

## **Folder gabinetu**

### **Gabinet położników w Noordwijk-Noordwijkerhout**

Adres placówki/ miejsce przyjmowania wizyt:

Westeinde 94

2211 XS Noordwijkerhout

071-3617777

Znajdujemy się na pierwszym piętrze

Dyżurujący położnik 071-3617777 wybór 1

W razie porodu, w nagłych wypadkach i w razie pilnych pytań

## **Witamy!**

Serdecznie gratulujemy ciąży i witamy w naszym gabinecie położniczym! Niniejszy folder otrzymasz wyłącznie przy pierwszej swojej wizycie, a w nim znajdziesz informacje dotyczące naszego gabinetu, kiedy możesz i kiedy musisz do nas dzwonić, a także inne krótkie wiadomości. Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej, odwiedź naszą stronę internetową.

## **Kim jesteśmy?**

Prowadzimy gabinet położniczy, w którym pracuje czterech entuzjastycznie nastawionych, młodych położników: Maaïke van Duyvenvoorde, Els Larsen, Lenneke Persoon i Jitske Visser, a wspiera nas nasza asystentka Jolanda Rooij. Razem prowadzimy i pomagamy kobietom w trakcie ciąży, porodu i w okresie połogu. Ważna dla nas jest indywidualna opieka z ukierunkowaniem na klienta. Wsłuchując się uważnie w potrzeby kobiet i ich partnerów, usiłujemy pomagać i wspierać ciężarną i jej partnera by czuli się dobrze i pewnie.

## **Wizja**

Ciażę, poród i okres połogu postrzegamy, jako proces naturalny. W bliskiej współpracy z lekarzami ginekologami czuwamy nad tym naturalnym procesem i ingerujemy wyłącznie wówczas, gdy zajdzie taka potrzeba. Wspólnie z lekarzami ginekologami uważamy, że takie podejście daje najlepsze rezultaty matce i dziecku.

Ponadto uważamy za istotne, by nasze klientki miały wolność wyboru, w jaki sposób chcą rodzić. W domu czy w szpitalu, ze znieczuleniem, lub bez niego, w pozycji leżącej czy siedzącej, wszystko można z nami omówić oraz zorganizować, pod warunkiem, że będzie to bezpieczne z medycznego punktu widzenia.

## **Zastępstwo**

Czasami pracuje u nas zastępca. Zdarza się to na przykład podczas urlopów. Informację o tym możesz znaleźć na naszej stronie internetowej lub w poczekalni.

## **Stażyści**

Regularnie razem z nami w gabinecie pojawiają się studenci Akademii Położnictwa w Amsterdamie. Są to studenci od pierwszego do czwartego roku akademickiego, chcący specjalizować się w położnictwie. Razem z nami lub pod naszą opieką, przyjmują wizyty, odbierają porody, i jeżdżą na wizyty w trakcie połogu.

Wychodzimy z założenia, że nie masz nic przeciwko temu, że szkolimy położników w naszym gabinecie, ale oczywiście, jeśli nie jest to dla Ciebie komfortowa sytuacja, że stażyści będą obecni podczas wizyt w gabinecie, porodu czy na wizytach w trakcie połogu, możesz zawsze nas o tym poinformować. Dodamy wtedy odpowiednią notatkę w naszym komputerze i w dokumentach dotyczących Twojej ciąży.

## **W jaki sposób można się z nami kontaktować?**

W celu rezerwacji wizyty lub by przenieść wizytę i w razie pytań, które nie są pilne, możesz skontaktować się z naszą asystentką, która pracuje od poniedziałku do czwartku w piątek od 08.30 do 11.30. Jeśli nikt nie odbiera, prosimy zadzwonić jeszcze raz później. By uszanować Twoją prywatność, może się zdarzyć, że zostaniesz poproszona o poczekanie lub umówimy się, że my oddzwonimy do Ciebie później. Serdecznie prosimy o zrozumienie w tej kwestii. Jeśli nikt nie odbiera, prosimy o odsłuchanie całego nagrania automatycznej sekretarki. W związku z urloпами godziny przyjęć mogą nieco się zmienić. **Numer telefonu: 071-3617777**

Możesz skontaktować się z nami również drogą e-mailową. Odpowiedzi na emaile udzielimy my lub nasza asystentka.

