



## Geboortewensen

### Vorbereiden op de bevalling

Elke vrouw is uniek en bereidt zich op haar eigen manier voor op de bevalling. Hoe je je voorbereidt op de bevalling, is afhankelijk van allerlei omstandigheden. Als je al een kind hebt, kijk je mogelijk anders tegen de bevalling aan dan een vrouw die voor het eerst bevalt.

Sommige vrouwen vinden het prettig om rustig af te wachten hoe de bevalling verloopt. Anderen vinden het fijn om na te denken over mogelijke wensen rondom hun bevalling. Voor deze vrouwen hebben wij als praktijk een geboortewensen-format ontwikkeld. Dit format is een hulpmiddel. Geboortewensen kunnen elke vorm krijgen die bij jouw/jullie wensen past!

Het is goed om je te realiseren dat een bevalling vaak niet precies verloopt zoals je het van tevoren bedacht hebt. Hoe meer je vastlegt, des te groter is de kans dat het anders loopt. Als je probeert om met een open blik de bevalling in te gaan, heb je de grootste kans op een positieve ervaring. Daarom spreken we over geboortewensen en noemen we het niet een geboorteplan.

We denken graag met je mee in het opstellen van je wensen. Je kunt je geboortewensen daarom meenemen naar het spreekuur of mailen naar [info@vcbw.nl](mailto:info@vcbw.nl). We nemen jullie wensen dan stap voor stap met je/jullie door tijdens het spreekuur. Stop het document ook in de bevaltas (samen met het mapje verloskundige papieren).

## Gebruikelijke begeleiding

Wanneer de bevalling is gestart, komen we eerst thuis bij je langs. Als je in het ziekenhuis wilt bevallen, vertrekken we meestal wanneer er ongeveer 5 cm ontsluiting is. Uiteraard kan dit per situatie verschillen. In het begin van de bevalling gaan we soms nog even weg, vanaf 5 cm blijven we vaak in de buurt.

Zowel in het Geboortecentrum Sophia als in het Franciscus Gasthuis kun je gebruik maken van een skippybal (tijdens de ontsluiting) of een baarkruk (tijdens het persen). Ook kun je op beide locaties gebruik maken van het bevalbad. Hiervoor moet wel een vergoeding betaald worden. Tijdens de bevalling zullen wij niet aan je vragen of je pijnstilling wilt. Als je zelf om pijnstilling vraagt, zullen we de opties bespreken en indien gewenst inzetten. Met de meeste vormen van pijnstilling is het zo dat de bevalling dan overgedragen wordt aan het ziekenhuis.

Wanneer de baby geboren is, komt het direct bij de moeder op de borst en blijft daar het eerste uur liggen. We noemen dit het Golden Hour. Indien gewenst proberen we in deze periode de baby aan de borst te leggen. De navelstreng wordt (als er geen complicaties zijn) op zijn vroegst na 3 minuten doorgeknipt. Dit is ook zo wanneer je onder begeleiding van het ziekenhuis bevalt. Als de baby door omstandigheden niet bij jou op de borst kan, wordt nagestreefd dat de baby bij je partner bloot op de borst komt.

In overleg met jou geven we een injectie met oxytocine in je bovenbeen, dit is om het bloedverlies te beperken en de placenta sneller geboren te laten worden. Deze injectie wordt altijd in overleg toegediend met uitleg waarom wij dit doen.

Wanneer een keizersnede noodzakelijk is, wordt er een ruggenprik gezet. In een zeer uitzonderlijke situatie is algehele narcose nodig. Na de keizersnede gaat je partner met de baby mee en word jij zo snel mogelijk weer naar hen toegebracht.

Heb je wensen die afwijken van de gebruikelijke begeleiding, meld dit dan in dit document. Ook als je bepaalde rituelen hebt rondom de geboorte van jullie baby, is er ruimte om dit op te schrijven.

Geboortewensen van: \_\_\_\_\_

### Locatie

Eerste voorkeur voor de locatie van de bevalling:

- Geboortecentrum Sophia
- Franciscus Gasthuis
- Anders, namelijk: \_\_\_\_\_

Wensen over de ruimte en sfeer:

---

---

### Ondersteuning

Door wie wil je graag ondersteund worden?

---

Wanneer zijn zij aanwezig?

---

Wat kan jou helpen?

---

Overige wensen over de ondersteuning:

---

### Communicatie

Wil je dat de verloskundige je betreft in de procedures en eventuele ingrepen?

- Ja
- Nee

Als je niet in staat bent om beslissingen te maken, wie mag deze dan voor jou maken?

---

Overige wensen over de communicatie:

---

## Eerdere bevalling(en)

Hoe heb jij je vorige bevalling(en) ervaren?

---

---

Is er nu iets waar je tegenop ziet (bijvoorbeeld een vaginaal toucher, het breken van de vliezen, een knip (episiotomie), het hechten, etc.)?

---

## Weeën en persen

Heb je/ hebben jullie een zwangerschapscursus gevolgd?

- Ja
- Nee

Zo ja, welke? \_\_\_\_\_

In welke houding(en) zou je de weeën op willen vangen?

- Verschillende houdingen
- Lopen
- Masseren
- Warm bad/warme douche
- Verschillende ademhalingstechnieken
- Anders, namelijk \_\_\_\_\_

In welke houding zou je willen persen?

- Verschillende houdingen
- Liggend in bed (rug, zij)
- Zittend op de baarkruk
- Op handen en knieën
- In het bevalbad
- Anders, namelijk \_\_\_\_\_

## Pijnstilling

Heb je voorafgaand aan de bevalling de wens om gebruik te maken van pijnstilling?

- Ja
- Nee

Naar welke medicatie tegen de pijn gaat je voorkeur uit?

- Ruggenprik (zowel in Erasmus MC als in Franciscus Gasthuis)
- Remifentanyl (infuus met pijnstilling, alleen in Franciscus Gasthuis)

Lachgas (Geboortecentrum en Franciscus Gasthuis)

### Vlak na de geboorte

Wil je de placenta zien?

Ja

Nee

Wil je de placenta bewaren?

Ja

Nee

Welke voeding wil je gaan geven aan de baby?

Borstvoeding

Kunstvoeding

Mag de verloskundige vitamine K aan de baby geven (vloeistof in het mondje)? Dit is nodig voor een goede bloedstolling.

Ja

Nee

### Overige wensen

Heb je aanvullende wensen of rituelen die voor ons goed zijn om te weten?

---

---