

# de feiten

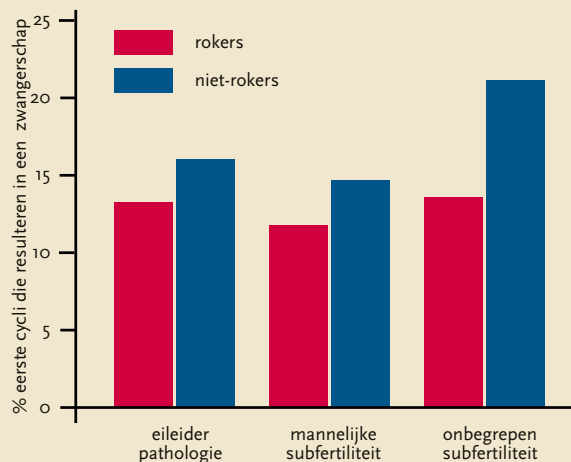
## HOE BEÏNVLOEDT ROKEN DE VRUCHTBAARHEID?

Nicotine en bijproducten zijn giftig. Deze stoffen kunnen een risico vormen voor de vruchtbaarheid en de vrucht<sup>1,2</sup>.

## HOE GROOT IS DIE INVLOED OP DE VRUCHTBAARHEID?

Bij rokers komen vruchtbaarheidproblemen anderhalf tot tweemaal zo vaak voor als bij niet-rokers. Hoe meer sigaretten je rookt, hoe langer het kan duren voordat je zwanger bent. In een onderzoek onder 8457 Nederlandse IVF-paren werd het effect van roken op de kans om zwanger te worden onderzocht. Bij alle oorzaken van verminderde vruchtbaarheid komen rokers er slechter vanaf, maar vooral na onbegrepen kinderloosheid. De kans op een kind per cyclus is dan 13% voor rokers en 21% voor niet-rokers<sup>2</sup>.

DE INVLOED VAN ROKEN OP IVF RESULTATEN<sup>3</sup>



## WAT KUN JE ERAAN DOEN?

Als je stopt met roken verdwijnen de negatieve effecten van roken binnen drie maanden. Kijk op [www.stovoro.nl](http://www.stovoro.nl) voor tips om te stoppen met roken.

Dus: als je je verantwoordelijkheid voor je baby serieus neemt is er maar één keus: stoppen met roken en gebruik geen alcohol of drugs!

## REFERENTIES

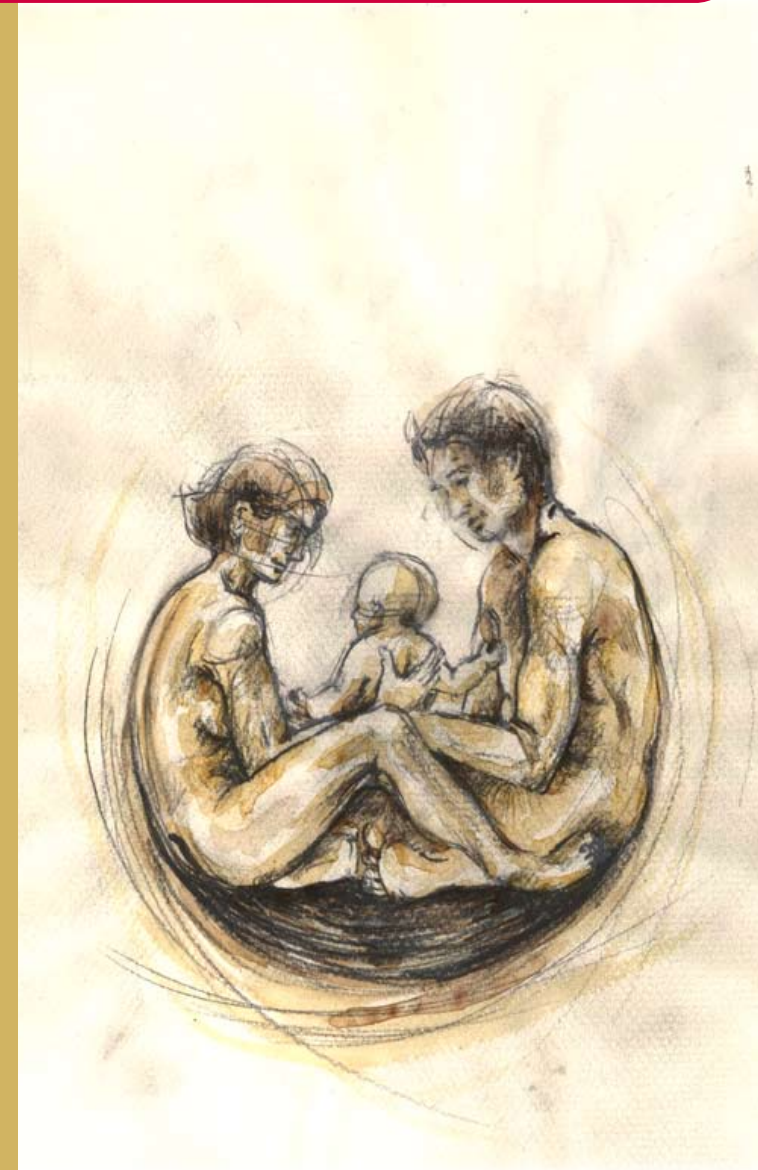
1. Mamsen e.a., *Cigarette smoking during early pregnancy reduces the number of embryonic germ and somatic cells*, Human Reproduction Advance Access published September 7, 2010.
2. Künzle e.a., *Semen quality of male smokers and non-smokers in infertile couples*, Fertility and Sterility vol.79 no. 2 february 2003.
3. Lintsen e.a., *Effects of subfertility cause, smoking and body weight on the succes rate of IVF*, Human Reproduction Advance Access published April 7, 2005.

