

Begeleiding zwangerschap en bevallen in Bernhoven



U gaat in het ziekenhuis bevallen onder verantwoordelijkheid van een gynaecoloog. In deze folder leest u informatie over de algemene gang van zaken bij de zwangerschapscontroles en de bevalling in het ziekenhuis.

Polikliniek gynaecologie: 0413 - 40 19 34

Afdeling verloskunde: 0413 - 40 35 20

Waarom bevalt u in het ziekenhuis?

U heeft een medische indicatie voor een ziekenhuisbevalling. Dat betekent niet dat er grote problemen verwacht worden, wel dat u specialistische begeleiding nodig heeft om de zwangerschap tot een goed einde te brengen. Ook al mist u in het ziekenhuis de sfeer van thuis, toch proberen wij de sfeer zo plezierig mogelijk te laten zijn. U kunt daar een belangrijke rol bij spelen door uw wensen te bespreken met uw arts of verloskundige.

Het verloskundige team

Gedurende uw zwangerschap en tijdens de bevalling wordt u begeleid door het verloskundige team. Dit team bestaat uit gynaecologen, verloskundigen werkzaam in het ziekenhuis, verpleegkundigen en poli-assistenten. Wie bij uw bevalling aanwezig is, hangt af van het moment van bevallen.

Gynaecologen

- Mw. N. Alers
- Mw. T. Dijkstra
- Mw. J. van der Heyden
- Mw. M. Hessel
- Mw. I. Kools
- Mw. B. Mengerink
- Mw. L. Muller
- Mw. A. Oei
- Mw. A. Schreuder
- Mw. M. Verwij
- Dhr. J. Vollebergh

Zwangerschap

Poliklinische controles

De controles op de polikliniek worden steeds door dezelfde gynaecoloog uitgevoerd. Tijdens vakanties is het mogelijk dat een andere gynaecoloog deze taak overneemt. De eerste 24 weken bezoekt u elke drie á vijf weken de polikliniek, daarna om de drie weken, vervolgens om de twee weken en de laatste maand elke week. Als er een reden voor is, wordt u vanzelfsprekend vaker gecontroleerd. Tijdens de zwangerschapscontrole meldt u zich altijd eerst bij de poli-assistente. Zij controleert elk bezoek uw bloeddruk, gewicht en urine.

De gynaecoloog beoordeelt elke controle de groei en de ligging van het kind en luistert naar de harttonen. Andere standaardactiviteiten zijn:

- Wanneer u ongeveer twaalf weken zwanger bent, worden enige buisjes bloed afgenomen voor bepaling van de bloedgroep, Hb (ijzergehalte) en antistoffen tegen geelzucht, syfilis, HIV en eventueel rode hond.
- Bij een zwangerschapsduur tussen de 18 en 22 weken mag elke zwangere een 20-weeken echo laten verrichten. Een 20-weeken echo is een uitgebreid echoscopisch onderzoek bedoeld om aangeboren afwijkingen op te sporen. Dit onderzoek wordt ook wel structureel echoscopisch onderzoek (SEO) genoemd.

Echo

Als het nodig is, wordt er bij u een echo gemaakt. Bij deze echografie kan er gekeken worden naar de groei en de ligging van het kind, naar de placenta en de hoeveelheid vruchtwater. Deze echo is niet bedoeld voor het opsporen van aangeboren afwijkingen.

Een echo (in medische taal echografie) is een onderzoek waarbij met hoogfrequente geluidsgolven organen zichtbaar gemaakt kunnen worden op een beeldscherm. Dit kan een inwendige (via de vagina) of uitwendige (via de buikwand) echo zijn. In de eerste drie maanden wordt de voorkeur gegeven aan een inwendige echo omdat een prille zwangerschap op deze manier beter zichtbaar is. Na drie maanden is de zwangerschap groot genoeg om het kind via de buik te beoordelen.

Informatiemarkt

Regelmatig vinden er in Bernhoven op zaterdagen van 10.00-15.00 uur informatiemarkten geboortezorg plaats. U bent hier van harte welkom, vooraf aanmelden is niet nodig. Kijk voor de data op onze website.

Zwangerschapsgymnastiek

Vooraf bij een eerste zwangerschap weten de meeste vrouwen niet goed wat hun te wachten staat bij een bevalling. Een goede voorbereiding op de bevalling kan zwangerschapsgymnastiek (prenatale gymnastiek) zijn. Naast allerlei ontspanningsoefeningen wordt tijdens de bijeenkomsten informatie gegeven over wat u kunt verwachten rondom de bevalling.

