

# GEBOORTEPLAN

Naam

Uitgerekend

Hoeveelste kindje

## Algemeen



- Thuis
- Poliklinische bevalling: Alrijne zh/ GHZ
- Ziekenhuis met medische indicatie
- Weet ik nog niet

Op welke plek wil je graag bevallen? Heb je wensen over de ruimte waar je bevalt en de sfeer?

## Begeleiding en communicatie



- Partner
- Verloskundige
- Gynaecoloog
- Kraamverzorgster
- Student
- .....



Bij informatie over handelingen of interventies wil ik graag:

- 1 duidelijk voorstel van de zorgverlener
- alle opties incl. voor- en nadelen

Wie wil je graag bij je hebben tijdens je bevalling? Wanneer wil je dat ze erbij zijn? Wat zij je wensen/ verwachtingen van je partner? Wat verwacht ik van mijn zorgverleners?

## Proces



- Rustige sfeer
- Muziek
- .....



- Ademhalingsoefeningen
- Coaching
- .....

Heb je een voorbereidende cursus gevolgd? Heb je ademhalingstechnieken geleerd die je graag wilt toepassen tijdens de bevalling? Wat helpt om je veilig, op je gemak en gehoord te voelen? Wat helpt je om vertrouwen te hebben/ krijgen in jezelf, de zorgverleners en een goede afloop?

## Weeën



- Lopen
- Douche
- Bad

- Baarkruk
- Bal
- .....



- Geen pijnstilling
- TENS
- .....

Welke houdingen wil je gaan gebruiken tijdens het opvangen van de weeën en tijdens het persen?

Hoe wil je omgaan met de pijn en de weeën? Als je kiest voor pijnstilling met medicijnen, welk soort heeft je voorkeur?

## Medische noodzaak



- Duidelijke communicatie
- Partner blijft bij baby
- .....



- Direct huid op huid bij partner (zo snel mogelijk bij moeder)
- .....

Soms verloopt de bevalling niet zoals je van tevoren had gehoopt, gewild of verwacht. Hoe denk je over ingrepen zoals bewaking van de hartslag, infuus prikken, knip, keizersnede. Zijn er dingen die je belangrijk vind, graag wil of liever niet in zo'n geval? Heb je wensen voor het geval een keizersnede nodig is?

## Baby



- Direct huid op huid
- Navelstreng laten uitkloppen
- Cording



- Borstvoeding
- Kunstvoeding

Hoe wil je met de baby omgaan als hij/ zij net geboren is? Denk aan lichamelijk contact, navelstreng doorknippen. Welke voeding wil je je kind geven?

## Overige wensen

Heb je nog wensen of opmerkingen over je bevalling die hierboven niet zijn genoemd?