

Wat te doen met overgebleven embryo's? 'Veel ouders weten niet dat er een waardevolle extra optie is'



Getty Images

Geschreven door: [Marieke Poelmann](#)

Leestijd 6 minuten • 21 december 2025, 20:00

Aan het eind van een fertiliteitstraject liggen er vaak nog overgebleven embryo's in de vriezer. Besluiten wat daarmee te doen kan lastig zijn, omdat de opties niet altijd duidelijk zijn en er ook emoties bij horen. Miskraamdeskundige Miriam van Kreij doorbreekt het taboe en heeft een praktische checklist ontwikkeld.

(Medisch) beoordeeld door:



[Miriam van Kreij](#)

Miskraambegeleiding Nederland

Als er na het afronden van een ivf- of icsi-behandeling nog embryo's van jou en je eventuele partner in de vriezer van het ziekenhuis of de fertiliteitskliniek liggen, moet je hier na verloop van tijd een beslissing over nemen. En dat kan knap lastig zijn.

Want hoewel een embryo slechts een klompje cellen is van 0,1 millimeter, is het wel het begin van nieuw leven en heeft het de potentie om uit te groeien tot een kind. Daarom kan deze beslissing allerlei vragen en (ethische) dilemma's oproepen.

Welke opties zijn er?

Voorafgaand aan je behandeling krijg je een contract van je kliniek of ziekenhuis thuisgestuurd over het opslaan van je embryo's. Daarbij krijg je de volgende opties:

1. Embryo's bewaren voor vervolgbehandelingen

De ingevroren embryo's blijven maximaal vijf jaar bewaard om ze later te laten terugplaatsen, zodra jij daar klaar voor bent. Jaarlijks krijg je een brief om te vragen of je de embryo's nog steeds wilt bewaren. Hieraan zijn kosten verbonden, doorgaans tussen de 150 en 160 euro per jaar.

2. Embryo's doneren aan andere wensouders

Als je eigen gezin compleet is, kun je je overgebleven embryo's doneren aan andere wensouders. Hier zijn voorwaarden aan verbonden: je eigen gezin is voltooid, je moet als ouders gezond zijn, het zijn minimaal drie embryo's, er is geen donorsperma gebruikt, beide ouders moeten schriftelijk instemmen, en je gaat akkoord dat je gegevens in het landelijke donorregister worden opgenomen.

3. Embryo's doneren aan de wetenschap

Wanneer je je embryo's niet meer wilt of kunt laten terugplaatsen, is er ook een optie om ze aan de wetenschap te doneren. Ze worden dan gebruikt voor wetenschappelijk onderzoek. Dit gaat ook weer volgens strenge voorwaarden. Zo moeten het 'restembryo's' zijn, het onderzoek moet medisch nuttig zijn en mag maximaal veertien dagen duren. Daarna worden de embryo's vernietigd.

4. Embryo's laten vernietigen

Bij deze optie worden de overgebleven embryo's uit het vat met stikstof gehaald. Vervolgens komen ze versneld op kamertemperatuur waarna hun ontwikkeling vanzelf stopt. Het verschil met ontdooien voor terugplaatsing is dat de embryo's niet in een kweekomgeving worden geplaatst met speciale voedingsstoffen om door te kunnen groeien.

Drie moeders over hun overgebleven embryo's

Jessica (34), twee kinderen, twee embryo's: 'We gaan ze sowieso terugplaatsen'

'Na een fertiliteitstraject van zo'n zes jaar, werd ik direct zwanger bij de eerste ivf-terugplaatsing en kreeg ik een dochter. De tweede terugplaatsing leidde tot onze zoon. Er bleven twee embryo's over die we sowieso laten terugplaatsen.

Voor mij voelt het alsof ze op ons wachten, ze horen er gewoon een beetje bij. Ik weet dat de twee eerdere succesvolle terugplaatsingen natuurlijk geen garantie bieden dat ik nog twee kinderen krijg, maar in mijn hoofd en hart houd ik daar wel rekening mee. We hebben nooit over onze keuze getwijfeld.

Of ik ze ook allemaal had laten terugplaatsen als het tien embryo's waren geweest? Daar heb ik geen antwoord op. Ik ben in elk geval ontzettend dankbaar dat we na zo'n lange, moeizame weg deze embryo's hebben gekregen en wil daar ook als een geschenk mee omgaan.'

Kim (36), één kind en in verwachting, acht embryo's: 'We twijfelen enorm'

'Wij hebben een dochter en ik ben momenteel in verwachting van een jongen. Ons traject duurde vier jaar. Er waren negen embryo's nodig om onze dochter te krijgen. Daarom dachten we alle elf embryo's uit de tweede punctie nodig te hebben, maar ik raakte bij de derde terugplaatsing al zwanger van onze zoon. Zo hielden we acht embryo's over.

