Gynaecologie

PATIËNTENINFO

Groene Hart Ziekenhuis
Open voor iedereen

Roken en fertiliteit

Belangrijke punten:
- Roken is slecht wanneer je zwanger wilt worden.
- Roken maakt zwanger worden moeilijker.
- Roken kan problemen geven tijdens de zwangerschap.
- Roken is ook slecht voor de gezondheid van je baby.
- Wil je hulp om te stoppen met roken? Vraag het de arts.
- De Stoppen met Rokenpoli kan je ook helpen.
- Meer informatie vind je op www.ghz.nl bij Stoppen met rokenpoli.
- Afspraak? Bel 0182 - 50 50 12.

Stoppen met roken is lastig. Toch is er bijna geen betere reden om te stoppen dan je wens om zwanger te worden.
Als jij en je partner stoppen met roken, vergroot je de kans op een zwangerschap en op een gezonde baby. Dat kan je misschien nét dat extra duwtje geven om te stoppen.
In deze folder lees je wat roken doet met:
- de vrouwelijke vruchtbaarheid;
- de mannelijke vruchtbaarheid;
- de resultaten van vruchtbaarheidsbehandelingen;
- de zwangerschap en je baby.

Lukt het niet om zelfstandig te stoppen? Dan kun je hulp krijgen. De fertiliteitsdeskundige vertelt je graag over de mogelijkheden.

Fertiliteitsdeskundige is gespecialiseerd in problemen bij vruchtbaarheid.

Gevolgen van roken voor de vrouwelijke vruchtbaarheid
Roken tast de kwaliteit van je eicellen aan. Hierdoor kom je gemiddeld 1 tot 4 jaar eerder in de overgang dan vrouwen die niet roken.

Daarnaast:
- remt nicotine de aanmaak van het vrouwelijke geslachtshormoon;
- gaat de rijping van je eicellen minder goed.

Gevolgen van roken voor de mannelijke vruchtbaarheid
Roken heeft ook een negatieve invloed op het sperma.
Bij mannen die roken:
- zitten er minder zaadcellen in het sperma;
- hebben de zaadcellen vaker een afwijkende vorm;
- is de kans op erectieproblemen groter. (erectie= een stijve penis).

Stop je met roken? Dan verbetert de kwaliteit van je sperma meestal al na 2 tot 3 maanden. Zolang duurt het voordat je lichaam nieuwe zaadcellen aanmaakt.

Gevolgen van roken op vruchtbaarheidsbehandelingen
Rokers die een IVF-behandeling ondergaan, hebben:
- meer medicijnen nodig;
- minder eicellen na een punctie (prik die cellen opzuigt);
- lagere kans op innesteling van het embryo;
- vaker een negatieve uitkomst van de behandeling.

Gevolgen voor de zwangerschap
Roken verhoogt de kans op een miskraam, zowel bij een natuurlijke zwangerschap als bij IVF/ICSI.
Andere risico's zijn:
- een baby met een laag geboortegewicht (vooral bij roken in de eerste 3 maanden);
- verhoogde kans op doodgeboren kindje.
- placenta previa (een laagliggende moederkoek);
- solutio placenta (loslaten van de moederkoek);
- vroeggeboorte.

Gevolgen voor je baby
Baby's die blootstaan aan tabaksrook hebben meer kans op:
- wiegendood;
- luchtweginfecties;
- astma;
- middenoorontsteking.

Op latere leeftijd kunnen ook deze aandoeningen ontstaan:
- hoge bloeddruk;
- diabetes;
- hart- en vaatziekten.

Gevolgen voor de ontwikkeling van je kind
Roken tijdens de zwangerschap kan de hersenontwikkeling van je kind remmen. Dit kan gevolgen hebben voor het gedrag en de schoolprestaties.
Je kind heeft dan meer kans op:
- ADHD;
- impulsief of agressief gedrag;
- spraak- en aandachtsproblemen.

Bij jongens kan roken zelfs de ontwikkeling van de zaadballen beïnvloeden en later zorgen voor vruchtbaarheidsproblemen.

Stoppen met rokenpoli
Wil je stoppen met roken, maar lukt het niet alleen? Dan kun je terecht bij onze Stoppen met rokenpoli.
Je kunt hier terecht:
- op verwijzing van je huisarts of specialist;
- op eigen initiatief, als je gemotiveerd bent om te stoppen.

Maak een afspraak of lees meer op www.ghz.nl bij Stoppen met rokenpoli.

Afspraken
Bel voor een afspraak bij de polikliniek Gynaecologie: 0182 – 50 50 12.
Maandag t/m vrijdag van 08.00 -17.00 uur.
Een overzicht van het fertiliteitsteam vind je op www.ghz.nl/fertiliteit.

Komt de afspraak niet uit?
Laat het minimaal 24 uur voor de afspraak weten. Anders kunnen we kosten in rekening brengen.

Meer informatie of vragen?
kijk op:
- www.ghz.nl
- www.ghz.nl/fertiliteit
- www.ghz.nl/hormonen
- www.mckinderwens.nl
- www.degynaecoloog.nl
- www.freya.nl

Groene Hart Ziekenhuis (GHZ)
afdeling poli Gynaecologie (route 32)
Bleulandweg 10
2803 HH Gouda

0182- 50 50 50
www.ghz.nl

Colofon
uitgave : Groene Hart Ziekenhuis, Gouda
productie : Marketing & Communicatie
april 2026
04.06.150