

GATSON DOPPLER E- BOOK

HOE GEBRUIK JE JOUW DOPPLER?



Inhoudsopgave

1. Wat kun je met de Gatson Doppler?
2. Hoe gebruik je de Gatson Doppler?
3. Tips bij het gebruik
4. Wat is een gezonde hartslag?

Lees dit E-book aandachtig door voordat je de doppler gebruikt.

Heb jij naderhand nog vragen of lukt het je niet om de hartslag te vinden? Aarzel niet om contact op te nemen met ons via [Bol.com](https://www.bol.com)! Ons team van specialisten helpt je graag!

1. Wat kun je met de Gatson Doppler?

Deze doppler is voor thuis gebruik en kan geen officiële diagnose stellen over hoe het gaat met je kindje. Hiervoor dien je altijd bij een erkend verloskundige of gynaecoloog een echo te laten doen.

Hoe werkt een doppler?

De Doppler is gemaakt om op ieder moment en op iedere plek te luisteren naar de hartslag van je baby. De doppler werkt doormiddel van geluidsgolven. Deze geluidsgolven weerkaatsen via de trillingen van de bloedsomloop van je baby. Dit is vergelijkbaar met het principe van een doptone welke je verloskundige of gynaecoloog gebruikt.

De doppler voor thuisgebruik is echter een stuk goedkoper en maakt gebruik van minder sterke geluidsgolven. Hierdoor levert de doppler minder straling op, waardoor het veilig te gebruiken is voor je baby. Omdat een doppler minder geluidsgolven opneemt dan een doptone is het signaal wel wat minder sterk. De doppler is dus het perfecte apparaat om vanuit huis te luisteren naar het hartje van je baby. Zo kan jij met een goed gevoel de dagen naar de verloskundige afwachten!

Zekerheid tijdens de zwangerschap

Tijdens de zwangerschap wil jij natuurlijk zeker weten dat je baby veilig is. Een van de mooiste momenten in het leven van een vrouw is om zwanger te worden en een kindje te dragen. Maar ondanks dat dit zo mooi is, kunnen veel vrouwen onzeker en angstig worden. Waarschijnlijk heb jij de eerste echo tussen de 8 en 12 weken inmiddels gehad. Nu is het vaak wachten op de volgende echo bij 20 weken. Daartussen kun je natuurlijk nog een extra echo laten doen.

Wij snappen dat jij het liefst vaker kijkt hoe het met je kindje gaat. Dit apparaat maakt die onzekere weken thuis, toch iets aangenamer. Maar hoe gebruik je de doppler op de juiste manier? Waar moet je opletten en waar kan je het hartje vinden? Dat gaan we allemaal verder toelichten in dit E-book!

2. Hoe gebruik je de Gatson Doppler?

De hartslag van je kindje is het beste te horen met de doppler vanaf week 16 van de zwangerschap. Het kan natuurlijk al eerder maar raak dus vooral niet in paniek als je de hartslag in een eerder stadium nog niet kunt vinden.

Onze doppler is speciaal ontwikkeld met een groot LCD scherm waarmee je eenvoudig het aantal hartslagen kunt aflezen. . De sonde werkt op een frequentie van 3.0 MHz. Hierdoor is de doppler gemakkelijker in gebruik en geeft deze een helder geluid.

Benodigdheden

Laten we beginnen bij het begin. In het pakket dat je hebt ontvangen zitten; de doppler, batterijen en ultrasound gel. Als eerste dien je de batterijen te plaatsen in de component aan de achterkant van de doppler. Vervolgens kan de sonde aangesloten worden in de doppler met de kabel.

Vervolgens is het van belang dat je in een ontspannen positie gaat liggen. Het beste resultaat bereik je door op je rug te liggen. Ook geeft een comfortabele positie op de bank goede resultaten. Het vinden van de hartslag kan soms een tijdje duren. Zorg dat je je comfortabel voelt tijdens dit proces. Wanneer jij je comfortabel voelt zal het vinden van de hartslag makkelijker gaan.

3. Tips bij het gebruik

Het komt regelmatig voor dat je de hartslag niet meteen kunt vinden. Daarom hebben we hieronder een aantal tips welke kunnen helpen!

- Kijk waar je verloskundige of dokter de sonde plaatst wanneer hij of zij een echo maakt van je baby. Zij doen dit al jaren en weten dus precies waar ze moeten zoeken.
- Verplaats de sonde tijdens het zoeken langzaam over je buik, abrupte bewegingen kunnen het extra moeilijk maken om het hartje te vinden. Stop regelmatig op verschillende plekken en wacht enkele seconden tot je iets hoort.
- Soms wordt je kindje actiever wanneer je net hebt gegeten. Probeer het daarom eens na een maaltijd
- Een volle blaas kan helpen bij het vinden van de hartslag van je kindje. Water geleid de geluidsgolven van de doppler namelijk goed. Daarnaast kan een volle blaas je baarmoeder verhogen en je baby wat naar voren duwen. Hierdoor is je baby makkelijker te vinden.
- Probeer het eens in de ochtend. Meestal is de ochtend het beste moment om het te proberen omdat je dan vaak het minst opgeblazen bent in de buik.

