

Hulp en ondersteuning bij een kinderwens

Een vruchtbaarheidsbehandeling of ongewenst kinderloos zijn kan veel vragen en gevoelens oproepen. Een medisch maatschappelijk werker of psycholoog kan jou hierbij helpen. In deze folder lees je wat je tijdens dit proces kunt verwachten.

Belangrijke punten:

- Je kunt praten met een maatschappelijk werker of psycholoog.
- De hulp is gratis als je patiënt bent in het Groene Hart Ziekenhuis.
- Je kunt praten over gevoelens en problemen.
- De gesprekken zijn geheim.
- Je partner mag ook meedoen met de gesprekken.
- Afspraak? Vraag dit aan je arts of verpleegkundige.
- Vragen? Bel 0182 50 50 50.

Ongewenst kinderloos

Als zwanger worden niet lukt, kan dat veel emoties oproepen. Je kunt bang, verdrietig of boos zijn. Soms zijn die gevoelens zo sterk dat je moeite hebt om dagelijkse dingen te doen.

Ook je omgeving kan invloed hebben. Mensen begrijpen vaak niet goed wat je doormaakt, of weten er weinig van. Dat kan extra zwaar zijn.

Kinderloosheid en vruchtbaarheidsbehandelingen hebben vaak gevolgen voor je relatie. Jij en je partner kunnen verschillend omgaan met problemen en emoties. Dat kan spanning geven. Door stress en onzekerheid kan het lastig zijn om keuzes te maken. Misschien voelt het idee om kinderloos te blijven ondragelijk. Het kan moeilijk zijn om je een toekomst zonder kind voor te stellen.

Ondersteuning

Medisch maatschappelijk werk kan jou en je partner op verschillende manieren ondersteunen:

- bij het verwerken en accepteren van een vruchtbaarheidsbehandeling;
- bij het verminderen van stress, door te leren omgaan met
 - angst;
 - onzekerheid;
 - machteloosheid.
- door te ondersteunen bij gevolgen van de behandeling op bijvoorbeeld werk of financiën.
- door contact te leggen met of door te verwijzen naar instanties buiten het ziekenhuis.

De maatschappelijk werker begeleidt en ondersteunt je tijdens het onderzoek en de behandeling. Samen kijk je naar je gedachten en gevoelens. Zo ontstaat er weer ruimte in je hoofd om keuzes te maken en stappen te zetten.

Als je kinderwens niet vervuld wordt, kun je samen met de maatschappelijk werker praten over omgaan met kinderloosheid en het zoeken naar een nieuw invulling van het leven.

Psycholoog

Een psycholoog is iemand die jou en je partner helpt als je langere tijd veel last hebt van

- verdriet;
- angst;
- spanning;
- klachten waardoor je niet goed meer kan functioneren.

De psycholoog luistert, stelt vragen en denkt met je mee. Samen zoeken jullie naar manieren om je beter te voelen.

Omdat vruchtbaarheidsproblemen vaak veel invloed hebben op de relatie, wordt je partner altijd betrokken bij de behandeling. Een behandeling bij de psycholoog begint met een 1ste gesprek (intake). Daarin praat je over je klachten en wensen. Daarna volgt de behandeling.

De behandeling bestaat meestal uit gesprekken. Soms gebruikt de psycholoog hierbij een van deze werkwijzen;

- Cognitieve gedragstherapie (CGT): je leert anders te denken over moeilijke situaties en beter om te gaan met lastige gevoelens.
- EMDR: dit helpt als je een nare ervaring hebt meegemaakt. Je leert de herinnering eraan minder heftig te maken, zodat je er minder last van hebt.

Alle gesprekken met de psycholoog zijn vertrouwelijk (geheim). Alleen als jij dat goed vindt, bespreekt de psycholoog iets met je arts of verpleegkundige. Voor gesprekken met maatschappelijk werk en/of een psycholoog betaal je niets extra's. Voorwaarde is wel dat je onder behandeling bent bij een specialist in het Groene Hart Ziekenhuis.

Meer informatie

Kijk ook eens op de website van Freya: www.freya.nl. Dit is een vereniging voor mensen met vruchtbaarheidsproblemen. Freya biedt informatie, steun en contact met lotgenoten.

Contact

Wil je een afspraak maken? Vraag dit dan aan je behandelend arts of verpleegkundige. Je kunt ook zelf rechtstreeks contact opnemen met Medisch Maatschappelijk Werk. Voor een afspraak met de psycholoog heb je een verwijzing nodig van je behandelend arts.

Heb je vragen?

Bel dan met Medisch Maatschappelijk Werk: 0182 - 50 50 50
Bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 9.00 tot 16.30 uur.
Of mail naar: maatschappelijk.werk@ghz.nl

Groene Hart Ziekenhuis, locatie Gouda

Bleulandweg 10
2803 HH Gouda
0182 - 50 50 50
www.ghz.nl

Colofon

uitgave: Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie: Marketing & Communicatie
november 2025
04.06.182