**Adres e-mailowy: [info@verloskundigen-noordwijk.nl](mailto:info@verloskundigen-noordwijk.nl)**

W razie porodu, w nagłych wypadkach lub przy pilnych pytaniach można do nas dzwonić 24 godziny na dobę na numer telefonu komórkowego:

## **071-3617777 wybór 1**

Jeśli nikt nie odbiera, to oznacza, że nie mamy możliwości z Tobą porozmawiać. Prosimy zadzwonić ponownie lub zostawić wiadomość, wtedy oddzwonimy najszybciej, jak to będzie możliwe. Jeśli kolejny raz nie będziesz się mogła z nami skontaktować, a chodzi o nagły wypadek lub poród, możesz zadzwonić na recepcję Diaconessenhuis: 071-5178178 i podać, z którym gabinetem położniczym chcesz rozmawiać.

## **Ciąża**

Możesz być pod naszą kontrolą w trakcie ciąży, jeśli nie masz żadnych wskazań medycznych. Czasami istnieją wskazania medyczne dotyczące porodu, na przykład, gdy poprzednim razem wykonano cięcie cesarskie. Wtedy możesz chodzić do nas na kontrolę, aż do momentu, gdy około 35-go tygodnia ciąży przejmie Cię lekarz ginekolog. Także w trakcie ciąży mogą pojawić się problemy, przez co skierujemy Cię do lekarza ginekologa. Może to być jednorazowa wizyta, jednak czasami po tej wizycie możesz pozostać w szpitalu na obserwacji.

Jeśli do tej pory nie skontaktowałaś się ze swoim lekarzem domowym, to jest to odpowiednia chwila, by go poinformować o swojej ciąży. Zostanie to odnotowane i automatycznie znajdzie się również w systemie komputerowym apteki. W razie konieczności zakupu jakiś leków dla Ciebie, zostanie uwzględniona informacja o Twojej ciąży.

Prosimy również o podpisanie formularza, w którym wyrazisz zgodę na przekazanie swoich danych dotyczących ciąży, porodu i połogu lekarzowi domowemu i biurowi konsultacyjnemu.

## **Wizyty kontrolne**

Przy każdej wizycie zmierzemy Ci ciśnienie krwi, sprawdzimy wzrost brzucha i wysłuchamy bicia serduszka dziecka. Oprócz tego systematycznie będziemy informować o innych badaniach, żywieniu i porodzie. Oprócz tego możesz do nas kierować wszystkie swoje pytania, obawy i niepewności (**nasza rada!**: zapisz pytania na kartce, aby ich nie zapomnieć podczas wizyty). Pierwsza wizyta trwać będzie około 45 minut, wszystkie następne trwają około 5 minut.

Po pierwszej wizycie wykonamy EKG płodu by ustalić datę porodu. Potem w ciąży mogą zostać wykonane badania dotyczące ewentualnych wad dziedzicznych lub wrodzonych dziecka. Więcej informacji na ten temat można znaleźć na naszej stronie internetowej w zakładce "prenatale screening" [badania prenatalne]. Badania EKG są wykonywane w centrum EKG de Poort.

W trakcie ciąży będziesz przychodzić na wizyty wielokrotnie, w okresach około:

8 – 13 – 18 – 23 – 27 – 30 – 33 – 35 – 37 tygodnia

Od 37 tygodnia będziesz przychodzić do nas na cotygodniową wizytę, aż do momentu porodu. Możemy wprowadzić zmiany do tego schematu, jeśli będziemy uważać, że powinnaś przyjść do nas wcześniej.

Chodzi o to, żebyś widziała się z nami wszystkimi kilkakrotnie w okresie ciąży, tak aby nikt nie był ci obcy podczas porodu. Jako położnicy uważamy, że ważne jest by poznać wszystkie ciężarne (wraz z partnerem) i aby w czwórkę ponieść odpowiedzialność za ciążę.

