	☐	☐
5. Ik ben in staat de borstvoeding naar mijn tevredenheid te laten verlopen	☐	☐	☐	☐	☐
6. Ik ben ook in staat borstvoeding te geven als mijn kind huilt	☐	☐	☐	☐	☐
7. Ik zou voor zo lang als mogelijk borstvoeding willen blijven geven	☐	☐	☐	☐	☐
8. Ik kan comfortabel borstvoeding geven als er familieleden bij zijn	☐	☐	☐	☐	☐
9. Ik voel voldoening na het geven van borstvoeding	☐	☐	☐	☐	☐
10. Ik kan ermee omgaan dat borstvoeding geven veel tijd kan kosten	☐	☐	☐	☐	☐
11. Ik kan mijn kind volledig één borst leeg laten drinken voordat ik de andere borst geef	☐	☐	☐	☐	☐
12. Ik kan mijn kind bij elke voeding borstvoeding geven	☐	☐	☐	☐	☐
13. Ik ben in staat om de behoefte van mijn kind aan borstvoeding bij te houden	☐	☐	☐	☐	☐
14. Ik weet wanneer mijn kind klaar is met drinken	☐	☐	☐	☐	☐

10. Kolft/kolfde u wel eens de borstvoeding af?

- ☐ Ja
- ☐ Nee – *ga door naar vraag 13*

11. Wanneer heeft u voor het eerst gekolfd?

- ☐ Mijn baby was toen weken oud.
- ☐ Weet ik niet meer

12. Wat is/was voor u de belangrijkste reden om te kolven? (*Kruis slechts één antwoord aan*)

- ☐ Mijn baby heeft/had moeite met drinken aan de borst / weigert soms de borst
- ☐ Borstvoeding geven door aan te leggen is/was niet voldoende
- ☐ Om mijn baby moedermelk te kunnen blijven geven terwijl mijn baby opgenomen is/was
- ☐ Om mijn melkproductie op gang te helpen of te stimuleren
- ☐ Vanwege gespannen en pijnlijke borsten (stuwing)
- ☐ Borstvoeding geven door mijn baby aan te leggen is soms te pijnlijk (bijv. door tepelkloven)
- ☐ Om medische redenen (o.a. medicijngebruik) kon ik (tijdelijk) geen borstvoeding geven
- ☐ Omdat ik niet altijd borstvoeding wil geven (bijv. voor meer tijd of vrijheid voor uzelf)
- ☐ Omdat ik niet bij elk voedmoment kan zijn (bijv. omdat u weer bent gaan werken)
- ☐ Zodat iemand anders mijn baby een voeding kan geven, ongeacht of ik er wel of niet ben
- ☐ Om mijn baby moedermelk te kunnen geven in het openbaar of in gezelschap
- ☐ Anders, namelijk

13. Krijgt uw baby momenteel ook kunstvoeding naast borstvoeding?

- ☐ Ja
- ☐ Nee – *ga door naar vraag 17*

14. Hoe oud was uw baby toen u kunstvoeding bent gaan bijgeven? weken oud

15. Hoe vaak geeft u uw baby kunstvoeding naast moedermelk?

- ☐ *Minder dan de helft* van de melkvoedingen bestaat uit kunstvoeding
- ☐ *Ongeveer de helft* van de melkvoedingen bestaat uit kunstvoeding
- ☐ *Meer dan de helft* van de melkvoedingen bestaat uit kunstvoeding
- ☐ Ik geef af en toe kunstvoeding, maar niet dagelijks

