

Bevallen in regio Gelderse Vallei

Om je goed te kunnen voorbereiden op de bevalling die komen gaat, geven wij je graag wat algemene informatie over bevallen in onze regio. Grofweg zijn er drie situaties mogelijk:

- Geen medische indicatie: je zwangerschap en bevalling worden, zolang alles ongecompliceerd verloopt, begeleid door de verloskundige. Je kan kiezen waar je wil bevallen, thuis of in het ziekenhuis.
- Plaatsindicatie voor de bevalling: de bevalling vindt plaats in het ziekenhuis onder leiding van je eigen verloskundige.
- Medische indicatie: je zwangerschap wordt (grotendeels) begeleid door de gynaecoloog, arts van de gynaecologie (al dan niet in opleiding tot gynaecoloog) en klinisch verloskundige. Je bevalt in principe in het ziekenhuis en wordt begeleid door een klinisch verloskundige of een arts (al dan niet in opleiding tot gynaecoloog).

Bevalling thuis

Je kunt ervoor kiezen thuis te bevallen als er geen sprake is van een medische indicatie of complicaties, en je tussen de 37 en 42 weken zwangerschap gaat bevallen. De bevalling wordt begeleid door de verloskundige, samen met de kraamverzorgster.

Bevalling verplaatst thuis/plaatsindicatie

Als je ervoor kiest om in het ziekenhuis te bevallen zonder medische indicatie hiervoor, beval je in een poliklinische kamer. Deze kamers zijn speciaal bedoeld voor de zogenaamde "verplaatste thuisbevallingen". De bevalling wordt net als thuis begeleid door de verloskundige samen met de kraamverzorgster. Alle kamers beschikken over een badkamer met douche en zijn voldoende ruim voor het plaatsen van een bevalbad. Bevalbaden zijn in het ziekenhuis te leen. Er dient een bijdrage betaald te worden van €90,- voor individuele benodigdheden (hoes, slangen e.d.). Er moet een eigen bijdrage betaald worden voor het gebruik van de poliklinische bevalkamer. Vraag bij je zorgverzekeraar na hoe hoog deze bijdrage is.

Wanneer er een indicatie of reden is om in het ziekenhuis te bevallen, zonder dat medische begeleiding van de baring direct noodzakelijk is, noemen we dat een plaatsindicatie.

Voorbeelden hiervan zijn: bijzonderheden bij een eerdere bevalling, een hoog BMI en gebruik van bepaalde medicatie. De bevalling wordt begeleid door je eigen verloskundige. Zij wordt hierbij geassisteerd door een kraamverzorgster of verpleegkundige van het ziekenhuis. Je bevalt dan op een poliklinische kamer of op een verloskamer op de afdeling verloskunde. Deze bevalling in het ziekenhuis wordt volledig vergoed.

Overdracht van zorg tijdens de bevalling

Het kan zijn dat je thuis of poliklinisch aan het bevallen bent, en dat er tijdens de bevalling een reden ontstaat om de zorg over te dragen aan de collega's van het ziekenhuis. Bij een bevalling van een eerste kindje, is dat in onze regio bij iets meer dan 50% van de vrouwen het geval. Ben je al eens eerder normaal bevallen, dan is de kans dat je tijdens de bevalling wordt overgedragen kleiner, namelijk ongeveer 15%. Redenen hiervoor kunnen zijn:

- een traag verlopende baring;
- meconiumhoudend vruchtwater (de baby heeft in het vruchtwater gepoept);
- langdurig gebroken vliezen;

- een pijnstillingswens;
- andere bijzonderheden in de conditie van moeder of kind.

De verloskundige draagt de zorg en verantwoordelijkheid over aan de zorgverleners van het ziekenhuis. Dit kan een arts zijn (al dan niet in opleiding tot gynaecoloog), of een klinisch verloskundige. Met ondersteuning van een gespecialiseerd verpleegkundige, zullen zij je baring verder begeleiden.

Bevalling medisch

Een medische bevalling wordt begeleid door een klinisch verloskundige of een arts (al dan niet in opleiding tot gynaecoloog) en met hulp van een gespecialiseerd verpleegkundige. Indien nodig is de gynaecoloog altijd beschikbaar voor overleg en hulp.

Ook bij een medische of medisch geworden bevalling, wordt gestreefd naar een zo natuurlijk mogelijk beloop en staan jullie wensen centraal. Meestal zal het nodig zijn om de harttonen van het kind continu te registreren. Dit gebeurt echter draadloos zodat het geen invloed heeft op je bewegingsvrijheid.

In het ziekenhuis is er een scala aan mogelijkheden om de bevalling zo comfortabel mogelijk te maken. Zo zijn er bevalballen beschikbaar in verschillende maten. Vaak is het nog steeds mogelijk om gebruik te maken van de douche of het bevalbad. Er zijn opblaasbaden beschikbaar waarvoor ter plekke een pakket met hoes en slangen kan worden aangeschaft. Ook zijn er verschillende baarkrukken beschikbaar.

Vaak ga je na de bevalling na enkele uren weer naar huis. Er kunnen ook redenen zijn om langer op de kraamafdeling te blijven voor observatie van moeder of kind, denk hierbij bijvoorbeeld aan een hoge bloeddruk, medicatiegebruik, risico voor een infectie of een relatief groot of klein kind. Ook kan het zijn dat je door middel van een keizersnede bevalt. Daarna blijf je nog 24 tot 48 uur op onze kraamafdeling. De kraamafdeling bestaat uit ruime eenpersoonsskamers waar je partner altijd mag blijven slapen.

