



Hulpwijzer Ouder-Amstel

Gepubliceerd op Hulpwijzer Ouder-Amstel 28-09-2020 16:03 (

<https://www.hulpwijzerouderamstel.nl>)

[Over welk thema zoekt u informatie?](#) > [Jeugd en gezin](#) > Kinderwens

Er zijn veel mogelijkheden om een kind te krijgen. U kunt proberen zwanger te worden, een donor of draagmoeder te vinden, bekijken of u in aanmerking komt om te adopteren of om pleegouder te worden.

Hieronder vindt u meer informatie over de verschillende mogelijkheden.

Wilt u graag kinderen?

Kijk voor informatie op de websites Straks zwanger worden, Babyinfo, Groeigids en ZwangerWijzer. Op ZwangerWijzer vindt u een test voor vrouwen die zwanger willen worden. Verder staat er informatie over risico's voor de zwangerschap en de baby. Ook op de website van Stichting Opvoeden vindt u informatie. Natuurlijk kunt u voor advies ook terecht bij de huisarts of verloskundige.

Babyinfo

www.wij.nl

Groeigids

www.groeigids.nl

Opvoeden.nl

www.opvoeden.nl

Straks zwanger worden

www.strakswangerworden.nl

ZwangerWijzer

www.zwangerwijzer.nl

Wilt u zwanger worden?

Kies voor gezond eten en voldoende beweging. Sommige dingen kunt u beter laten staan, omdat ze schadelijk kunnen zijn voor de ongeboren baby. Denk bijvoorbeeld aan alcohol, sigaretten en drugs.

Begin bij een kinderwens minimaal 4 weken voor de zwangerschap met het slikken van foliumzuur. Foliumzuur is een vitamine die goed is voor de gezondheid van de (ongeboren) baby. Foliumzuur slikken verkleint de kans dat het kindje wordt geboren met een ernstige aandoening, zoals een open ruggetje of een open schedel. Blijf slikken tot u minimaal 10 weken zwanger bent. U kunt gewoon foliumzuur blijven slikken als u niet meteen zwanger raakt. Het is niet schadelijk voor uw gezondheid. Foliumzuurtabletten kunt u zonder recept bij de drogist of apotheek kopen.

Bent u al zwanger en slikt u nog geen foliumzuur? Begin dan alsnog.

Wilt u uw vruchtbare dagen uitrekenen? Er zijn verschillende websites die een korte test aanbieden. Sommige vrouwen worden makkelijk zwanger, bij anderen duurt het langer. Lukt het na een jaar nog niet? Ga dan naar de huisarts.

Huisartsenpraktijk Aemstelwijck - Clemens & Van Elswijk

Koningin Wilhelminalaan 48
1191 BV Ouderkerk aan de Amstel

[020 496 36 00](tel:0204963600)

www.aemstelwijck.nl

Huisartsenpraktijk Aemstelwijck - Corssmit & Smit

Koningin Wilhelminalaan 48
1191 BV Ouderkerk aan de Amstel

[020 496 36 00](tel:0204963600)

www.aemstelwijck.nl

Huisartsenpraktijk Aemstelwijck - De Raad & Podzimek

Koningin Wilhelminalaan 48
1191 BV Ouderkerk aan de Amstel

[020 496 36 00](tel:0204963600)

www.aemstelwijck.nl

Huisartsenpraktijk Aemstelwijck - Griever & Tamboer

Koningin Wilhelminalaan 48
1191 BV Ouderkerk aan de Amstel

[020 496 36 00](tel:0204963600)

www.aemstelwijck.nl

Huisartsenpraktijk M.T.A.M. van den Ende en A.N. Nijman

In de Pelmolen 1
1115 GL Duivendrecht

[020 699 32 57](tel:0206993257)

info@huisartsenduivendrecht.nl

www.huisartsduivendrecht.praktijkinfo.nl

Voedingscentrum

www.voedingscentrum.nl

Heeft u geen partner of is uw partner van hetzelfde geslacht en wilt u graag een kind?

Overweeg een spermadonor of een draagmoeder. Meer informatie over zaad- en eiceldonatie en draagmoederschap vindt u op de website van Freya. Kijk voor informatie over draagmoeders ook op de website van Rijksoverheid.

Freya - vruchtbaarheidsbehandelingen

www.freya.nl/vruchtbaarheidsbehandelingen

Rijksoverheid - draagmoeder

www.rijksoverheid.nl/draagmoeder

Wilt u pleegouder worden?

Informatie, advies en uitleg vindt u op de website van Pleegzorg Nederland.

Pleegzorg Nederland

info@pleegzorg.nl

www.pleegzorg.nl

Wilt u een kind adopteren of denkt u daarover na?

De Stichting Adoptievoorzieningen geeft informatie en advies. Kijk op hun website of bel als u vragen heeft of de adoptieprocedure wilt bekijken.

Stichting Adoptievoorzieningen

Telefonisch bereikbaar: ma t/m vr 9.00 -14.00 uur.

Postbus 290

3500 AG Utrecht

[030 233 03 40](tel:0302330340)

www.adoptie.nl

Wanneer gaat u naar een verloskundige of gynaecoloog?

Een verloskundige of gynaecoloog is een specialist die u kan begeleiden in of naar een (gewenste) zwangerschap. In geval van een duidelijk verhoogd risico begeleidt een gynaecoloog u.

Wanneer u zwanger bent, houdt de verloskundige of gynaecoloog tijdens de duur van de zwangerschap de gezondheid van moeder en baby in de gaten. Vanaf de 8e tot 12e week in de zwangerschap is het tijd voor een eerste bezoek. De verloskundige of gynaecoloog stelt dan veel vragen aan u (en uw partner). Ook wordt de bloeddruk van de aanstaande moeder gemeten en de termijnecho ingepland. Hij of zij bekijkt de baarmoeder nauwkeurig door een echo en kan daarna de zwangerschap(sduur) bevestigen.

Heeft u te maken met vruchtbaarheidsproblemen?

Als u vruchtbaarheidsproblemen heeft, kan de huisarts u naar een specialist doorverwijzen.

Heeft u een beperking en wilt u graag kinderen?

Het krijgen van een kind is niet altijd makkelijk als u een beperking heeft. Het kan bijvoorbeeld lastig voor te stellen zijn wat er allemaal komt kijken bij het opvoeden van een kindje. De cliëntondersteuners van MEE Amstel en Zaan kunnen u helpen en advies geven. Zij hebben ook een oefenpop waarmee u ervaart hoe het is om een baby te hebben en te verzorgen.

MEE Amstel en Zaan

Ondersteuning bij leven met een beperking

Derkinderenstraat 10-18

1062 DB Amsterdam

[020 512 72 72](tel:0205127272)

Fax 020 512 72 73

informatie@meeaz.nl

www.meeaz.nl/

samenwerking met vele organisaties en instellingen.

[Over Hulpwijzer Ouder-Amstel](#)
