

mijn buik → Plak hier elke week een foto van je buik...

DE MOEDER

Binnen 48 uur na de bevruchting begint jouw lichaam een eiwit te produceren (EPF) dat ervoor zorgt dat je immuunsysteem de vrucht niet aanvalt. Maar daar merk je nog helemaal niks van.

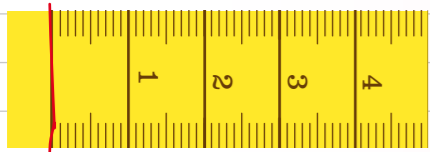
DE BABY

De geest is uit de fles. De doos is geopend. De grote rode knop is ingedrukt. Een spermacel is de eikel binnengedrongen. Daar zullen het DNA van de spermacel en het DNA in de kern van de eikel elkaar omarmen om samen een blauwdruk te maken van een volstrekt uniek organisme, dat zich vanaf nu zal gaan ontwikkelen. Vanaf nu begint de cel zich te delen. Tussen iedere deling zit ongeveer twintig uur. Dus elke ochtend wanneer je wakker wordt, zijn de cellen weer een keer gedeeld.

en schrijf je notities op...

Toen ik zag dat ik zwanger was, heb ik....

*je baby is nu ongeveer zo groot:
0,1 mm*

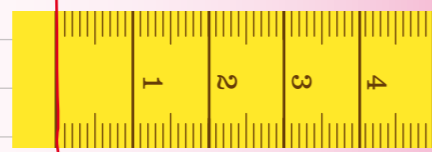


ZO ONTSTAAT JE BABY



WEEK 4

je baby is nu
ongeveer zo groot:
0,4 mm



mijn buik

DE BABY

In de baarmoeder ligt nu een zacht klein balletje zo groot als het puntje van de fijnste fineliner-pen met daarin een holte met een blubberig hoopje cellen. Dit hoopje cellen verdeelt zich in twee delen. Het eerste deel zal zich ontwikkelen tot embryo en het tweede tot dooierzak. Hier haalt het embryo de voedingsstoffen uit voordat de navelstreng is gevormd. Aan het eind van deze week zullen de cellen die de baby gaan worden, zich onderverdelen in drie lagen. Uit de eerste laag zullen de huid, de haren en de ooglenzen, de neus, de oren, de anus, de tanden en de zenuwen gaan groeien. Uit de tweede laag zullen zich de spieren, de botten, lymfweefsel, bloedcellen, het hart en de longen gaan vormen. De derde laag zal uitgroeien tot de bekleiding van de longen, de tong, de amandelen, de plasbuis, de geslachtsorganen, de gal en het spijsverteringssysteem.

DE MOEDER

De placenta begint het hormoon HCG af te scheiden waarop de zwangerschapstesten reageren. Dit hormoon is bij sommige vrouwen al twee weken na de bevruchting in de urine waarneembaar. Het zorgt ervoor dat de eierstokken progesteron aanmaken. Ook veroorzaakt dit hormoon bij veel vrouwen typische zwangerschapskwaaltjes als ochtendmisselijkheid. Heb je heel erg veel last van ochtendmisselijkheid? Dan is de kans groter dat je een meisje krijgt. Dit blijkt uit een Zweeds onderzoek onder 8186 vrouwen die zo ziek waren van hun zwangerschap dat ze naar het ziekenhuis gingen. Van deze vrouwen kreeg 44,3% een jongen. Normaal gesproken zou dat 51,4% moeten zijn. De onderzoekers vermoeden dat vrouwen die zwanger zijn van een meisje meer HCG-hormoon aanmaken.

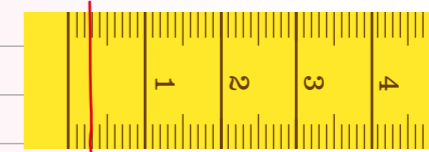
Ik heb het als eerste
verteld aan:

Wat er nu al anders is:

DE BABY

Aan het begin van deze week ziet het embryonale gedeelte eruit als een langwerpige peer en is het zo groot als het balletje in een balpen. De laag cellen waaruit de zenuwen zich zullen ontwikkelen, heeft zich verhard tot een 'neurale plaat'. In deze neurale plaat vormt zich een gleuf waarlangs het zenuwstelsel zich begint te ontwikkelen. Ook bloedcellen beginnen zich vanaf nu te vormen. Het hoofdeinde van het embryo wordt breder dan het staarteinde. Het embryo krijgt een taille. Spiercellen smelten samen tot twee hartkamers.