Deze folder is tot stand gekomen in samenwerking met Dr. C. Hamilton, gynaecoloog in het Jeroen Bosch Ziekenhuis.



Postbus 581,  
2003 PC Haarlem  
[www.msd.nl](http://www.msd.nl)

# kinderwens & roken | alcohol | drugs



0312PUR11NL1080PE0311

# de invloed van roken, alcohol en drugs op de vruchtbaarheid

Als zwanger worden niet vanzelf gaat vragen veel paren zich af of ze daar zelfiets aan kunnen doen. Vaak ligt de oorzaak buiten hun eigen invloedssfeer. Toch kan de levensstijl van invloed zijn op de kans om zwanger te worden. Bijvoorbeeld stress, eetgewoonten, lichaamsbeweging, roken, alcohol en drugs, onveilig vrijen en leeftijd.

In deze folder bespreken we de rol van roken, alcohol en drugs.

## WANNEER JE ZWANGER WILT WORDEN KUNNEN ROKEN, ALCOHOL EN/OF DRUGS EEN PROBLEEM ZIJN

Dat roken slecht is voor de gezondheid is vrij algemeen bekend. Dat roken ook slecht is voor de vruchtbaarheid weten veel minder mensen. In deze folder willen we het verband tussen roken, alcohol en drugs en vruchtbaarheid nader belichten. Een op de 5 vrouwen en 1 op de 3 mannen blijkt regelmatig te roken als ze naar de fertiliteitskliniek verwezen worden.

Het effect van alcoholgebruik alleen is nog onduidelijk. Geringe hoeveelheden alcohol lijken zelfs een beschermende werking te hebben, mogelijk door de inname van anti-oxidanten in de dranken. Roken en alcoholgebruik samen is echter slechter dan roken alleen.

## VOORAFGAAND AAN DE ZWANGERSCHAP

### Als je rookt:

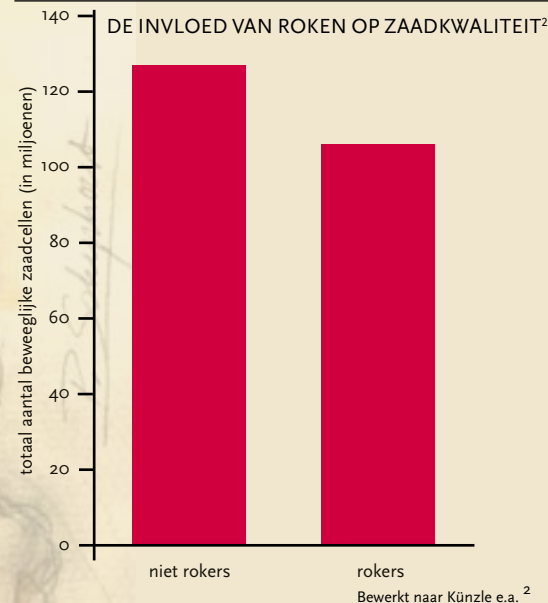
- duurt het langer voor je zwanger bent,
- heb je minder kans om zwanger te worden,
- is de spermakwaliteit verminderd,
- is IVF minder succesvol,
- kom je eerder in de overgang.

### Als je rookt en alcohol gebruikt

- neemt de spermakwaliteit verder af,
- heeft dat direct en indirect effect op de zaadcellen en eicellen, o.a. door een gestoorde hormoonproductie.

### Als je drugs gebruikt:

- vermindert de vruchtbaarheid. Cocaïnegebruik zelfs met 70%. Ook cocaïne gebruik in het verleden (de voorafgaande twee jaren) vermindert de vruchtbaarheid.
- vermindert het aantal zaadcellen en neemt de beweeglijkheid van de zaadcellen af.
- neemt het aantal abnormale zaadcellen toe.



## TIJDENS DE ZWANGERSCHAP

### Als je rookt:

- heb je meer kans op een verhoogde bloeddruk,
- verhoogt dat de kans op het loslaten van de moederkoek,
- is er een verhoogde kans op een miskraam (21% i.p.v. 15%),
- kunnen er chromosomale afwijkingen bij de vrucht ontstaan.

### Als je alcohol gebruikt:

- kan dat ook al in lage doseringen (zelfs bij 1 glas per dag) schadelijk zijn voor de vrucht,
- kan dat bij hoge doseringen misvormingen bij het ongeboren kind veroorzaken (Chronisch Alcohol Syndroom).

### Als je drugs gebruikt:

- moet de baby na de geboorte bij de kinderarts 'afkicken'
- kan het kind op latere leeftijd een achterstand krijgen op het gebied van gedrag, emoties en intelligentie

## TIJDENS EN NA DE BEVALLING

### Als je rookt en/of alcohol en drugs gebruikt:

- is het geboortegewicht van de pasgeborene lager,
- is er meer kans op een doodgeboren kind,
- is er grotere kans op een kind met aangeboren afwijkingen (gespleten gehemelte en klompvoetjes)