

# Geboorteplan

Je kan je bevalling niet plannen, maar je kan vooraf wel nadenken over wat je misschien fijn zal vinden. En over wat je wel of niet zou willen tijdens de bevalling. We hopen je hieronder wat tips te geven om over na te denken. Op de tweede bladzijde kan je dan je eigen voorkeuren aangeven.

Dit plan is geschreven voor een 'normale' bevalling. Mocht het verloop anders zijn, dan is het verstandig om van te voren na te denken wat je dan zou willen;

- Wil je weten wat er aan de hand is?
- Wil je weten welke medische ingreep nodig is en waarom?
- Wil je weten of er andere opties zijn?
- Wil je weten hoeveel tijd er is om een beslissing te maken?
- Wil je weten wat er gebeurt er als we wachten?
- Wil je dat er vooraf toestemming gevraagd wordt voor medische ingrepen? Zo ja, wie geeft dan toestemming, als jij dit niet kan?

Wie is er aanwezig bij de bevalling: (partner), verloskundige, kraamverzorgende, stagiaire?



Waar wil je bevallen?  
Waar voel je je prettig bij? Rust,  
muziek, licht, badbevalling etc.



Welke houdingen verwacht je  
fijn te vinden bij de ontsluiting  
of bij het persen?



Wat verwacht je van je partner?  
Wat verwacht je van de  
verloskundige?



Waar willen jullie foto's of  
video-opnamen van?



Hoe willen jullie dat het eerste  
contact met jullie kindje gaat?  
Welke voeding wil je geven?



Wie wil de navelstreng  
doorknippen?



Hoe denk je over pijnstilling  
door middel van medicijnen  
(ruggenprik, morfine-injectie)



Hoe kijken jullie naar mogelijke  
medische ingrepen? (inleiding,  
knip, keizersnede)



Zijn er dingen waar je tegenop  
ziet? Zo ja, wat?  
Zijn er dingen die je niet wilt?

# Geboorteplan

Ik zou graag op de volgende manier betrokken worden bij de beslissingen tijdens de bevalling:

.....

.....

De volgende personen zijn aanwezig bij mijn bevalling:

.....



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...



.....

.....

.....

.....

...