Valkuilen tijdens het gebruik van de Doppler

Er zijn ook een paar veel voorkomende fouten die mensen maken bij het gebruik van een doppler. Door deze valkuilen te vermijden, vergroot je de kans om de hartslag snel te vinden.

- Druk niet te hard met de sonde. Sommige vrouwen hebben de neiging om hard te gaan drukken zodat ze met de sonde dichterbij de baby komen. Helaas werkt dit vaak averechts. Beweeg de sonde zonder drukkende kracht over de buik.
- Wrijf niet te veel over de gel. Hierdoor kan de gel opschuimen waardoor er belletjes ontstaan. Door de belletjes wordt er meer statische elektriciteit opgewekt waardoor je een ruis geluid krijgt.
- Probeer de doppler niet te gebruiken terwijl je staat of rechtovereen zit. Ga even rustig liggen zodat je baarmoeder in een voorwaartse positie staat. Hierdoor komt je baby dichterbij de doppler te zitten.
- Voor het gebruik van een doptone of doppler is een geoefende hand nodig. Neem daarom de tijd om goed te oefenen.

Raak niet in de stress

Dopplers zijn bedoeld om jouw zwangerschap zo plezierig en veilig mogelijk te maken. Zoals eerder benoemd kan het lastig zijn om de hartslag van je kindje te kunnen vinden. Zeker in een vroeg stadium van de zwangerschap (10-14 weken). Probeer dus vooral niet in de stress te raken wanneer het de eerste paar keren niet lukt. Stress is namelijk schadelijk voor je kindje. Stress kan zorgen voor een hoge bloeddruk en een vroeggeboorte. Het is dus verstandig om dit eerst voor jezelf helder te hebben voordat je begint met het gebruik van de doppler.

Speel geen eigen dokter

Wanneer je zwanger bent zal je regelmatig willen weten hoe het ervoor staat met je kindje. Met de doppler kun je de hartslag vinden maar dit apparaat zal nooit een diagnose kunnen stellen zoals de doptone bij je verloskundige dat kan. Nu je in het bezit bent van een doppler kan je geneigd zijn om zelf even te luisteren wanneer je denkt dat iets mis is. Het geluid van de hartslag kan ervoor zorgen dat je weer gerustgesteld bent, maar de verloskundige komt op die manier niet te weten wat je voelt of denkt. Verloskundigen willen dat heel graag weten. Dus al klinkt de hartslag goed, neem bij enige twijfel of onzekerheid toch altijd contact op met je verloskundige. Die kan dan beoordelen of het nodig is om even langs te komen.

4. Wat is een gezonde hartslag?

Als ouder wil je natuurlijk graag weten wat een normale en gezonde hartslag is voor je baby. Het hartje van je baby klopt een stuk sneller dan dat van jou. Een baby hartje maakt namelijk maar liefst 110 tot 160 slagen per minuut.

Het is heel normaal dat de hartslag van je baby varieert. Zo gaat de hartslag van je baby omhoog wanneer hij of zij beweegt in de buik. Om te bewegen heeft je kindje namelijk zuurstof nodig in zijn bloed. Hiervoor moet het hartje sneller pompen om meer zuurstof te krijgen. Toch kan het voorkomen dat de hartslag soms uitermate varieert of ver onder of boven de 110 tot 160 slagen per minuut ligt. Hieronder worden een aantal voorbeelden genoemd welke oorzaak kunnen zijn voor een afwijkende hartslag. Maak je je zorgen over de hartslag van je kindje omdat deze anders is dan hier beschreven? Bel je verloskundige of gynaecoloog voor advies en een eventuele echo.

Hoge hartslag

Een hoge hartslag (tachycardie) kan een indicatie zijn voor extra zorgmaatregelen. De baby kan een hogere hartslag krijgen wanneer jij veel fysieke problemen hebt, zoals bijvoorbeeld een schildklierafwijking. Ook kan een hoge cafeïne-inname tijdens de zwangerschap hier de oorzaak van zijn.

Lage hartslag

Een lage hartslag (bradycardie) is een hartslagritme onder de 120 slagen per minuut. Tijdens de bevalling, met name tijdens de uitdrijving, komt een bradycardie vaak voor (indalingsbradycardie). Deze mag dan zo'n 10 minuten duren. Je verloskundige of gynaecoloog kan je hier meer informatie over geven.

Extracystole

Bij een extracystole is er sprake van het overslaan van een hartslag. Als dit het geval is wordt er vaak een hartfilmpje gemaakt om te monitoren of het zich herhaalt. Zo'n hartfilmpje duurt ongeveer een half uur en wordt eventueel opgevolgd door een echo van het hart. Hiermee wordt gekeken naar eventuele hartafwijkingen. Een extracystole kan ook eenmalig voorkomen.

Deceleratie

Bij deceleratie zal de hartslag dalen en vervolgens weer opklimmen bij je baby. Rond de 20 tot 24 weken van de zwangerschap kan dit wel eens voorkomen. Dit komt omdat het hartje dan nog niet volgroeid is. Wanneer dit herhaaldelijk gebeurt op een later moment in de zwangerschap dien je dit even te laten onderzoeken door je verloskundige of gynaecoloog.