

Bevalwensen

De bevalling komt steeds dichterbij. Misschien hebben jullie je al voorbereid door middel van een zwangerschapskursus of onze voorlichtingsavond over de bevalling. Het is goed om van tevoren na te denken over de bevalling en goed voorbereid te zijn. Door het schrijven van een 'geboorteplan', wat wij liever bevalwensen noemen, ben je op een andere manier bezig met de bevalling.

"Het gaat om JOUW bevalling, dus schrijf de dingen op die jij/jullie belangrijk vinden"

Als je aan het bevallen bent heb je soms geen tijd of zin om na te denken wat je eigenlijk graag zou willen tijdens de bevalling. Soms reageer je in een impuls anders dan dat je eerder hebt bedacht. Bevalwensen kunnen helpen om hier voor de bevalling al over na te denken. En het is niet erg om van deze wensen af te wijken. Een bevalling loopt niet altijd zoals je van tevoren hebt bedacht en soms weet je van tevoren niet hoe je op bepaalde momenten en gevoelens reageert.

Door jouw wensen met ons, als verloskundigen, te bespreken in de zwangerschap kunnen we kijken of jouw wensen (medisch en praktisch gezien) haalbaar zijn en zijn wij goed op de hoogte van jouw wensen en eventueel angsten zodat we je zo optimaal mogelijk kunnen begeleiden en meedenken in het proces.

Tip 1: Houdt het kort en bondig zodat iedereen het gemakkelijk kan lezen en het overzichtelijk blijft.

Tip 2: Schrijf je bevalwensen samen met je partner, zodat deze ook goed op de hoogte is van al jou wensen.

Voor meer informatie kijk ook eens op:

Onze website: www.verloskundigenrotterdamoost.nl of www.deverloskundige.nl

Of meld je via onze assistentes aan voor de voorlichtingsavond over de bevalling (en eventueel de borstvoeding) die maandelijks wordt gegeven.

Voorbereiding

Hoe heb jij je voorbereid op jouw bevalling?

Hoe kijk je naar jouw bevalling?

Waar kijk je naar uit?

Zie je ergens tegenop?

De bevalling

Wie zijn er aanwezig bij je bevalling naast de verloskundige en kraamverzorgster (of medisch personeel)?

Hoe zie jij de sfeer voor je tijdens de bevalling?

Waar wil je bevallen?

- Thuis
- Ziekenhuis/geboortecentrum*
 - Sint Franciscus Gasthuis
 - IJssellandziekenhuis
 - Geboortecentrum Sophia
- Ik laat het van het moment afhangen

*Dit zijn de ziekenhuizen waar wij mee samenwerken. Houdt er ook rekening mee dat het soms kan zijn dat het ziekenhuis of geboortecentrum vol kan zijn en je uit moet wijken naar jou 2^e keus.

Wat verwacht je van de verloskundige? (Bijvoorbeeld duidelijke instructies, liefst op de achtergrond etc.)

Hoe kijk je aan tegen pijnstilling?

Wat vind je van medicatie of ingrepen tijdens de bevalling?

Wil je de baby zelf aanpakken als dat kan?

- Ja
- Nee hoeft niet
- Mijn partner zou dit leuk vinden

Heb je voorkeur voor een houding waarin je wil bevallen?
(Denk hierbij aan het bad, bed, handen en knieën, baarkruk etc.)

Heb je wensen voor de eerste uren na de bevalling?

Heb je wensen t.a.v. de placenta?

Welke voeding wil je jou kind geven?

- Borstvoeding
- Kunstvoeding

Partner (/ondersteuner)

Wat verwacht je van je partner (en/of andere aanwezigen tijdens de bevalling)?

Wat kan je partner (/ondersteuner) doen tijdens de bevalling om jou te helpen?

Wat verwacht je als partner (/ondersteuner) zijnde van de bevalling?

(eventuele) Aanvullingen:

Je kan de bevalwensen uploaden in zwangerenportaal,
mailen naar info@verloskundigenrotterdamoost.nl of
meenemen naar de controle.