



Onderwerp: Voor, tijdens en na de zwangerschap

Voor, tijdens en na de zwangerschap

- Voor: Gezonde voeding kan de kans op zwangerschap vergroten en het risico verminderen op gezondheidsproblemen voor zowel moeder als baby.
- Tijdens: Wij kunnen al uw vragen beantwoorden over wat u mag eten tijdens de zwangerschap. Wij geven tips tegen de bekende kwaaltjes zoals misselijkheid, verstopping of vermoeidheid.
- Na: Wij kunnen advies geven tijdens de borstvoedingsperiode, het introduceren van de eerste hapjes en vaste voeding. Het is mogelijk om bij klachten zoals spugen, reflux, obstipatie of diarree advies te krijgen.