Na de bevalling is het vaak mogelijk om deel te nemen aan postnatale gymnastiek. Gedurende een aantal bijeenkomsten worden conditie, houding en spierkracht van vóór de zwangerschap weer opgebouwd. Meestal wordt de groep voor de postnatale gymnastiek samengesteld uit mensen die ook samen de prenatale gymnastiek gevolgd hebben. Voor nadere informatie en aanmelding kunt u contact opnemen met

de Stichting Thuiszorg in uw regio.

Andere mogelijkheden van gymnastiek zijn bijvoorbeeld zwangerschapsyoga en zwangerschapszwemmen. Voor het zwemmen zijn soms aparte faciliteiten voor zwangeren.

Kraamzorg

Bevallen in het ziekenhuis betekent niet dat u ook de kraamperiode in het ziekenhuis doorbrengt. Als de bevalling zonder complicaties verlopen is en uw kind is gezond dan gaat u na de bevalling gewoon naar huis. Thuis is deskundige hulp gewenst. Deze hulp wordt geleverd door kraamverzorgsters van bijvoorbeeld de stichting thuiszorg of een particulier bureau. De geboden hulp hangt af van uw verzekering en gezinssituatie. Informeer bij twijfel of onduidelijkheid bij uw zorgverzekeraar. De kraamzorg kunt u het beste al in de derde maand van uw zwangerschap aanvragen. Zes weken na de bevalling wordt u voor de nacontrole op de polikliniek verwacht. In een gesprek met de gynaecoloog komt de gang van zaken tijdens de zwangerschap en de bevalling aan de orde. Zo nodig wordt er een inwendig onderzoek gedaan.

Wanneer naar het ziekenhuis?

Niet elke bevalling begint op dezelfde wijze. Vaak heeft u al dagen of weken tevoren regelmatig samentrekkingen van de baarmoeder. Soms ook al wat afscheiding.

U moet naar het ziekenhuis komen als:

- De weeën elkaar elke vijf à tien minuten opvolgen, steeds heftiger worden en gepaard gaan met lage rugpijn en onderbuikspijn.
- De vliezen breken en u spontaan vocht verliest (ook al zijn er geen weeën).
- U bloed verliest.
- U zich ongerust maakt, bijvoorbeeld omdat u buikpijn heeft of minder leven voelt.
- Uw arts iets anders met u afgesproken heeft, dat speciaal voor u bedoeld is.
- Als u niet zeker weet of u nu wel of niet naar het ziekenhuis moet komen, kunt u natuurlijk ook altijd even telefonisch overleggen. Omdat u al in het ziekenhuis onder controle bent, hoeft u niet eerst de huisarts of verloskundige te bellen. Zo nodig kunt u altijd even langs komen om te laten beoordelen of opname al nodig is. Het is prettig als u eerst belt voordat u naar het ziekenhuis komt, uw komst kan dan voorbereid worden.

Telefoonnummer: 0413 - 40 35 20

Wat neemt u mee?

Voor uzelf

- Verzekeringpapieren en geldig identiteitsbewijs.
- Bloedgroepkaartje.
- T-shirt of kort nachthemd voor tijdens de bevalling.
- Indien van toepassing; contactlensbenodigdheden en/of reservebril.
- Toiletspullen om u na de bevalling op te frissen (zeep, kam, tandenborstel en tandpasta).
- Nachtkleding, ondergoed, stevige (voedings)BH, ochtendjas en sloffen, nodig voor eventuele opname na de bevalling.

- Fototoestel en/of filmcamera (met opgeladen batterij!).
- Ter ontspanning bijvoorbeeld een spelletje, boek, muziek of tijdschrift.
- Gemakkelijke wijde kleding voor naar huis gaan.

Neem uw actueel medicatieoverzicht (AMO) mee voor uw eigen veiligheid

Wat is een AMO?

AMO staat voor actueel medicatieoverzicht. Het is dus een overzicht van de medicijnen die u op dat moment gebruikt.

Waarom een AMO?

Als uw arts medicijnen wil voorschrijven, leest de arts in uw AMO welke medicijnen u al gebruikt. Zo voorkomen we dat u medicijnen voorgeschreven krijgt die niet goed combineren met andere medicijnen.

Hoe kom ik aan mijn AMO?

Uw apotheker print voor u een AMO uit. Vertel uw apotheker ook als u medicijnen gebruikt zonder recept zoals pijnstillers, vitamines, anticonceptiepil of St. Janskruid en meld ook allergieën.