je baby is nu
ongeveer zo groot:
3mm



DE MOEDER

Vaak is dit de week waarin je ontdekt dat je zwanger bent. Misschien ben je heel blij, misschien ben je wel helemaal niet blij. Misschien ben je blij en niet-blij tegelijk, of blij en bezorgd. De wereld ziet er hoe dan ook anders uit. Je hebt een stap gezet in een andere richting. Wat er ook gebeurt, alles zal vanaf nu anders zijn.

mijn buik





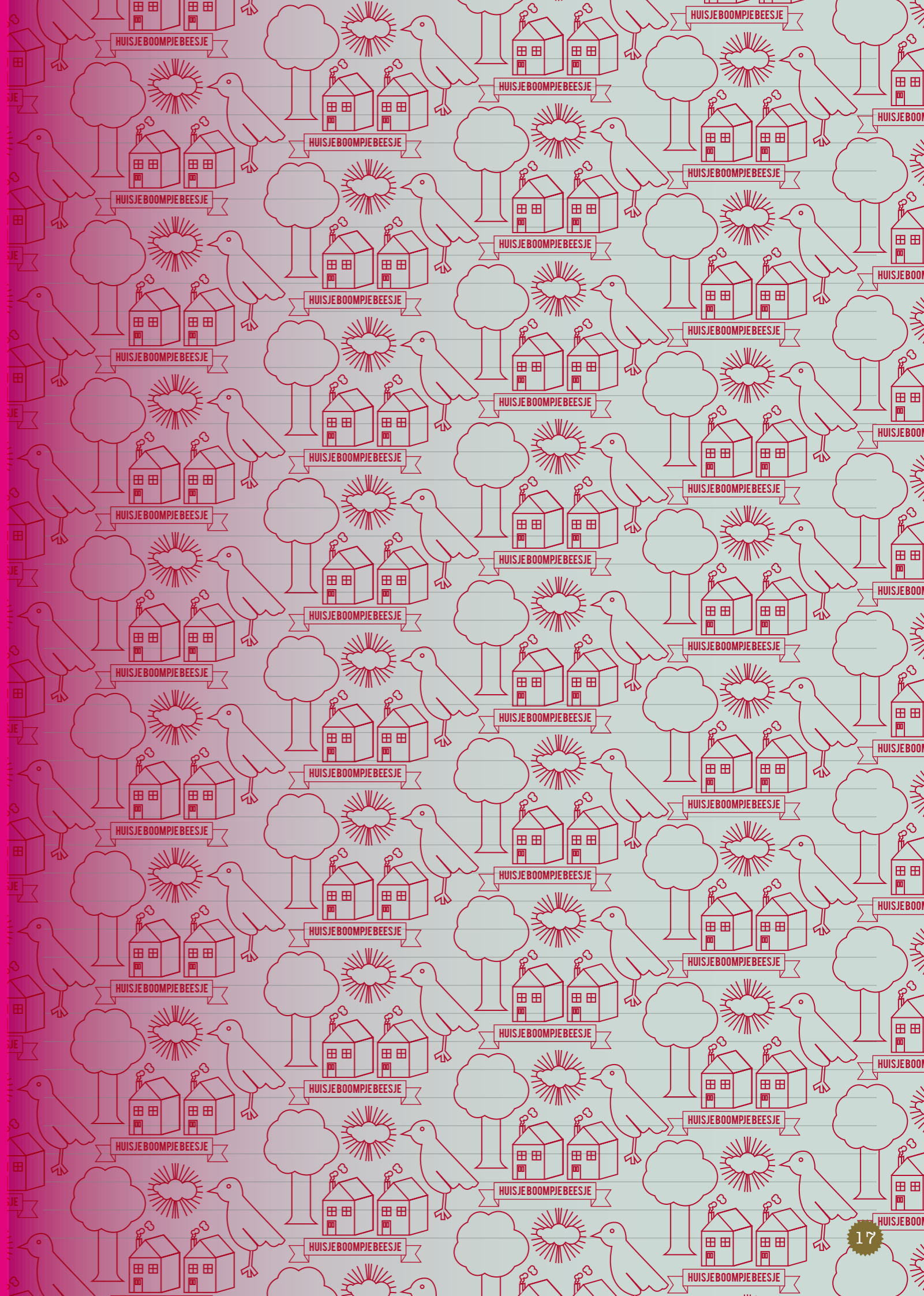
DE BABY

Het embryo en de moederkoek groeien nu snel. Het embryo is nu zo groot als de dikte van een Euro-munt (3 tot 4 mm). Aan elke kant van de neurale buis verschijnen vierkante bultjes die somieten worden genoemd, vier tot twaalf paar. Deze somieten zullen zich later verder ontwikkelen tot ruggenwervels, rugspieren, ribben en de lederhuid of dermis, het weefsel vlak onder de huid. De neurale gleuf vouwt zich tot een buis. Het embryo begint al een gezicht te krijgen. Op het hoofdinde worden de ogen zichtbaar als twee cirkelvormige verdikkingen. Ook de oren zijn nu in eerste beginsel al aanwezig. De hartbuis maakt een S-vorm en de hartspier begint samen te trekken. Het embryo krijgt zijn karakteristieke kromme 'foetus'-houding. Hij heeft een stompe staart. Het hart klopt al echt, met ongeveer 65 slagen per minuut, het pompt vloeistof door het embryo. Van een echte bloedsomloop is nog geen sprake, want de bloedvaten zijn nog niet voltooid. Hartkleppen en tussenschotten ontwikkelen zich nu in het hart. De eerste levercellen vormen zich.

