

Voorbeeld geboortepan

In een geboortepan kun je samen met je partner op een rijtje zetten wat voor jullie belangrijk is voor, tijdens en na de bevalling. Je kunt onderstaande voorbeeldvragen gebruiken om een eigen geboortepan op te stellen.



Voorbeeldvragen

Begeleiding

- Zou je, naast de verloskundige, nog iemand bij de bevalling willen hebben (partner, familielid, doula, etc.)?
- Wanneer wil je het liefst dat zij erbij zijn?
- Hoe zou je graag willen dat zij jou ondersteunen?

Locatie bevalling

- Heb je voorkeur voor de locatie van de bevalling (thuis, ziekenhuis, etc.)?
- Heb je wensen met betrekking tot de inrichting en sfeer van de ruimte?
- Ben je bekend met de verschillende houdingen waarin je kunt bevallen? Welke spreken je het meeste aan?

Pijn en pijnstilling

- Is er een manier waarop je het liefst om wilt gaan met de pijn van de weeën? Bijvoorbeeld met ademhalingstechnieken, ontspanningsoefeningen of medicijnen?
- Als er pijnstilling wordt gebruikt, zijn er dan medicijnen die jouw voorkeur hebben? Bijvoorbeeld remifentanyl of epiduraal.

Ziekenhuis

- Stel dat er sprake is van overdracht naar het ziekenhuis. Wat vind je van zaken zoals hartslagbewaking van de baby, inwendig onderzoek, infuus, kunstverlossing e.d.?

- Is er iets dat je graag zou willen in geval van een keizersnede? Denk aan de aanwezigheid van je partner of kennismaking met je kind.
- Heb je wensen, zorgen of vragen rondom verblijf in het ziekenhuis?

Kind

- Heb je al eens nagedacht over hoe je met je baby om wilt gaan net na de geboorte? Denk aan lichamelijk contact, navelstreng doorknippen, verzorging.
- Zou je je kind het liefst borst- of flesvoeding willen geven?

Overige wensen

- Zijn er nog andere zaken waar jullie ideeën over hebben, die in deze voorbeeldvragen nog niet aan bod zijn gekomen?

Vragen?

zuiververloskundigen.nl | 0318 255 459

Mijn geboorteplan

Geboorteplan van:

Begeleiding

Locatie bevalling

Pijn en pijnstilling

Ziekenhuis

Kind

Overige

Vragen?

zuiververloskundigen.nl | 0318 255 459