Ik heb nieuwe medicijnen gekregen. Hoe kom ik aan een aangepast AMO?

Tijdens uw ziekenhuisopname, polikliniekbezoek of bezoek aan uw huisarts kan uw medicijngebruik zijn veranderd. Let er op dat wijzigingen van medicatie of nieuwe gegevens in uw overzicht worden opgenomen door uw apotheker.

Wanneer neem ik mijn AMO mee?

Zorg dat u het overzicht altijd bij u heeft als u naar de specialist gaat. Dan kan de specialist zien of eventuele nieuwe medicijnen samengaan met medicijnen die u al heeft. Neem het ook mee als u naar de tandarts gaat.

Hoelang is mijn AMO geldig?

Het document is maximaal drie maanden geldig maar dient bij iedere wijziging in de medicatie tussentijds opnieuw te worden vervangen. Uw apotheek kan het actuele medicatie overzicht verstrekken.

Voor uw kind

Tijdens het verblijf van uw kind in het ziekenhuis draagt uw kind zijn/haar eigen kleertjes. U heeft de maxicosi alleen nodig voor de dag dat uw kind naar huis gaat. Wilt u de maxicosi, pas meenemen op de dag van het ontslag?

Foto- en video-opnamen

Vanwege de concentratie en privacy van het personeel zijn voor het maken van foto's en video-opnamen tijdens de bevalling een aantal regels opgesteld:

- Op voorwaarde dat het medisch handelen niet belemmerd wordt, mogen foto's gemaakt worden zowel in de verloskamer als in de operatiekamer.
- Het is niet toegestaan een beroepsbeoefenaar te fotograferen zonder zijn/haar toestemming.
- In de operatiekamer mogen géén video-opnamen gemaakt worden.
- U mag video-opnamen maken op de verloskamer als: hierdoor het medisch handelen niet gehinderd wordt; de opnamen niet te lang duren, alleen

momentopnamen zijn toegestaan; de situatie niet acuut is; er geen andere apparatuur bij nodig is (lampen, statief ed.); medewerkers uit beeld blijven.

Bevalling

Waar moet u naar toe?

U gaat het ziekenhuis binnen via de hoofdingang. Deze ingang is dag en nacht geopend. U meldt zich bij de portier.

Gang van zaken

Tijdens de bevalling wordt u begeleid door de dienstdoende gynaecoloog of ziekenhuisverloskundige en één of twee verpleegkundigen. Soms zal ook de kinderarts op de achtergrond aanwezig zijn. Tijdens de fase op de verloskamer wordt de conditie van moeder en kind nauwkeurig in de gaten gehouden. Regelmatig worden de harttonen van het kind, met behulp van een CTG-apparaat, gecontroleerd. Soms is extra bewaking nodig. In dat geval wordt op het hoofdje van het kind een draadje bevestigd om de harttonen continue te kunnen registreren.

Bij u wordt de temperatuur, pols en bloeddruk gecontroleerd. De weeënactiviteit en vordering van de baring wordt beoordeeld door middel van uit- en inwendig onderzoek.

Houding tijdens de bevalling

Tijdens de bevalling bepaalt u zelf welke houding voor u het prettigste is. Het verlosbed is zodanig verstelbaar dat verschillende posities mogelijk zijn, zo ook een zittende positie. De meeste vrouwen brengen hun kind in halfzittende houding ter wereld.

Bevalbad

Het is mogelijk om in het ziekenhuis te bevallen in een bevalbad of in ieder geval de weeën op te vangen in een bevalbad. Hoe dit precies werkt leest u in de aparte [folder over het bevalbad](#) op onze website.

Pijnstillers

Een bevalling gaat bijna altijd gepaard met pijn. Hoeveel last u van die pijn heeft, is niet te voorspellen en hangt van veel factoren af. De meeste vrouwen kunnen deze baringspijn goed opvangen onder andere door ontspannings- en ademtechnieken. Soms is een pijnstiller nodig. Dat kan variëren van een tabletje, injectie tot een ruggenprik (in medische taal epidurale verdoving). Als de pijn voor u ondraaglijk wordt, kunt u gerust om een pijnstiller vragen. In overleg met de arts en/of verloskundige wordt dan gekeken wat mogelijk is.