We twijfelen enorm wat we daarmee willen doen. Je hoort en leest hier zo weinig over, dat maakt de keuze extra lastig. Doneren aan de wetenschap is mooi omdat je dan iets teruggeeft, maar ik zou meer informatie willen. Doneren aan een ander stel voelt niet goed, maar tegelijkertijd weet ik als geen ander hoe groot een kinderwens kan zijn. Vernietigen lijkt misschien logisch als ons gezin compleet is, maar ergens voelt dat dan weer egoïstisch. Voorlopig stellen we de keuze uit.

Ik kan gevoelsmatig pas over de embryo's beslissen als onze zoon gezond en wel geboren is. Ergens houd ik er door het traject rekening mee de embryo's alsnog nodig te hebben. Als ik vandaag zou móeten beslissen, zou ik ze aan de wetenschap doneren. Maar dat roept wel vragen op, bijvoorbeeld over het eventuele bewustzijn van embryo's. Ik denk weleens: zou mijn dochter op de een of andere manier beseffen dat ze in een rietje in een laboratorium heeft gezeten bij min 170 graden?'

Vera (38), één kind, vier embryo's: 'Doneren aan de wetenschap vonden we een mooi idee'

'Na een traject van drieënhalf jaar hadden we vijf kwalitatief goede embryo's. De eerste terugplaatsing was meteen raak, onze dochter is nu 7 jaar. Voor mij was zelfs voor haar komst al duidelijk dat het bij één kind zou blijven. Mijn man heeft getwijfeld en had eigenlijk twee kinderen gewild.

Onze overgebleven embryo's hebben vier jaar in de vriezer gelegen. In die tijd hebben mijn man en ik veel gepraat. Ergens hoopte hij dat ik me nog zou bedenken, en ik kon het toch ook niet over mijn hart verkrijgen om de embryo's direct weg te doen. Ik heb de optie op nog een kind serieus overwogen, maar na vier jaar was het voor ons allebei duidelijk dat ons gezin compleet was.

Vanuit het ziekenhuis werden we niet goed geïnformeerd. We kregen elk jaar een zakelijke brief met veel jargon – alsof je met de Belastingdienst te maken hebt. Toen we lazen over doneren aan de wetenschap, vonden we dat een mooi idee. Zo zijn ze niet zomaar weggegooid en is er nog iets nuttigs mee gebeurd. Ik wil niet weten wat precies, maar ik vind het fijn dat de embryo's niet voor niets zijn gecreëerd.'

Een extra mogelijkheid

'Wat veel ouders niet weten, is dat er nog een extra optie bestaat', zegt Miriam van Kreijl van Miskraambegeleiding Nederland. 'Je kunt je embryo's ophalen om er vervolgens op je eigen manier afscheid van te nemen.'

Deze mogelijkheid wordt vaak niet vermeld, maar ziekenhuizen en fertiliteitsklinieken mogen jou wettelijk je eigen embryo's meegeven als je dat wenst. Wel worden ze vooraf ontdooid, aangezien het niet is toegestaan om levend materiaal mee te nemen.

Hoe pak je dit precies aan, en wat kun je er vervolgens mee doen? Miriam van Kreij stelde een [praktische checklist](#) samen om je hierin te begeleiden.

Fysiek en ritueel afscheid

Als je ervoor kiest om je embryo's op te halen, is het belangrijk om te bedenken hoe je er vervolgens afscheid van wilt nemen. Van Kreij: 'Ik gun mensen dat ze dit op een passende manier kunnen afsluiten. De embryo's zijn van betekenis, ook het afscheid verdient aandacht.'

In haar checklist maakt Van Kreij onderscheid tussen fysiek afscheid en ritueel afscheid. Ideeën om fysiek afscheid van je embryo's te nemen, zijn bijvoorbeeld begraven, meegeven aan het water, of in een sieraad laten verwerken. Als ritueel zou je een brief of gedicht kunnen voorlezen of iets creëren, zoals een schilderij. Wat maar bij jou of jullie past.

Van Kreij: 'Het voelt vaak als een grote verantwoordelijkheid om te beslissen over jullie overgebleven embryo's. Zorg dat je voldoende informatie inwint: dat kan op internet, maar ook door je kliniek of ziekenhuis te bellen. Praat erover, en volg je eigen gevoel. Laat je niet leiden door mensen die zeggen: 'Het is maar een klompje cellen'. Het voelt namelijk vaak veel groter.'

Bronnen: [Freya](#), [Rijksoverheid](#), [Miskraambegeleiding Nederland](#)

(Medisch) beoordeeld door:



[Miriam van Kreij](#)

Miskraambegeleiding Nederland

Miriam van Kreij van Miskraambegeleiding Nederland is dé expert op het gebied van de psychosociale impact van miskramen en abortus.
