

## Voorweeën

Je lichaam zal zich steeds vaker gaan voorbereiden op de bevalling als je de 37 weken voorbij bent. Hierdoor kan je vaker last hebben van harde buiken, indalingsweeën of voorweeën. Dit is onschuldig en alleen maar goed.

Voorweeën zijn samentrekkingen van de baarmoeder. Het is een vorm van 'oefenweeën', net als harde buiken. Ze zijn pijnlijker dan harde buiken, die meer als een gespannen gevoel in je buik aanvoelen. Ook treden ze later in de zwangerschap op.

Voor ontsluiting zorgen voorweeën meestal nog niet. Toch zijn ze nuttig: je lichaam maakt zich alvast klaar voor de bevalling

Een voorwee zorgt er namelijk voor dat het weefsel van je baarmoedermond zachter en weker wordt. Ook stimuleren deze weeën het verstrijken van de baarmoedermond. Dat wil zeggen dat hij dunner, korter en platter wordt. Dit alles heeft als resultaat dat de baarmoedermond zich straks makkelijker opent en dat er ontsluiting kan ontstaan.

Vaak zakken de voorweeën weer af. Mochten de weeën gaan doorzetten en heb je ze elke 3 à 4 minuten die een minuut lang duren neem dan contact met ons op via het spoednummer.