Kunstverlossing

Niet altijd verloopt de bevalling geheel vanzelf. Wanneer de baring te lang gaat duren voor moeder en kind of als de conditie van het kind, blijkens het harttonenpatroon, in gevaar gaat komen is het nodig om een handje te helpen. Afhankelijk van de situatie zal de gynaecoloog kiezen voor een zuignap-(vacuüm) of tangverlossing (forceps). Als het nodig is om een knip te zetten, krijgt u een verdoving. Ook kan het gebeuren dat de baby met een keizersnede (in medische taal sectio caesarea) ter wereld komt. Een keizersnede vindt plaats op de operatiekamer meestal onder plaatselijke verdoving

(ruggenprik) of soms onder volledige narcose. In de meeste gevallen mag de aanstaande vader bij de keizersnede aanwezig zijn. Op de operatiekamer is een kinderarts aanwezig voor de eerste controle van uw baby. Uw baby blijft na de keizersnede, samen met uw partner bij u op de operatiekamer, tot u weer terug kan naar de afdeling. Soms is het nodig de baby eerst ter observatie op de kinderafdeling op te nemen.

Na de geboorte

Direct na de geboorte krijgt u uw kind op uw buik. De eerste echte kennismaking! Uw partner of uzelf mag de navelstreng doorknippen.

Bij een eventuele knip of scheurtje zal de arts of verloskundige onder plaatselijke verdoving de hechtingen maken. Na enige tijd wordt de baby nagekeken. De arts of de verloskundige kijkt of uw baby helemaal gezond is. Uw baby krijgt dan ook vitamine K toegediend, via druppeltjes in de mond of een injectie. Vitamine K is onmisbaar voor de bloedstolling. Daarna wordt de baby aangekleed. Als u borstvoeding gaat geven, kunt u de baby aanleggen, de verpleging helpt u hierbij. Daarna zal de verpleegkundige u wassen of mag u douchen als u daar toe in staat bent. Als u en uw baby in een verschoond bed liggen, rijdt de verpleegkundige u naar uw kamer. Hier kunt u uw familie bellen en ontvangen. U krijgt iets te drinken op de verpleegafdeling én het eerste beschuitje met muisjes.

Wat gebeurt er met de placenta?

De placenta wordt altijd bekeken op compleetheid. In bijzondere gevallen wordt de placenta voor nader onderzoek naar het laboratorium gebracht. Gewoonlijk worden placenta's bewaard en ingevroren om, op een later tijdstip, met ander ziekenhuisafval te worden verwijderd. Als u zelf een andere bestemming voor de placenta wenst, laat het ons dan weten.

Na de bevalling

Verblijf op de kraamafdeling

Als er geen bijzonderheden hebben plaatsgevonden, blijft u maximaal 24 uur met uw kind op de afdeling verloskunde ter observatie. Bij een medische indicatie voor het kraambed verblijft u enkele dagen op de afdeling Verloskunde. In die periode wordt bekeken wanneer u naar huis mag. Een medische indicatie is bijvoorbeeld fors bloedverlies, een kunstverlossing, een stuitbevalling bij een eerste baring of een vastzittende placenta. Er kan ook een medische indicatie voor uw kind zijn. Dit betekent dat uw kind opgenomen wordt op de (couveuse- of kinder)afdeling. U ontvangt dan van de verpleegkundige van deze afdeling informatie over de gang van zaken. Tevens spreekt u met hen af wanneer u uw kind komt bezoeken en voeden. Op de afdeling Verloskunde ligt u op een één of driepersoonskamer. Uw kind ligt in een wieg naast uw bed, tenzij opname op de kinderafdeling noodzakelijk is.

Geel zien

Het komt voor dat baby's vlak na de geboorte geel zien. Dit wordt veroorzaakt door de lever die nog niet helemaal optimaal functioneert. Als dat bij uw baby het geval is, dan wordt de baby (in het wiegje) onder een speciale lamp gelegd. Het geel zien wordt dan minder.

Borstvoeding

Het eerste uur na de bevalling is de zuigreflex erg sterk. Dit is dan ook het beste moment om uw baby voor de eerste keer aan te leggen. Na de eerste dag moet uw kind minimaal 6 á 7 keer per dag aan de borst drinken. Als uw baby vaker wil drinken mag dat. Vaak aanleggen stimuleert het op gang komen van de voeding. Er zijn geen vaste voedingstijden. De baby geeft zelf aan wanneer hij/zij honger heeft.

U krijgt hulp en ondersteuning van de verpleegkundige bij het geven van de voeding. Met vragen kunt u altijd bij hen terecht.

