

Algemene gegevens / Wij zijn:

Naam:

Geboortedatum:

Partner:

Adres:

Zwangerschap

Uitgerekende datum: - - Hoeveelste kind:

Voorkeur voor de plaats van bevalling (kruis aan):

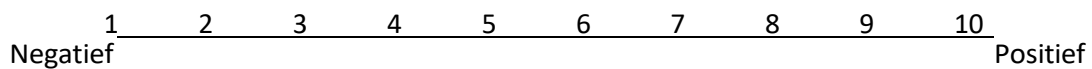
thuis | poliklinisch | ziekenhuis (medisch) | weet ik nog niet

Hoe kijken jullie terug op het verloop van de zwangerschap tot nu toe?

.....
.....

Vorige bevalling

Hoe kijken jullie terug op de vorig bevalling op een schaal van 1 t/m 10:



Wat vond je fijn tijdens de bevalling, wat ging goed?

.....
.....

Wat zou je dit keer graag anders willen? Wat heb je daarbij nodig?

.....
.....

Voorbereiding

Hoe hebben jullie je voorbereid op de bevalling?

- Boeken
- Filmpjes
- Internet
- Centering pregnancy
- Voorlichtingsavond
- Ervaringen familie/vrienden
- Zwangerschapskursus

Anders:.....

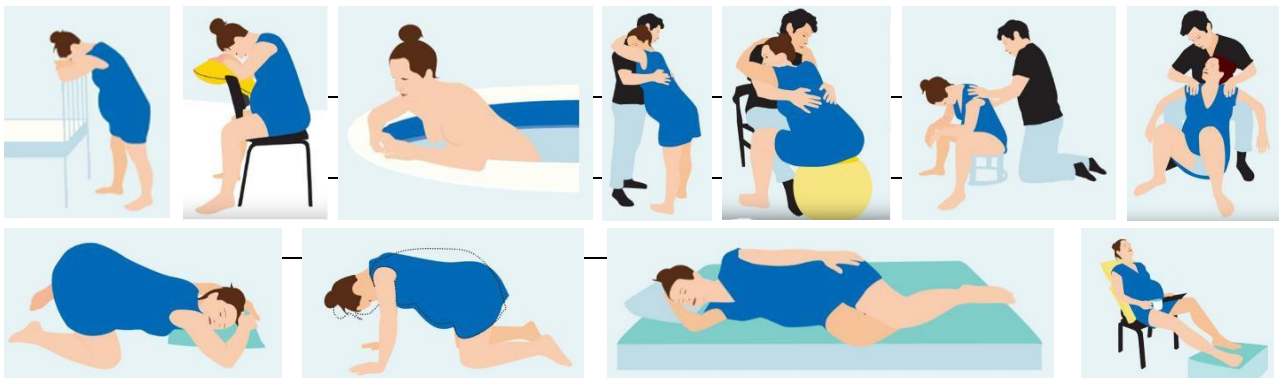
Ik heb me niet voorbereid omdat:

Ontspanning

Heb je wensen voor de sfeer in de kamer tijdens de bevalling?

- Muziek
- Gedimd licht
- Anders:.....
- Stilte
- Afleiding

Welke houdingen wil je graag uitproberen tijdens de bevalling?



Geef bij de volgende stellingen aan wat het meest bij jou past:

	1	2	3	4	5	
Ik wil graag stilte en rust						Ik wil graag afleiding om me heen
	1	2	3	4	5	
Ik wil graag zo veel mogelijk uitleg						Ik wil liever niet te veel weten
	1	2	3	4	5	
Ik wil zo veel mogelijk alleen zijn						Ik wil graag continue begeleiding
	1	2	3	4	5	
Ik wil vooral de natuur en mijn lijf volgen						Ik wil instructies wat ik het beste kan doen

Tip

- Kijk op de site van jouw verloskundigenpraktijk wanneer zij voorlichtingsavonden organiseren. Ook als je in het ziekenhuis onder controle bent, ben je hier welkom.
- Er zijn verschillende zwangerschapskursussen te volgen in onze regio, zoals "Samen Bevallen" of "Bundeltje Liefde"
- Op www.deverloskundige.nl en www.degynaecoloog.nl vind je betrouwbare informatie
- Boekentips:
Positief over bevallen (Milli Hill)
Geboorte vol vertrouwen (Vivian Vietje)
- Instagram tip:
@deonlineverloskundige
- Podcast tip:
Zwanger & zo de Podcast

Verwachtingen

Waar kijk je naar uit bij de bevalling?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Waar zie je tegenop bij de bevalling?

.....
.....
.....
.....
.....
.....

Wat verwacht je van je partner?

.....
.....

Wat verwacht je van ons als zorgverlener?

.....
.....

Communicatie & Begeleiding

Om mij veilig en op mijn gemak te voelen helpt het als:

.....
.....

Om vertrouwen in mezelf, de zorgverleners, en een goede afloop te hebben, helpt het als:

.....
.....

Als het anders gaat dan ik had verwacht/gehoopt, dan help het mij als:

.....
.....

Bij informatie over handelingen of interventies wil ik/willen wij graag:

- o 1 duidelijk voorstel van de zorgverlener horen zonder al te veel details
- o alle verschillende mogelijkheden, inclusief voor- en nadelen, van de zorgverlener horen

Als er beslissingen moeten worden genomen over handelingen of interventies vind ik/vinden wij het belangrijk:

- o dat zorgverleners mij/ons vertellen wat zij denken dat het beste is
- o om uiteindelijk zelf te kunnen beslissen, nadat de zorgverlener mij/ons de mogelijkheden heeft uitgelegd

Medicinale pijnstilling

Wil je gebruik maken van pijnstilling?

- o Nee, in principe wil ik dat niet
- o Ik wil dit alleen als ik er zelf om vraag
- o Ik wil het op dat moment bespreken en beslissen samen met de verloskundige/arts
- o Ja ik zou dit graag willen vanaf het begin van de bevalling

Stel dat je pijnstilling zou willen, heb je dan een uitgesproken voorkeur voor:

- o Remifentanil of
- o Epidurale anesthesie (ruggenprik)?

Op de websites www.deverloskundige.nl en op www.degynaecoloog.nl vind je een duidelijk overzicht met de voor- en nadelen van elke optie. Het is goed om je van tevoren in te lezen om een weloverwogen beslissing te kunnen nemen. Kijk vooral ook de filmpjes! (link naar info EDA volgt)

Wie is er bij de bevalling?

.....

.....

Voeding

Ik wil de baby graag borstvoeding / flesvoeding gaan geven.

Overig

Zijn er nog overige zaken die niet aan bod gekomen zijn maar die wel belangrijk voor jullie zijn?

.....

.....

.....

.....

.....

.....