Opleiding

Zowel in de verloskundigenpraktijk, als in het ziekenhuis, leiden wij nieuwe zorgverleners op. Dit kunnen verloskundigen zijn, maar ook kraamverzorgsters, verpleegkundigen en artsen. Het is fijn als zij onder onze begeleiding kunnen leren. Zo zorgen wij er samen voor dat er ook in de toekomst goede zorgverleners zijn.

Vorbereiding op de bevalling

De bevalling is voor veel mensen een grootse en spannende gebeurtenis, ieder bereidt zich hier op haar/zijn eigen manier op voor. Waar de een graag zoveel mogelijk informatie verzamelt en "plant", laat de ander het liever op zich af komen. Er zijn mensen met hele specifieke wensen, maar ook mensen die nog geen idee hebben wat ze op dat moment graag willen. In alle gevallen gaan wij graag tijdens de zwangerschap het gesprek met jullie aan! Wij als zorgverleners zijn voorstanders van gezamenlijke besluitvorming, dit houdt in dat cliënt/patiënt en zorgverlener samen besluiten nemen over de zorg en/of behandeling, op basis van wetenschappelijke kennis, de voorkeuren van de cliënt/patiënt en de expertise van de zorgverlener. Ook adviseren wij om onze gezamenlijke informatieavond over de bevalling te bezoeken. Jullie kunnen je hiervoor opgeven via de website:

www.geldersevallei.nl/patient/afdelingen/verloskunde/informatieavond-bevallen .

Als zorgverleners van de regio Gelderse Vallei ontwikkelden wij een document waar jullie je bevalwensen kunnen invullen. Wij krijgen graag inzicht in jullie wensen en verwachtingen zodat wij jullie zo goed mogelijk kunnen gaan begeleiden. Dit document kan daarbij helpend zijn.

Geboorteplan

Zwangerschap

Uitgerekende datum:

Hoeveelste kind:

Op welke plek zou je het liefst bevallen?:

Thuis

Poliklinisch

Ziekenhuis (medisch)

Weet ik nog niet

Hoe kijk je terug op het verloop van de zwangerschap tot nu toe?

Persoonlijke gegevens:

Naam:

Geboortedatum:

Partner:

Adres:

Vorige bevalling(en)

Hoe kijk je terug op de vorige bevalling op een schaal van 1 t/m 10?

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Negatief

Positief

Wat vond je fijn tijdens de bevalling, wat ging goed?

Wat zou je dit keer graag anders willen? Wat heb je daarbij nodig?

Tips

Hoe heb je je voorbereid op je bevalling?

Boeken

Filmpjes

Internet

Centering Zwangerschap

Voorlichtingsavond

Ervaringen familie/vrienden

Zwangerschapscursus

Anders, namelijk:

-Kijk op de site van jouw verloskundigenpraktijk wanneer zij voorlichtingsavonden organiseren. Ook organiseren we als regio samen voorlichtingsavonden in het ziekenhuis (aanmelden via link op pagina 2)

-Op www.deverloskundige.nl en www.degynaecoloog.nl en www.geldersevallei.nl/vsvgeldersevallei vind je betrouwbare informatie

-Podcast tip: Zwanger & zo de Podcast

-Boekentips: Goed Bevallen (Geke Born) en Positief over Bevallen (Milli Hill)

-Er zijn verschillende bevallingscursussen in de regio te volgen, live en online

-Www.bevalplan.nl met tips voor het maken van een goed geboorteplan

Heb je wensen voor de sfeer in de kamer tijdens de bevalling?

Muziek

Stilte

Gedimd licht

Afleiding

Anders, namelijk:

Welke houdingen wil je proberen tijdens de bevalling?



Wat past het best bij jou?

1

2

3

4

5

Ik wil graag stilte en rust

Ik wil graag afleiding om me heen

1

2

3

4

5

Ik wil graag zo veel mogelijk uitleg

Ik wil liever niet te veel weten

1

2

3

4

5

Ik wil zo veel mogelijk alleen zijn

Ik wil graag zoveel mogelijk begeleiding

1

2

3

4

5

Ik wil vooral mijn lijf en de natuur volgen

Ik wil actief geadviseerd worden over wat ik het beste kan doen

Zijn er dingen waar je naar uit kijkt?

Zijn er dingen waar je tegenop ziet of waar je bang voor bent?

Hoe kan je partner je het beste ondersteunen?

Hoe kan je zorgverlener je het beste ondersteunen?

Hoe kunnen wij er als zorgverlener voor zorgen dat jij je gezien en gehoord voelt?

Wat kan jou vertrouwen geven?

Als de bevalling anders loopt dan verwacht of gehoopt, wat is dan belangrijk voor jou?

Als er keuzes gemaakt moeten worden of interventies nodig zijn, wat heeft dan je voorkeur?

Een duidelijk voorstel of advies van de zorgverlener horen, zonder veel uitleg;
Alle mogelijke opties horen, met uitgebreide uitleg over de voor- en nadelen, en dan een besluit nemen.

Wil je gebruik maken van pijnstilling?

Nee, in principe wil ik dat niet

Ik wil dit alleen als ik er zelf om vraag

Ik wil het op dat moment bespreken en beslissen samen met de verloskundige/arts

Ja ik zou dit graag willen vanaf het begin van de bevalling

Zo ja, welke manier van pijnstilling heeft je voorkeur:

Remifentanyl of

Epidurale anesthesie (ruggenprik)

Welke voeding wil je de baby gaan geven?

Zijn er nog andere dingen die niet aan bod zijn gekomen maar die wel belangrijk voor je zijn? Zijn er dingen die je graag wil, of juist liever niet wil?

Op de websites

www.deverloskundige.nl en op

www.degynaecoloog.nl vind je

een duidelijk overzicht met de voor- en nadelen van elke optie.

Het is goed om je van tevoren in te lezen om een weloverwogen beslissing te kunnen nemen.

Bekijk vooral ook de filmpjes!