

## Termijnecho: uitgerekende datum bepalen

**De termijnecho is vaak een eerste kennismaking met je baby. Je ziet al een klein mensje in je buik liggen, met een hoofd, een romp, armpjes en beentjes. En dit is het moment waarop je definitief hoort wat je uitgerekende datum is.**

Iedereen die zwanger is, mag een termijnecho laten maken en bijna alle zwangere vrouwen kiezen er ook voor. Misschien is dit je eerste echo. Maar het kan ook zijn dat je al eerder een echo hebt gehad.

### Uitgerekende datum

De termijnecho vindt bij voorkeur plaats tussen de 9 en 13 weken. Tot deze periode groeien alle baby's bijna gelijk. Later in de zwangerschap loopt dat verder uiteen: dan krijgt de baby misschien wel de lange benen van zijn vader of de hoofdvorm van zijn moeder. Met de



termijnecho meten we de baby van de bovenkant van zijn hoofd tot zijn stuitje. Dit heet de kruin-romplengtemeting, of ook wel CRL.

Aan de hand van de lengte kunnen we berekenen hoe oud je baby op het moment van de echo is en dus ook wanneer je bent uitgerekend. Vaak wordt je uitgerekende datum die al eerder was ingeschat op basis van de eerste dag van je laatste menstruatie, iets aangepast.

### Hartje

Meestal maakt de echoscopist deze echo via de buik. Soms is de echo inwendig (vaginaal), bijvoorbeeld als je baarmoeder naar achteren is gekanteld, of als de baby heerlijk ligt, maar uitwendig niet zo goed te zien of te meten is. Een inwendige echo is niet schadelijk voor je kindje.

We kijken of het hartje van de baby klopt. Ook stellen we vast of je zwanger bent van één baby of van een twee- of meerling. En we controleren of je baby in de baarmoeder ligt. De armpjes en beentjes zijn vaak al goed te zien. En als je geluk hebt, is jullie baby tijdens het echo-onderzoek druk aan het bewegen.

### Goed om te weten

- Een termijnecho duurt ongeveer 10 minuten.
- Je krijgt altijd een zwart-witfoto mee van je kindje.
- De volgende echo is meestal rond de 20 weken.