16. Wat is voor u de belangrijkste reden om kunstvoeding bij te geven? (*Kruis slechts één antwoord aan*)

- ☐ Mijn baby heeft moeite met drinken aan de borst / weigerde de borst (en ik kolf niet/niet voldoende)
- ☐ Alléén moedermelk is niet voldoende
- ☐ Vanwege medische redenen voor mijn baby (anders dan dat de borstvoeding niet voldoende is)
- ☐ Vanwege medische redenen voor mijzelf
- ☐ Borstvoeding geven en/of kolven is soms te pijnlijk
- ☐ Borstvoeding geven en/of kolven is soms te vermoeiend en/of teveel gedoe
- ☐ Borstvoeding geven en/of kolven kost soms te veel tijd
- ☐ Voor meer tijd en vrijheid voor mijzelf
- ☐ Borstvoeding geven of kolven is soms niet mogelijk door mijn werk of andere verplichtingen
- ☐ Ik wil geen borstvoeding geven in gezelschap / in het openbaar (en ik kolf niet/niet voldoende)
- ☐ Om vader te (kunnen) betrekken bij het geven van voeding (en ik kolf niet/niet voldoende)
- ☐ Anders, namelijk

17. Hoe lang bent u van plan om uw baby nog borstvoeding te geven?

- ☐ Maximaal totdat mijn baby weken oud is
- ☐ Minimaal totdat mijn baby weken oud is, en indien mogelijk hierna nog
- ☐ Zolang dit mogelijk is, ongeacht hoe oud mijn baby is
- ☐ Weet ik niet / Ik heb mij niets voorgenomen

Ga na het beantwoorden van bovenstaande vragen door naar vraag 27 op bladzijde 25 van deze vragenlijst.

Instructies – Onderstaande vragen (vraag 18 t/m 24) zijn **alléén** bedoeld voor vrouwen die momenteel **alléén kunstvoeding geven** (en dus geheel gestopt zijn met borstvoeding geven en kolven).

18. Wanneer begon u met afbouwen van de borstvoeding?

- ☐ Tijdens de eerste week na de geboorte
- ☐ Tijdens de tweede week na de geboorte
- ☐ Langer dan twee weken na de geboorte, toen mijn baby weken oud was
- ☐ Weet ik niet

19. Wanneer bent u helemaal gestopt met het geven van borstvoeding (en kolven)?

- ☐ Tijdens de eerste week na de geboorte
- ☐ Tijdens de tweede week na de geboorte
- ☐ Langer dan twee weken na de geboorte, toen mijn baby weken oud was
- ☐ Weet ik niet

20. Wat was voor u de belangrijkste reden om te stoppen met borstvoeding geven (en/of kolven)?

(Kruis slechts één antwoord aan)

- ☐ Mijn baby had moeite met drinken aan de borst / weigert de borst
- ☐ Borstvoeding was niet voldoende
- ☐ Vanwege medische redenen voor mijn baby (anders dan dat de borstvoeding niet voldoende was)
- ☐ Vanwege medische redenen voor mijzelf (o.a. pil- of medicijngebruik, gezondheidsproblemen)
- ☐ Borstvoeding geven was te pijnlijk
- ☐ Borstvoeding geven was te vermoeiend
- ☐ Vanwege ongemakken zoals teveel melkproductie en lekkende borsten
- ☐ Borstvoeding geven kostte te veel tijd
- ☐ Voor meer tijd en vrijheid voor mijzelf
- ☐ Borstvoeding was lastig te combineren met werk en andere verplichtingen
- ☐ Om vader te (kunnen) betrekken bij het geven van voeding
- ☐ Anders, namelijk

21. Bent u eerder gestopt met borstvoeding geven dan u had gehoopt?

- ☐ Nee – *ga door naar vraag 23*
- ☐ Ja

22. Hoe voelde u zich toen u eerder moest stoppen met borstvoeding geven dan u had gehoopt?

- ☐ Heel erg teleurgesteld
- ☐ Een beetje teleurgesteld
- ☐ Niet teleurgesteld, niet opgelucht
- ☐ Een beetje opgelucht
- ☐ Heel erg opgelucht
- ☐ Anders, namelijk

