



Bevalplan

Naam zwangere:

Geboortedatum:

Het is goed om tijdens de zwangerschap alvast na te denken over de bevalling. Dit bevalplan helpt je daarbij. Door het invullen van het bevalplan maak je je wensen en ideeën kenbaar. Zo weten de verloskundig zorgverleners wat je belangrijk vindt. Ook op de momenten dat je zelf niet goed kunt vertellen wat je wilt. En het is ook een manier om samen met je partner of iemand anders die bij je bevalling aanwezig zal zijn, te bespreken wat je van elkaar verwacht tijdens de bevalling.

Bevalplan besproken met verloskundig zorgverlener:

Datum:

Vorbereiding op bevalling

Ben je al een keer eerder bevallen? Zo ja, wat zijn jouw ervaringen?

Heb je je voorbereid op de bevalling of ga je dit doen? Zo ja, hoe?

Wensen tijdens de bevalling

Wat zijn jouw belangrijkste wensen tijdens de bevalling?

Wat wil je liever niet tijdens de bevalling?

Wie wil je dat er bij de bevalling aanwezig is?

Heb je speciale wensen wat betreft houding en ondersteuning? (Bijvoorbeeld op bed, baarkruk, in bad).

Heb je speciale wensen met betrekking tot de omgang met de weeën? (Bijvoorbeeld licht, muziek, douche, bad, ademhalingsstechnieken, medicamenteuze pijnbehandeling).

Verwachting van de zorgverleners

Wat verwacht je van de zorgverleners (verpleegkundige, verloskundige, arts, kraamverzorgende) tijdens de bevalling? Denk aan omgang, aanmoediging, begeleiding, zorg.

Wensen na de bevalling

Wil je de baby direct na de geboorte op jouw buik?

Wie knipt de navelstreng door?

Heb je voor het eerste uur nog andere wensen?

Welke voeding ga je geven, borstvoeding of kunstvoeding? En heb je nog speciale wensen ten aanzien van de gewenste voeding?

Algemeen

Zijn er nog andere zaken die belangrijk zijn voor de verloskundig zorgverlener?