Flesvoeding

De eerste dag na de bevalling zal uw baby veel slapen om uit te rusten van de bevalling. Als u uw kind flesvoeding gaat geven dan krijgt de baby binnen drie uur na de geboorte het eerste flesje. De meeste baby's beginnen met 6 á 7 keer voedingen van 15 cc per dag. Deze hoeveelheid wordt dagelijks opgevoerd met 5 á 10 cc tot 100 cc per voeding. Op advies van de kinderarts kan het aantal voedingen en de hoeveelheid variëren.

Hielprik

De vierde dag na de geboorte krijgt uw kind thuis of in het ziekenhuis een hielprik. Er wordt dan een beetje bloed geprikt om te controleren op aangeboren ziekten.

Wanneer er afwijkingen worden gevonden, krijgt u binnen 3 weken hierover thuis bericht. Wanneer u niets hoort is alles in orde!

Naar huis, of nog niet?

De dag na de bevalling wordt bij u, als het nodig is, bloed geprikt om het ijzergehalte in het bloed te bepalen. Is de uitslag goed en de bevalling goed verlopen, dan mag u naar huis. Als daar reden voor is, onderzoekt de kinderarts uw kind en beoordeelt of uw kind ook mee naar huis kan. Bij een kunstverlossing moet u soms een paar dagen langer in het ziekenhuis blijven. Bij een keizersnede is dat ongeveer 24-48 uur. Soms kan u wel met ontslag maar mag uw kind nog niet naar huis. Bijvoorbeeld omdat uw kind geel ziet of uw kind is nog te klein. In dat geval kunt u uw kraambed nog een aantal dagen in het ziekenhuis doorbrengen. Voor vertrek naar huis neemt u contact op met de verloskundige of de huisarts. Zij verzorgen de controle thuis. U krijgt voor de verloskundige of de huisarts en de kraamzorg overdrachtspapieren mee. Op deze papieren staat beschreven hoe de bevalling verlopen is en hoe het met uw kind gaat. Als u thuis nog medicijnen moet gebruiken, krijgt u hiervoor een recept. Het vervoer naar huis kan met een gewone personenauto plaatsvinden.

Nacontrole

Zes weken na de bevalling wordt u voor de nacontrole op de polikliniek verwacht. In een gesprek met de gynaecoloog komt de gang van zaken tijdens de zwangerschap en de bevalling aan de orde. Zo nodig wordt er een inwendig onderzoek gedaan.

Tips voor thuis

Aanmelden kraamzorg

Er zijn verschillende kraamzorgbureau's actief in de omgeving. In overleg met uw ziektekosten verzekering kunt u een keuze maken voor een van deze bureau's.

- **Welkom Kraamzorg**
Aldetiendstraat 23
5402 ZC UDEN
0900 - 22 000 66 (lokaal tarief)
kraamzorgservice@welkomkraamzorg.nl
www.welkomkraamzorg.nl

Werkgebied in en rondom:

Boxmeer, Cuijk en Venray
Wijchen
Den Bosch, Oss
Meierijstad
Uden

- **VDA**
- **PVG**
- **Zorgboog**
- **Regio Helmond en omgeving**
Zorgboog
Roessel 3
5761 RP BakelTelefoonnummer: 0900 - 89 98 636

Geboorte-aangifte

Na de geboorte moet de baby aangegeven worden bij:

1. *Burgerlijke stand*
De aangifte moet plaatsvinden binnen drie dagen na de geboorte of binnen twee werkdagen als er een weekend of feestdag tussen zit. Dit moet gebeuren in de gemeente waar uw kind geboren is, dat betekent dus dat u zich meldt bij het gemeentehuis van Uden: lees [hier](#) hoe de geboorteaangifte in zijn werk gaat.

Gemeentehuis Uden, afdeling Burgerlijke Stand
Markt 145
5401 EZ UDEN
Open: maandag - dinsdag : 8.30 - 13.00 uur
woensdag: 8.30 - 17.00 uur
donderdag: 8.30 - 19.30 uur
vrijdag: 8.30-13.00 uur
2. *Ziektekostenverzekering van de kostwinner*
Dit kan meestal telefonisch.

Literatuur

Er wordt veel geschreven in boeken en tijdschriften over zwangerschap, bevalling, borstvoeding en babyverzorging. Daarom hier geen lijstje met aanbevolen literatuur maar het advies om zelf eens te gaan neuzen in bibliotheek, boekhandel of internet.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, stelt u deze gerust.

Telefoonnummer Kraamafdeling / Verloskunde 0413 - 40 35 20

Telefoonnummer Polikliniek gynaecologie: 0413 - 40 19 34

Routennummer kraamafdeling en verloskamers: 460

Routennummer poli gynaecologie: 150