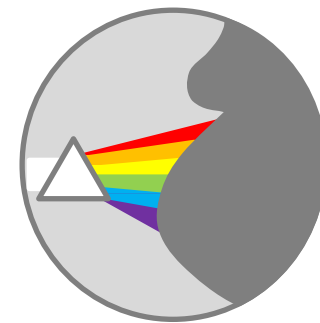


# Bright up!

## Lichttherapie bij depressieve klachten tijdens de zwangerschap



### Voor wie?

Ben je tussen de 12 en 32 weken zwanger en heb je last van depressieve klachten? Dan willen we je graag vragen om deel te nemen aan onze studie.



### Achtergrondinformatie

Ongeveer 5-10% van de vrouwen ervaart depressieve klachten tijdens de zwangerschap. Dat zijn ongeveer 20.000 vrouwen per jaar in Nederland.

Op dit moment is er nog veel onduidelijk over het behandelen van deze klachten tijdens de zwangerschap. Vaak wordt er antidepressieve medicatie voorgeschreven door de arts. De effecten van medicijnen op je baby zijn echter niet helemaal duidelijk.

Daarom wil het 'Bright up!' team samen met jou een nieuwe therapie onderzoeken: lichttherapie. Deze behandeling is al effectief gebleken in andere groepen, zoals mensen met winterdepressie en ouderen. Samen met jou willen wij kijken of deze behandeling effectief is voor het verlichten van depressieve klachten tijdens de zwangerschap. Ook willen wij kijken of deze therapie voordelen oplevert voor je (ongeboren) kind.

### De studie

Vrouwen die deelnemen aan de studie worden via loting in twee verschillende groepen ingedeeld. In deze twee groepen worden er verschillende soorten licht getest, elk met een eigen kleur en intensiteit. Door deze met elkaar te vergelijken, willen we kijken welke effectiever is om depressieve klachten te verlichten tijdens de zwangerschap.

Voor meer informatie:  
[www.brightupstudie.nl](http://www.brightupstudie.nl)

Of neem contact op met Babette Bais:  
[b.bais@erasmusmc.nl](mailto:b.bais@erasmusmc.nl)  
06 20483739

 [facebook.com/brightupstudie](https://facebook.com/brightupstudie)  
 [twitter.com/brightupstudie](https://twitter.com/brightupstudie)