23. Heeft u het besluit om te stoppen vooral zelf genomen, of samen met anderen?

- ☐ Ik heb het besluit vooral zelf genomen
- ☐ Ik heb het besluit samen met anderen genomen, namelijk met *(meerdere antwoorden mogelijk)*:
- | | |
|--|--|
| ☐ Partner | ☐ Kinderarts |
| ☐ Familie | ☐ Verpleegkundige in het ziekenhuis |
| ☐ Vrienden | ☐ Kraamzorg |
| ☐ Gynaecoloog | ☐ Thuiszorg |
| ☐ Verloskundige | ☐ Lactatiekundige |
| ☐ Huisarts | ☐ Anders, namelijk: |

24. Hoe heeft u het geven van borstvoeding ervaren? Omcirkel het getal dat het best past bij uw gevoel.

Ik ben blij met hoe de borstvoeding is verlopen - 0 1 2 3 4 5 6 - Ik ben helemaal niet blij met hoe de borstvoeding is verlopen

Ga na het beantwoorden van bovenstaande vragen door naar vraag 27 op bladzijde 25 van deze vragenlijst.

Instructies – Onderstaande twee vragen (vraag 25 en 26) zijn alléén bedoeld voor vrouwen die **nooit borstvoeding hebben gegeven**.

25. Wat is voor u de belangrijkste reden geweest om geen borstvoeding te gaan geven? (Kruis slechts één antwoord aan)

- ☐ Vanwege medische redenen voor mijzelf (o.a. medicatiegebruik, gezondheidsproblemen)
- ☐ Vanwege medische redenen voor mijn baby
- ☐ Ik durf geen borstvoeding te geven vanwege *(noem reden)*
- ☐ Ik heb een slechte ervaring met het geven van borstvoeding
- ☐ Ik heb er geen vertrouwen in dat het mij lukt om borstvoeding te geven
- ☐ Ik zie geen voordelen van borstvoeding geven
- ☐ Borstvoeding geven kost te veel tijd
- ☐ Borstvoeding geven beperkt mij teveel in mijn vrijheid
- ☐ Borstvoeding geven kan ik niet combineren met mijn werk of andere verplichtingen
- ☐ In verband met een bepaald dieet/dieetwens na de geboorte (o.a. alcoholgebruik en roken)
- ☐ Borstvoeding geven kost te veel energie en/of is teveel gedoe
- ☐ Borstvoeding kun je niet/moeilijk in gezelschap of in het openbaar geven
- ☐ Om vader te (kunnen) betrekken bij het geven van voeding
- ☐ Mijn omgeving heeft mij aangeraden geen borstvoeding te gaan geven
- ☐ Anders, namelijk

26. Heeft u het besluit om geen borstvoeding te geven vooral zelf genomen, of samen met anderen?

- ☐ Ik heb het besluit vooral zelf genomen
- ☐ Ik heb het besluit samen met anderen genomen, namelijk met *(meerdere antwoorden mogelijk)*:
- | | |
|--|--|
| ☐ Partner | ☐ Kinderarts |
| ☐ Familie | ☐ Verpleegkundige in het ziekenhuis |
| ☐ Vrienden | ☐ Kraamzorg |
| ☐ Gynaecoloog | ☐ Thuiszorg |
| ☐ Verloskundige | ☐ Lactatiekundige |
| ☐ Huisarts | ☐ Anders, namelijk: |

Instructies – Onderstaande vragen (vraag 27 t/m 38) zijn bedoeld voor **alle deelnemers** aan deze vragenlijst, ongeacht welke voeding u uw baby heeft gegeven.

27. Hoe vaak per dag (in 24 uur) krijgt uw baby op dit moment gemiddeld een voeding?

..... keer per dag (in 24 uur)

28. Geeft u uw baby gewoonlijk voeding volgens vast schema of op verzoek?

- ☐ Voeding volgens schema ('op de klok'): een baby krijgt op gezette tijden voeding aangeboden.
- ☐ Voeding op verzoek: een baby krijgt voeding wanneer hij/zij erom vraagt (bij hongersignalen).

