

GEBOORTEWENS VAN

Hebben jullie al nagedacht over hoe jullie ideale bevalling eruitziet? Wat helpt jullie om te ontspannen, en waar zijn jullie misschien bang voor? Het geboorteplan is een fijne manier om over deze dingen na te denken. Het geeft jullie niet alleen de kans om bewuste keuzes te maken, maar helpt de zorgverleners ook te begrijpen wat jullie belangrijk vinden. Zo kunnen ze jullie beter ondersteunen, en kunnen jullie achteraf met een goed gevoel op de bevalling terugkijken.

Houd er wel rekening mee dat de gezondheid van moeder en kind altijd vooropstaat. Soms loopt het anders dan gepland, en dan moet er misschien van het plan worden afgeweken. Ons motto is: 'Natuur als het kan, techniek als het moet.'

Neem daarom het geboorteplan van tevoren door met je vroedvrouw of gynaecoloog. Door samen te praten over jullie verwachtingen, zorgen we ervoor dat jullie een zo prettig mogelijke geboorte-ervaring hebben.

Dit heb ik nodig om te kunnen **ontspannen** tijdens mijn arbeid/bevalling

bv eigen muziek, gedimd licht, rustige omgeving



Ik zie op tegen / ik maak me zorgen om / ik ben **bang** voor:

bv epidurale ...

Dit verwacht ik / heb ik nodig van de **zorgverleners**

bv zorgverlener zo aanwezig mogelijk



Zo sta ik tegenover **pijnverlichting**

bv geen epidurale, douche of bad mogelijk ...

Als dingen **onverwacht** lopen dan helpt mij het volgende

bv steeds overleg en verduidelijkingen



Voor mijn **partner** is het belangrijk dat

bv baby bij partner ...



Als de baby **geboren** is heb ik volgende wensen

bv onmiddellijk huid-op-huid, navelstreng laten 'uitkloppen' ...



Zo zien wij het eerste **voedingsmoment**

bv borstvoeding, ...



Overige wensen / belangrijke dingen om te vermelden

bv geen fopspeen, geen knip

