

Geboorteplan

Naam:
Geboortedatum:
Uitgerekende datum:



Begeleiding & Communicatie

Waar bevallen

Ontsluiting (weeën) & Uitdrijving (persen)

Medisch ingrijpen

Baby

Overige wensen

Geboorteplan

In een geboorteplan beschrijf je jouw wensen, angsten en verwachtingen (en die van je partner) rondom de bevalling. Degene die jou bevalling begeleidt kan hier zoveel mogelijk rekening mee houden.

Een geboorteplan is een beknopt document, zodat zorgverleners het snel kunnen lezen. Ben je er altijd van bewust dat je een bevalling niet kunt voorspellen. Een geboorteplan is niet bepalend voor hoe jouw bevalling gaat verlopen. Het is een leidraad van je verwachtingen, ideeën en wensen ten aanzien van de bevalling.

Hieronder staan een aantal voorbeeldvragen die kunnen helpen bij het invullen van je geboorteplan.

Begeleiding:

- Wie wil je graag bij je hebben tijdens de bevalling?
- Wat verwacht je van de begeleiding van de verloskundige/gynaecoloog en kraamverzorgende/verpleegkundige?
- Wat vind je een prettige manier van communicatie?

Waar bevallen:

- Wanneer je geen medische reden hebt om in het ziekenhuis te bevallen, waar wil je bevallen? (thuis, poliklinisch in ziekenhuis met je verloskundige)

Kijk op site van het ziekenhuis waar jij wilt bevallen

Ontsluiting (weeën) en uitdrijving (persen):

- Welke houdingen wil je gaan gebruiken bij het opvangen van de weeën? (bijv.: lopen, baarkruk(houding), douche/bad, skippybal etc.)
- In welke houding wil je graag persen? (bijv.: liggend op rug/zij, zittend/baarkrukhouding)
- Hoe omgaan met pijn bij de bevalling?

Lees voor alle mogelijkheden zie onderstaande folders

Medisch ingrijpen:

- Heb je vragen of zorgen over bepaalde ingrepen zoals inwendig onderzoek, inknippen en hechten, kunstverlossing (tang en vacuüm/zuignap) en keizersnede?
- Heb je speciale verwachtingen of wensen m.b.t. deze ingrepen?
- Heb je wensen voor het geval dat een keizersnede nodig is?
- Heb je wensen over het verblijf in het ziekenhuis?

Baby:

- Wat zijn de wensen rondom de geboorte van de baby en daarna? (bijv.: aanpakken van de baby, lichamelijk contact, navelstreng doorknippen, verzorging erna)
- Welke voeding wil je de baby gaan geven?

Overige wensen:

- Heb je nog wensen of opmerkingen over je bevalling die hierboven niet zijn genoemd? (bijv.: wensen rondom de nageboorte en placenta/moederkoek, wensen vanuit traditie of geloof)