

Beweeglijkheid van de baby in uw buik: Wat kunt u verwachten?

Vanaf ongeveer de helft van de zwangerschap kunt u uw baby voor het eerst in uw buik voelen bewegen. In deze folder vindt u uitleg over wat u wanneer kunt verwachten. Zodat u zich niet onnodig ongerust hoeft te maken en weet wanneer u uw verloskundige of gynaecoloog moet waarschuwen.

Vanaf wanneer voelt u de baby bewegen?

Zo rond de tweede helft van de zwangerschap kunt u uw baby voor het eerst voelen bewegen. Bent u al eens zwanger geweest? Dan voelt u de baby vaak al wat eerder. Vanaf 27 weken zwangerschap is het belangrijk dat u de baby **dagelijks** voelt bewegen.

Wat kunt u verwachten?

De ene baby is veel actiever dan de andere. Het verschil per vrouw en per zwangerschap is daardoor groot. Maar dit is wat u in het algemeen kunt verwachten:

- U zult de baby minder voelen, als u zelf druk bent.
- De baby slaapt een groot deel van de dag. Daardoor voelt u uw baby soms langere tijd achterelkaar helemaal niet bewegen. De periodes van slaap worden langer, naarmate de zwangerschap vordert.
- Aan het eind van de zwangerschap heeft de baby minder ruimte om te bewegen. Hierdoor zult u de baby in de laatste weken van uw zwangerschap meestal ook wat minder regelmatig en intensief voelen.

Wanneer waarschuwt u uw verloskundige of gynaecoloog?

Het is belangrijk om het duidelijk minder bewegen van uw baby serieus te nemen. Het is belangrijk dat u uw verloskundige of gynaecoloog waarschuwt als:

- U ongerust bent of twijfelt over **het aantal** bewegingen van uw baby;
- Als uw baby ineens **veel minder** beweegt dan u gewend bent.