DE MOEDER

Pfff. Je kunt 's avonds plotseling heel moe worden. Het nachtleven is er niet meer bij. Ook zul je misschien gemerkt hebben dat je vreemde eetvoorkeuren krijgt: plotseling veel zin in chocola of kaasfondue. 'Waarom?' vraag je je waarschijnlijk af. Daarover is betrekkelijk weinig bekend. Wel is zeker dat zwangere vrouwen een grotere behoefte krijgen aan zout, een grotere afkeer van bitter en in het algemeen minder smaakvermogen hebben. Het heeft waarschijnlijk te maken met het samenspel van de hormonen. Progesteron wakkert de eetlust aan, terwijl oestrogeen de eetlust remt. Beide hormonen zijn verhoogd aanwezig bij zwangere vrouwen. Maar er is relatief meer progesteron dan oestrogeen. Dus in het algemeen zijn zwangere vrouwen hongerig.

mijn buik



Deze week luisterde ik naar:

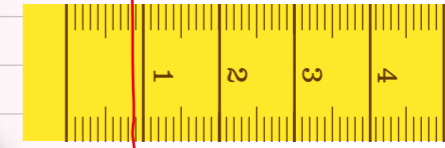


Zelfportret

Deze week at ik vooral:

Dit zegt de verloskundige over jou:

je baby is nu ongeveer zo groot: 9 mm



WEEK

7

DE BABY

De neurale buis sluit zich nu ook aan de onderkant. Het brein groeit snel en bestaat uit drie stukken: de voorhersenen, de middenhersenen en de achterhersenen. De slokdarm vormt zich uit een gleuf in het weefsel dat zich losmaakt van de luchtpijp. Het voorstadium van de nieren komt tot ontwikkeling. Als een soort bloemknoppen verschijnen de eerste stompjes die de armen en de benen zullen worden. Ook het hart ontwikkelt zich steeds verder.

