



Geboortewensen

WENSEN & VERWACHTINGEN RONDOM
DE BEVALLING, ARBEID EN KRAAMPERIODE

GEBOORTEPLAN VAN

..... &

IK HEB ME OP VOORHAND VOORBEREID MET:

- Infoavonden in het ziekenhuis
- Infomomenten bij mijn vroedvrouw (praktijk)
- HypnoBirthing
- Prenatale kiné
- Zwangerschapsyoga
- ...

TIJDENS MIJN ARBEID EN BEVALLING ZOU IK GRAAG VOLGENDE MENSEN BIJ MIJ HEBBEN::

- Mijn partner
- Mijn eigen vroedvrouw
- Mijn doula
-

TIJDENS DE ARBEID ZOU IK GRAAG:

- Gedempte lichten hebben
- Naar eigen muziek kunnen luisteren
- De houding kunnen kiezen die het beste aanvoelt
- Nog iets eten / drinken
- Inspraak hebben over het aantal vaginale onderzoeken
- Een slotje krijgen i.p.v. een infuus
- Het kunstmatig breken van de vliezen vermijden
- Zo weinig mogelijk in- en uitloop van verschillende mensen hebben, als dit niet medisch noodzakelijk is
- Hebben dat mijn partner betrokken wordt bij alle zorgen, zoals het aanleren van rugmassage...
-

VOOR DE MONITORING VAN DE HARTSLAG VAN MIJN KINDJE WENS IK:

- Zoveel mogelijk gebruik van draadloze monitoring
- Het aantal monitors zoveel mogelijk beperken
- Enkel uitwendige monitoring, zolang de toestand van mijn baby dit toelaat
-

OP VLAK VAN PIJNSTILLING ZOU IK GRAAG:

- Gebruik maken van alle aanwezige opties: bad, bal, ademhaling, massage, liaan en verschillende houdigen....
- Gebruik maken van lachgas
- Op het moment zelf bepalen of ik al dan niet een epidurale verdooving wens
- Met epidurale verdooving bevallen
- Willen dat een epidurale verdooving niet voorgesteld wordt.
-

TIJDENS DE BEVALLING VIND IK HET BELANGRIJK DAT IK/ VERKIES IK:

- Kan persen op gevoel
- De houding kan aannemen die ik wens
- Een onderwaterbevalling
- Een spiegel om mee te kijken
- Een scheurtje boven een knip
- Zelf het kindje kan aannemen
-

NA DE BEVALLING VIND IK HET BELANGRIJK DAT:

- Dat er geen **STANDAARD** oxytocine wordt toegediend
- Ik de navelstreng kan laten uitkloppen
- Mijn partner de navelstreng doorknipt
- Ik de placenta kan zien
- Ik wens het navelstrengbloed te doneren
- ...

VOOR MIJN BABY WENS IK:

- Minstens één uur huid-op-huid contact met mijn kindje
- dat mijn partner ook zijn moment huid-op-huid contact met ons kindje krijgt
- Zo snel mogelijk Borstvoeding te geven
- Flesjes te geven
-

IN DE KRAAMPRIODE VIND IK HET BELANGRIJK DAT:

- Ikzelf mijn kindje mag leren aanleggen / een flesje te geven, met ondersteuning van de vroedvrouwen
- Willen dat er geen andere voedingen worden gegeven zonder onze toestemming
- Wanneer mijn kindje medische zorgen nodig heeft, altijd iemand van de ouders meegevraagd wordt
-

NAAST BOVENSTAANDE ZAKEN VIND IK HET VERDER BELANGRIJK DAT:

-
-
-
-

WIJ BEGRIJPEN DAT ONZE WENSEN NIET ALTIJD HAALBAAR ZIJN, MAAR WIJ ZOUDE HET FIJN VINDEN MOCHT ER ZOVEEL ALS MOGELIJK REKENING MEE GEHOUDEN WORDEN OF OVERLEGD WORDEN INDIEN ECHT NIET MOGELIJK

WIJ KIJKEN ER ALVAST NAAR UIT OM ONS KINDJE ONDER JULLIE WAAKZAME OOG OP DEZE WERELD TE ZETTEN

IK ZOU GRAAG FOTO'S / VIDEO HEBBEN VAN:

- De arbeid
- De bevalling
- Het eerste contact
- De eerste voeding
- De eerste zorgen
-

OP VLAK VAN COMMUNICATIE VIND IK HET BELANGRIJK DAT:

- Alle handelingen zowel bij mezelf als bij mijn kindje, steeds in overleg gebeuren en met toestemming van mezelf of mijn partner
-