29. Hoeveel drinkt uw baby op dit moment gemiddeld per voeding? ml per voeding ☐ Weet ik niet

30. Hoeveel weegt uw baby op dit moment (ongeveer)? gram ☐ Weet ik niet

31. Hoe lang is uw baby op dit moment (ongeveer)? cm ☐ Weet ik niet

32. Heeft uw baby een van de volgende voedingsgewoonten? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Drinkt langzaam
- ☐ Drinkt alleen kleine hoeveelheden
- ☐ Weigert voedingen
- ☐ Drinkt zeer gulzig
- ☐ Is vaak hongerig of niet tevreden
- ☐ Geeft mondjes voeding terug
- ☐ Spuugt vaak
- ☐ Geen van bovenstaande gewoonten

33. Heeft u na de bevalling informatie of advies ontvangen over borstvoeding?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, namelijk van

34. Hoeveel vertrouwen heeft u in het geven van borstvoeding (ongeacht of u dit ooit heeft gegeven)?

Helemaal geen	Niet veel	Enigszins	Voldoende	Veel vertrouwen
vertrouwen erin	vertrouwen erin	vertrouwen erin	vertrouwen erin	erin
☐	☐	☐	☐	☐

35. Wat is de belangrijkste reden dat u geen of weinig vertrouwen heeft in het geven van borstvoeding? (Kruis slechts één antwoord aan)

- ☐ Niet van toepassing, ik heb voldoende/veel vertrouwen erin
- ☐ Ik betwijfel of ik de handelingen goed kan
- ☐ Ik betwijfel of ik de signalen van mijn kind goed begrijp
- ☐ Ik twijfel aan de hoeveelheid en/of kwaliteit van mijn moedermelk
- ☐ Omdat ik een slechte ervaring heb gehad met borstvoeding geven
- ☐ Anders, namelijk

36. Zou u eventuele toekomstige kinderen borstvoeding willen geven?

- ☐ Ja – beantwoord vraag 37 en ga daarna door naar het onderdeel 'Kraamperiode'
- ☐ Nee – ga door naar vraag 38

37. Wat is voor u de belangrijkste reden om borstvoeding te willen gaan geven in de toekomst? (*Kruis slechts één antwoord aan*)

- ☐ Vanwege de goede ervaring die ik heb met borstvoeding geven
- ☐ Vanwege het contact tussen mij en mijn kind
- ☐ Borstvoeding is gezond voor mijn kind en bevat antistoffen
- ☐ Borstvoeding geven is gezond voor mij
- ☐ Borstvoeding geven voorkomt dat ik ga menstrueren en/of is een geschikt anticonceptiemiddel
- ☐ Borstvoeding is goedkoper dan kunstvoeding
- ☐ Borstvoeding geven is makkelijker dan kunstvoeding geven
- ☐ Omdat dit van mij verwacht wordt
- ☐ Anders, namelijk

38. Wat is voor u de belangrijkste reden om geen borstvoeding te willen gaan geven in de toekomst?
(Kruis slechts één antwoord aan)

- ☐ Ik mag/kan geen borstvoeding geven vanwege medische redenen
- ☐ Ik durf geen borstvoeding te geven vanwege (*noem reden*)
- ☐ Vanwege de slechte ervaring die ik heb gehad met borstvoeding geven
- ☐ Ik heb er geen vertrouwen in dat het mij lukt om borstvoeding te geven
- ☐ Ik zie geen voordelen in borstvoeding geven
- ☐ Borstvoeding geven kost te veel tijd
- ☐ Borstvoeding geven beperkt mij teveel in mijn vrijheid
- ☐ Borstvoeding geven kan ik niet combineren met mijn werk en/of andere verplichtingen
- ☐ In verband met een bepaald dieet/dieetwens na de geboorte (o.a. alcoholgebruik en roken)
- ☐ Borstvoeding geven kost te veel energie en/of is teveel gedoe
- ☐ Borstvoeding kun je niet/moeilijker in gezelschap of in het openbaar geven
- ☐ Om de (toekomstige) vader te (kunnen) betrekken bij het geven van voeding
- ☐ Mijn omgeving heeft mij aangeraden geen borstvoeding te geven
- ☐ Anders, namelijk

KRAAMPERIODE

Instructies – Dit laatste onderdeel van de vragenlijst gaat over de bevalling en het verloop van uw kraamperiode.