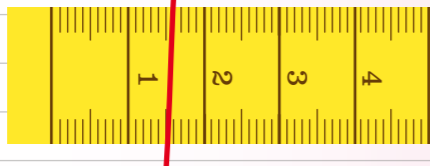
DE MOEDER

Er is maar een handvol bacteriën die door de placenta heen kan komen en schadelijk is. Eén daarvan is de toxoplasmose-parasiet, die bij katten, konijnen en hun uitwerpselen voorkomt. Heb je katten en/of konijnen, laat dan het verschonen van het hok en/of de kattenbak aan anderen over. Een andere is de listeria-bacterie. Deze kan voorkomen op rauwe groente, rauw vlees, ongepasteuriseerde kaas en melk, ijs, rauwe en gerookte vis. De bacterie vermenigvuldigt zichzelf al vanaf 3 graden Celsius. Deze bacterie is er de reden van dat zwangere vrouwen afgeraden wordt om ongepasteuriseerde en blauwe kazen te eten. De kans op een listeria-infectie is verder laag te houden door snijplanken goed te wassen en vleeswaren niet na de houdbaarheidsdatum te gebruiken. De listeria-bacterie overleeft geen temperaturen boven de 75 graden Celsius. Overigens is de kans klein dat je met listeria besmet wordt. Er zijn maar zo'n zestig listeriagevallen per jaar in Nederland. En dat zijn niet allemaal zwangere vrouwen en die worden ook niet allemaal veroorzaakt door Franse kaas. Toch is het geen onzin om voorzichtig te zijn. Een besmetting heeft ernstige gevolgen voor de ongeboren vrucht. De derde bacterie die schadelijk kan zijn voor de ongeboren vrucht is de bacterie die Syfilis veroorzaakt. Die zul je niet oplopen zonder seks te hebben met iemand die de bacterie draagt. Ook andere SOA's kun je natuurlijk beter vermijden. Evenals infectieziekten als de Rode Hond, waterpokken en de vijfde ziekte.

mijn buik



je baby is nu ongeveer zo groot: 16 mm



DE MOEDER

Als je er nog geen last van gehad hebt, is de kans groot dat deze week de misselijkheid toeslaat. Met name 's ochtends kun je je ronduit ziek voelen. Een loopneus en hoofdpijn zijn ook bekende klachten. Misschien ben je 's avonds om acht uur al extreem moe en ga je letterlijk liggen snurken doordat de slijmvliezen in je neus zwellen. Maar het kan ook goed dat je helemaal nergens last van hebt. Allemaal niks om je zorgen over te maken.

DE BABY

Er verschijnt een kleine inzakking die de mond zal gaan worden. De oren beginnen te groeien. Ook zijn twee groefjes zichtbaar, die de neusgaten zullen worden. De slokdarm wordt langer. De bloedsomloop is verdeeld in een rechter- en een linkergedeelte. Er is ook al een rechter- en een linkerlong. Op de bovenste twee bulten kun je al onderscheiden wat de onderarm en de bovenarmpjes gaan worden. In de onderste twee stompjes beginnen de zenuwen te groeien. Het embryo lijkt nu een beetje op een winegumbeertje. De twee hersenhelften zijn al goed te onderscheiden. De achterhersenen die verantwoordelijk zijn voor de hartregulatie, ademhaling en spierbewegingen beginnen zich te ontwikkelen. Het voorstadium van de onderkaak wordt zichtbaar.

mijn buik



Deze namen zijn nu favoriet:



Deze week dacht ik vooral aan:



Vannacht droomde ik dat:

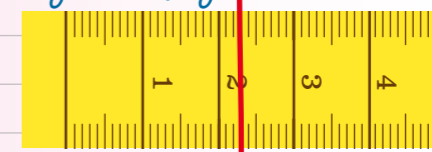


Ik verheug me erg op:

Hier is je vader:

Ik denk dat je er zo uitziet:

→ je baby is nu ongeveer zo groot: 23 mm



WEEK



DE BABY

Het embryo begint te bewegen. De kaak en gezichtsspieren groeien verder. De oogleden vormen zich. Het hersengedeelte dat geuren kan onderscheiden (bulbus olfactorius) ontwikkelt zich. Tandbobbeltjes verschijnen. De hypofyse, het hersengedeelte dat de hormoonklieren aanstuurt, begint ook te werken. De luchtpijp, het strottenhoofd en de bronchiën komen ook tot wasdom. Het hart begint zich op te delen in vier hartkamers. Ook het diafragma, het weefsel dat de borstholte van de buikholte scheidt, vormt zich. De darmen groeien samen met de navelstreng. De mannelijke of vrouwelijke genitaliën zijn in beginsel aanwezig. De tepels verschijnen op de borst. De nieren beginnen urine te produceren. De armpjes beginnen echt vorm te krijgen. Ze zitten op de juiste plaats en de lengte is in de juiste verhouding. De pols is zichtbaar, maar de vingers nog niet. De handen zijn nog een soort pingpongbatjes. De beenvorming begint. Sommige stukjes van het skelet worden al hard.

DE MOEDER

Je zwangerschap is waarschijnlijk ongeveer het enige waar je aan kunt denken. Het staat in ieder geval boven aan je lijst. En wat is er leuker dan een dagboek bijhouden of lekker kleuren en prutsen in een zwangerschap-schrijf-maar-op-boek. Komt dat even mooi uit, want zo'n boek heb je nu in je handen.

mijn buik →