## **Przełożenie terminu wizyty**

Jeśli chcesz przełożyć wizytę na inny termin lub ją odwołać, prosimy o dokonanie tego przynajmniej 24 godziny wcześniej. Można to zrobić telefonicznie w dniach od poniedziałku do czwartku w godzinach od 08.30 do 10.30. lub codziennie drogą elektroniczną. Jeśli nie odwołasz wizyty, będzie to później uwzględnione na fakturze. Faktura nie zostanie pokryta z ubezpieczenia, co oznacza, że koszty będziesz musiała ponieść sama. Koszt wynosi € 35,- za pierwszą konsultację i € 17,50 za kolejne.

## **Odczuwanie zmniejszonej ruchliwości dziecka**

Od 28 tygodnia ciąży ruchy dziecka są odczuwalne codziennie. Do 28 tygodnia ciąży jest to odczuwalne mniej regularnie i zależy od tego, w jakiej pozycji i gdzie leży dziecko. Częstotliwość, z jaką się czuje, że dziecko się porusza, jest u każdego inna, ale średnio wystarczy, jeśli jest to około od 6 do 8 ruchów na dobę. Pod koniec ciąży Twoje dziecko ma coraz mniej miejsca i częstotliwość ruchów dziecka może się stopniowo zmniejszać, a ruchy mogą nie być tak silne (więcej ruchów przesuwanych, mniej ruchów kończynami), ale również wtedy powinno się odczuwać przynajmniej 6-8 ruchów na dobę. Może pomóc chwilowe wyciszenie, udanie się pod prysznic lub do kąpeli oraz wygodne usadowienie się na kanapie z rękoma na brzuchu. Często wtedy znowu lub lepiej poczujesz ruchy dziecka.

Jeśli któregoś dnia poczujesz mniejszą lub inną ruchliwość dziecka lub w ogóle nie poczujesz jego ruchów, zadzwoń do nas na numer telefonu komórkowego. A jeśli obawiasz się o ruchy dziecka również przed 28 tygodniem ciąży, zawsze możesz do nas zadzwonić.

## **Dolegliwości związane z ciśnieniem krwi**

Czy rozpoznajesz u siebie jedną z poniższych dolegliwości? Jeśli tak, to skontaktuj się z nami dzwoniąc pod numer alarmowy.

- Ból głowy
- Mroczki przed oczyma
- Wymioty
- Uczucie ucisku wokół głowy lub wokół nadbrzusza
- Ból w nadbrzuszu lub pomiędzy łopatkami
- Nagłe zatrzymanie płynów na przykład na twarzy, w dłoniach lub stopach

Inne oznaki to wysokie ciśnienie krwi i zawartość białka w moczu.

Dolegliwości te mogą wskazywać na poważne powikłanie ciąży, takie jak stan przedrzucawkowy lub zespół HELLP (zatrucie ciążowe). Te dolegliwości mogą wystąpić w trakcie trzeciego trymestru ciąży, a czasami także wcześniej.

## **Poród**

Oprócz prowadzenia Twojej ciąży chcemy również prowadzić Twój poród. Pomiędzy 37 a 42 tygodniem ciąży możesz rodzić pod naszą opieką, w domu lub w szpitalu. Przed 37 tygodniem zawsze musisz rodzić w szpitalu i pod okiem lekarzy ginekologów. Jeśli jeszcze nie minął 37 tydzień ciąży, a myślisz, że zaczął się poród, musisz koniecznie do nas zadzwonić!