1. Hoe heeft u de bevalling ervaren? *Omcirkel het getal dat het best past bij uw gevoel.*

Ik ben blij met hoe de bevalling is verlopen - 0 1 2 3 4 5 6 - Ik ben helemaal niet blij met hoe de bevalling is verlopen

2. Heeft u na de geboorte de gelegenheid gehad om ongestoord huid-op-huid contact te hebben met uw baby? (Onder ongestoord huid op huid contact wordt verstaan: de baby wordt kort na de geboorte naakt op de blote buik/borst van moeder gelegd, toegedekt en met rust gelaten.)

- ☐ Ja
- ☐ Nee, mijn baby werd direct meegenomen voor opname – ga door naar vraag 4
- ☐ Nee, namelijk vanwege – ga door naar vraag 4

3. Binnen hoeveel uur na de geboorte en hoe lang heeft uw baby ongestoord bij u gelegen?

- ☐ Binnen één uur na de geboorte, (*omcirkel*) langer / korter dan één uur.
- ☐ Binnen 24 uur na de geboorte, (*omcirkel*) langer / korter dan één uur.
- ☐ Pas na één dag na de geboorte, (*omcirkel*) langer/korter dan één uur.

4. Heeft u sinds de bevalling last gehad van een van onderstaande problemen? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- ☐ Stuwings
- ☐ Mastitis (ontsteking van de borst)
- ☐ Tepelkloven
- ☐ Spruw of candidiasis (schimmel)
- ☐ Geen van bovenstaande problemen

5. Bent u na de bevalling behandeld met antibiotica?

- ☐ Nee
- ☐ Ja, namelijk vanwege (*benoem reden*), gedurende dagen.

6. Heeft u na de bevalling al een eerste menstruatie gehad?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Ik weet niet zeker of ik al een menstruatie heb gehad

7. Gebruikt u momenteel anticonceptie?

- ☐ Ja
- ☐ Nee – *ga door naar de laatste pagina (pagina 28) van deze vragenlijst*

8. Wat voor anticonceptie gebruikt u momenteel? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- | | |
|---|---|
| ☐ Condooms | ☐ Prikpil (Depo-Provera) |
| ☐ Pessarrium ('Caya') | ☐ Zaaddodend middel (pasta's/crèmes/gel etc.) |
| ☐ Orale anticonceptie (de 'pil') | ☐ Coïtus interruptus ('voor het zingen de kerk uit') |
| ☐ Mirena spiraal | ☐ Periodieke onthouding |
| ☐ Koper spiraal | ☐ Borstvoeding geven (lactatieamenorroe) |
| ☐ Vaginale ring (Nuva-ring) | ☐ Sterilisatie |
| ☐ Implanon (anticonceptiestaaftje) | ☐ Sterilisatie partner |
| ☐ Anticonceptiepleister | ☐ Anders, namelijk |

9. Wat is de reden dat u anticonceptie gebruikt? (Meerdere antwoorden mogelijk)

- | | |
|--|--|
| ☐ Voorbehoedsmiddel / Zwangerschap voorkomen | ☐ Overbeharig |
| ☐ Bescherming tegen seksueel overdraagbare aandoeningen (SOA's) | ☐ Stemmingsklachten |
| ☐ Menstruaties regelen / uitstellen | ☐ Overgangsklachten (bijv. opvliegers) |
| ☐ Pijnlijke of hevige menstruaties | ☐ Hormoonvervangende therapie / Op dokters advies |
| ☐ Huidproblemen/acné | ☐ Anders, namelijk |

Einde van de vragenlijst

- Nogmaals hartelijk dank voor het invullen van de vragenlijst! -

Alle vragen ingevuld?

Zou u de vragenlijst terug willen sturen middels bijgevoegde retourenvelop?
Een postzegel is niet nodig.

Ruimte voor eventuele vragen of opmerkingen: