

Bevalwensen

De bevalling is een grote en belangrijke gebeurtenis. Onze ervaring leert dat vrouwen die zich goed voorbereiden op de bevalling, over het algemeen positiever terugkijken op die ervaring. Als je van tevoren hebt nagedacht over de keuzes en situaties waar je tijdens de bevalling mee te maken kunt krijgen, wordt je op het moment zelf ook minder overvallen hierdoor. Het is dan makkelijker om ontspannen te blijven.

De vragen in dit document kunnen je helpen om na te denken over je wensen tijdens de bevalling. Het is goed om te weten dat er veel dingen zijn die wij standaard al doen en die je daarom niet bij je bevalwensen hoeft te schrijven.

- we laten de navelstreng uitkloppen
- de baby ligt het eerste uur bij de moeder op de borst
- we helpen je met borstvoeding geven in het eerste uur
- we geven niet standaard oxytocine na de geboorte
- we leggen uit welke medische handelingen we doen en waarom
- we staan open voor jullie wensen

Soms zijn er situaties waarin het medisch gezien noodzakelijk is om iets anders te doen dan je had bedacht. We zullen dit dan aan jullie uitleggen.

Het doel van een zwangerschap en bevalling is dat er een gezonde baby geboren wordt en dat de moeder gezond blijft. Natuurlijk kan een fijne bevallingservaring mooi en bekrachtigend zijn! Ook tijdens de bevalling zijn wij er voor jullie! Wij willen graag meedenken met jullie wensen. Je hebt echter niet volledig invloed op hoe je bevalling precies verloopt. Je kunt wel invloed hebben op hoe je omgaat met pijn of onverwachte situaties. Hier van tevoren als (aanstaande) ouders samen over nadenken is daarom belangrijk. Hoe zie je de bevalling het liefst voor je? Denk ook na over een plan B: als de situatie anders is dan gewenst, wat heb je dan nodig om ontspannen te blijven? Hoe kunnen wij jullie dan het beste helpen?

Vul de vragen samen in. Als de vrouw 'in de weeen zit' is het een belangrijke taak voor de partner om goed op te hoogte te zijn van jullie wensen zodat de vrouw dit 'los kan laten'.

Tijdens het spreekuur zullen we samen met jullie de ingevulde kaart doornemen en eventuele vragen beantwoorden.

Het is handig om dit document te mailen naar info@verloskundigenveenendaal.nl, te printen en in je bevaltas te doen.

Bevalwensen

Naam:

Geboortedatum:

Partner:

Uitgerekende datum:

Hoeveelste kind:

Waar wil je gaan bevallen?

thuis poliklinisch ziekenhuis (medisch) weet het nog niet

Wie is er bij de bevalling aanwezig?

.....

Hoe kijken jullie terug op de zwangerschap tot nu toe?

.....

.....

Eerdere ervaring:

Hoe kijken jullie terug op de vorige bevalling op een schaal van 0-10?

negatief 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 positief

Wat ging goed?

.....

Wat vond je minder fijn?

.....

Wat wil je dit keer graag anders? Wat heb je daarvoor nodig?

.....

.....

Verwachtingen

Waar zie je naar uit bij de bevalling?

.....

.....

Waar zie je tegenop?

.....

.....

Wat is mijn grootste angst?

.....

.....

Wat is mijn kracht?

.....

.....

Bevalwensen

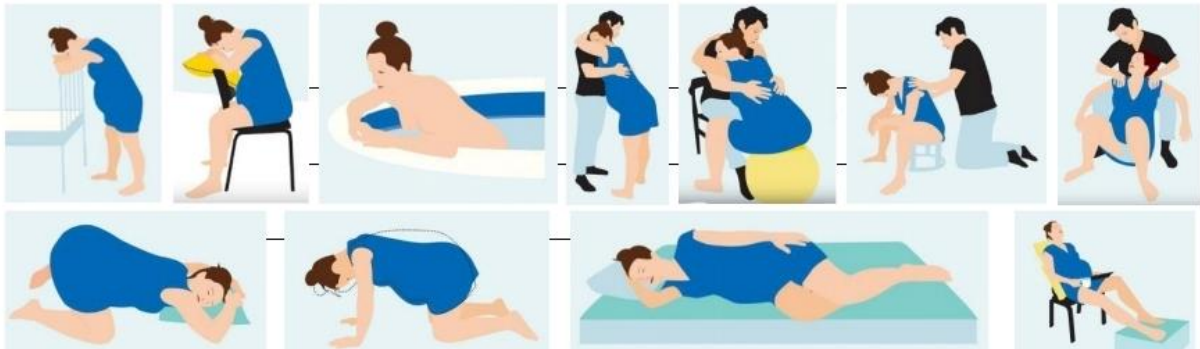
Ontspanning

Wat helpt jou om te ontspannen tijdens de weeën?

muziek stilte afleiding gedimd licht, anders...

Wat heb jij nodig om weer vertrouwen te krijgen als iets anders gaat dan verwacht?

Welke houding wil je graag uitproberen tijdens de bevalling?



Communicatie

Wat heb je nodig van je zorgverlener om je veilig te voelen en vertrouwen te hebben?

(denk aan: veel/weinig uitleg, duidelijke instructies/ veel overleg, continu aanwezig/ af en toe alleen zijn is ook fijn)

Hoe kan de zorgverlener jou helpen als het anders gaat dan verwacht?

Pijnstilling

Hoe denk je over pijnstilling?

Als je dit wil, heb je een voorkeur voor ruggenprik/remifentanil? Waarom?

Wat wil je ons verder nog laten weten?

Bevalwensen
