



GEBORTEPLAN VAN:

Natascha ●●●●●●●●

Algemeen

Motivatie:

Ik maak dit geboorteplan omdat ik mij graag wil voorbereiden op de mogelijkheden en omdat ik graag wil dat mijn wensen rondom de bevalling bekend zijn.

Communicatie:

- Ik verwacht van verloskundigen, artsen en ander medisch personeel dat zij alle procedures en eventuele ingrepen met mij bespreken voordat ze worden uitgevoerd.
- Als ik niet in staat ben beslissingen te maken, dan neemt Tim deze voor mij.

Ondersteuning

Tijdens de bevalling wil ik graag ondersteund worden door:

- Partner
Ik wil graag dat hij/zij erbij is: Vanaf het begin van de weeën
- Verloskundige
Ik wil graag dat hij/zij erbij is: Als ik dat aangeef
- Kraamverzorgende
Ik wil graag dat hij/zij erbij is: Als ik dat aangeef

Plaats

De plek waar ik het liefst wil bevallen:

Thuis

Mijn wensen over de ruimte waar ik beval en de sfeer:

In de slaapkamer, in het bevalbad. Rustige sfeer, eventueel rustige muziek en gedimde verlichting

Houding

Bij het opvangen van de weeën en bij het persen wil ik graag:

- Zelf bepalen welke houding(en) ik wil aannemen
- Voldoende ruimte/gelegenheid krijgen om te bewegen en om de houding(en) aan te nemen die ik wil, ook als continue registratie van de hartslag van het kind nodig is.

Bij het opvangen van de weeën lijkt het me prettig om de volgende houdingen en/of hulpmiddelen te proberen:

- Lopen
- Staan
- Liggen
- Op handen en knieën steunen
- Oefenbal
- Douche
- Eigen bad
- Bevalbad

Tijdens het persen lijkt het me prettig om de volgende houdingen en/of hulpmiddelen te proberen:

- Hurken
- Liggen
- Douche
- Eigen bad
- Bevalbad

Pijn

Om te kunnen omgaan met de pijn van de weeën wil ik graag de volgende methode(n) proberen:

- Massage
- Ademhalingstechniek
- Ontspanningstechnieken
- Warm water
- Verschillende houdingen

Ik wil medicijnen tegen de pijn:

- Alleen als ik er om vraag

Opmerkingen: Bij voorkeur geen! Geen injecties of infuus, tenzij medisch noodzakelijk.

Ingrepen

Mijn wensen rondom ingrepen tijdens de bevalling zijn:

- Ik wil zo min mogelijk ingrepen tijdens de bevalling en wil dat de verloskundige of arts alle ingrepen die zij/hij overweegt met mij overlegt.
- Ik heb wensen over een specifieke ingreep, namelijk Inknippen

Overige wensen: Alleen indien ECHT nodig, dus bijvoorbeeld als de baby het moeilijk heeft en er met spoed uit moet. Niet uit voorzorg,

Vlak na de geboorte

Als mijn kind net geboren is, wil ik graag:

- Hem/haar bloot op mijn buik (huid-op-huid contact)
- Dat Tim de navelstreng doorknipt
- De placenta zien

Overige wensen: Ik wil de baby graag zelf aanpakken, indien ik dit niet kan/op dat moment aangeef dat niet te willen, wil ik graag dat Tim het doet. Tevens wil ik dat de navelstreng pas wordt doorgeknipt als deze is uitgeklopt. Dit tenzij medisch noodzakelijk dat dit eerder gebeurt.

Baby

Graag wil ik:

- Het eerste uur huid-op-huid contact met mijn kind
- Dat het eerste lichamelijke onderzoek van mijn kind plaatsvindt in mijn nabijheid
- Mijn kind zoveel mogelijk zelf, samen met Tim verzorgen (voeden, wassen, aankleden etc)
- Mijn kind zo dicht mogelijk in de buurt hebben

Overige wensen: Ik wil dat Tim de baby van mij overneemt na het eerste uur huid op huid contact. Ik wil graag dat hij ook even zijn moment heeft voordat verdere onderzoeken plaatsvinden.

Voeding

Graag wil ik mijn kind:

Borstvoeding geven

- Mijn kind zelf de tepel laten zoeken voor de eerste voeding
- Geen bijvoeding geven zonder overleg
- Vroeg beginnen met kolven als borstvoeding niet mogelijk is
- Voeden op het moment dat mijn baby er om vraagt

Bijzondere situaties

Wanneer een keizersnede nodig is, wil ik graag, indien mogelijk en medisch verantwoord:

- Dat Tim daarbij aanwezig is

- Mijn kind geboren zien worden
- Direct na de geboorte kennismaken met mijn kind (zien, voelen, ruiken)
- Dat Tim betrokken wordt bij de verzorging van mijn kind

Na de bevalling

- Als ik zelf om gezondheidsredenen niet in staat ben mijn kind vast te houden vlak na de geboorte, wil ik graag dat hij/zij huid-op-huid contact heeft met Tim.
- Als mijn kind niet in mijn nabijheid kan zijn wegens medisch onderzoek of behandeling, dan wil ik dat Tim mijn kind in alle gevallen begeleidt.
- Ook in het geval van complicaties, wil ik mijn kind zo snel mogelijk na de bevalling borstvoeding geven.

Wensen

Mijn wensen wat betreft het maken van foto's en film tijdens of vlak na de bevalling:

Graag zoveel mogelijk. Vooral tijdens de daadwerkelijke geboorte. Liever niet "full on", liever van de zij/bovenkant. Ook veel tijdens het eerste contact.

Overige wensen:

Wij willen voor het doorknippen van de navelstreng gebruik maken van een eigen schaar (Medische schaar, steriel verpakt). Deze schaar willen we na de bevalling ook graag houden.