

GEBORTEPLAN

Naam	Naam Partner
Geboortedatum	
Zwanger van kindje	
Uitgerekende datum	Gewenste plaats bevalling:

**Let op: in dit geboorteplan bedoelen we met 'je' soms ook je eventuele partner*

Alle betrokkenen zullen je wensen en/of verwachtingen in dit geboorteplan zo veel mogelijk nastreven. Er kunnen echter geen rechten aan worden ontleend, omdat het soms (medisch) noodzakelijk is om van het geboorteplan af te wijken.

Hoe kijk je terug op eventuele vorige bevallingen?

Heb je een bepaald beeld van de bevalling?

Waar wil je gaan bevallen en waarom? Heb je wensen m.b.t. ruimte en sfeer?

Wie zal er bij de bevalling aanwezig zijn? Vanaf welk moment?

Heb je je voorbereid op de bevalling en hoe? (informatieavonden, boeken, zwangerschaps cursus)

Heb je speciale wensen rondom houding tijdens het opvangen van de weeën en het persen? (bed, baarkruk, skippybal, bad/douche)

Hoe wil je omgaan met de pijn van de weeën (bad/douche, ademhaling, ontspanningsoefeningen, muziek, tens, medicijnen)?

Ben je op de hoogte van de voor- en nadelen van medicamenteuze pijnbestrijding tijdens de bevalling? (Lees ook de folder 'Hoe ga ik om met pijn?' op website bij 'Praktisch' Folders) (omcirkel)

Ja / nee / ik heb hier meer informatie over nodig

Wat verwacht je van je zorgverlener? (verloskundige, gynaecoloog, arts-assistent, kraamverzorgster)
Wat is jouw idee bij hoe de communicatie zou moeten verlopen? Is er een manier van benadering die je prettig of juist onprettig vindt?

Zie je tegen dingen op? Zijn er dingen waar je bang voor bent?

Zijn er nog andere zaken t.a.v. de bevalling die van belang zijn voor ons om te weten?

Wat voor voeding wil je gaan geven en heb je speciale wensen hieromtrent? Indien je borstvoeding gaat geven: hoe heb je je voorbereid? Wat zijn je verwachtingen m.b.t. de borstvoeding?

Ook goed om over na te denken:

Wil je de baby na de geboorte direct op je buik? Wil jij of je partner het kindje zelf aanpakken?

Waar wil ik foto's van? Wie knipt de navelstreng door? Opgang voor je eventuele andere kinderen?

Wil je de moederkoek zien en/of foto's ervan?

Heb je het idee dat je over bepaalde onderwerpen meer informatie nodig hebt? Zo ja, welke zijn dit?

Nee / Ja: ...

Welke zaken/onderwerpen uit bovenstaand geboorteplan wil je graag bespreken met de verloskundige tijdens de afspraak?