Jeśli poród się zaczął, to może dojść do tego na jeden z podanych poniżej dwóch sposobów:

### **Pęknięcie błon płodowych (10-20% porodów rozpoczyna się w ten sposób)**

Jeśli Twój poród rozpoczyna się pęknięciem błon płodowych, zawsze sprawdź ich kolor. Jeśli wody są jasne (bezbarwne lub lekko różowe lub delikatnie mętne w białymi kosmykami), a nie masz jeszcze skurczy, wtedy zadzwoń do nas w ciągu dnia między 9 a 21 godziną. Jeśli błony płodowe pękły późnym wieczorem lub w nocy, a płyn owodniowy jest jasny, a ty nie masz jeszcze skurczów, zadzwoń następnego dnia rano, około godziny 9. Jeśli wody płodowe są zielone, żółte lub brązowego koloru, to zadzwoń do nas natychmiast, nawet w środku nocy. Może okazać się, że dziecko wydzieliło smółkę i należy wtedy skontaktować się z lekarzem ginekologiem. Może się zdarzyć, że usłyszysz od nas, że główka dziecka jeszcze nie zeszła w dół lub nie jest wystarczająco nisko. Gdy pękną błony płodowe, musisz się wtedy położyć i do nas zadzwonić. Zawsze wówczas jasno o tym mówimy.

Zawsze postaraj się zebrać nieco wód płodowych, tak, byśmy mogli zobaczyć ich kolor. Równie dobrze można zachować podpaskę.

### **Skurcze**

Zanim zacznie się poród, może się zdarzyć, że Twoja macica przygotowuje się do porodu. Możesz odczuwać wtedy nieregularne skurcze macicy; tak zwane skurcze przygotowawcze. Takie skurcze powodują, że twoja macica i szyjka macicy dojrzewają do porodu, ale nie prowadzą one do rozwiązania. Odczekaj zawsze chwilę, by zobaczyć, czy zaczną się regularne skurcze.

Bez względu na to, gdzie chcesz rodzić, zawsze najpierw pojawimy się u Ciebie w domu. W porozumieniu z Wami zostaniemy, lub umówimy się, że wrócimy później.

#### *Pierwsze dziecko*

Przy pierwszym dziecku skurcze często zaczynają się nieregularnie. Po pewnym czasie stają się one coraz bardziej regularne, a także zwiększa się ich siła i czas trwania. Jeśli skurcze trwają od jednej do półtorej godziny, powracają co 3 do 5 minut, trwają 1 minutę, są bolesne i musisz głęboko oddychać, by odczuć ulgę, to nadszedł czas, żeby do nas zadzwonić, żebyśmy zajęli się rozwiązaniem porodu.

#### *Drugie lub następne dziecko*

Przy drugim lub następnym dziecku przebiega to szybciej niż przy pierwszym. Jednak nadal możesz odczuwać bóle przedporodowe. Odczekaj najpierw, by sprawdzić, czy skurcze będą się utrzymywać, zazwyczaj rozpoznasz prawdziwe skurcze z pierwszego porodu. Jeśli trwają one godzinę lub dłużej, powracają co 4-5 minut, i musisz głęboko oddychać, by przeszły, wtedy możesz do nas zadzwonić.

### **Jeśli się boisz lub jesteś niespokojna**

Jeśli nie możesz już tego znieść, bardzo się boisz lub jesteś niespokojna, również do nas zadzwoń. Jeśli odczuwasz ucisk lub uczucie parcia, koniecznie musisz się z nami skontaktować!

### **Utrata krwi**

Podczas porodu Twoja macica przechodzi bardzo dużo procesów. Ponieważ jest ona bardzo dobrze ukrwiona podczas ciąży, to podczas porodu rozrywa się kilka naczyń krwionośnych, przez co dochodzi do utraty krwi. Mówimy wtedy, że „znacysz”. Jeśli jednak jest to taka ilość, jak ta podczas menstruacji lub większa, musisz koniecznie do nas zadzwonić. Jeśli wysunie się czop śluzowy, to możesz przy tym utracić niewielką ilość jasno czerwonej krwi. Nie oznacza to jednak, że zacznie się poród, i dlatego nie musisz do nas wtedy dzwonić.

Jeśli nie rodzisz, a masz upławy jasnoczerwonej krwi w ilości jednej całej wkładki higienicznej, koniecznie do nas zadzwoń. Utrata krwi w połączeniu z (silnym) bólem brzucha jest również powodem do tego, by się z nami skontaktować.

### **Miejsce porodu**

Jeśli jesteś pod naszą kontrolą i nie masz żadnych wskazań medycznych, możesz wybrać, czy chcesz rodzić w domu czy w szpitalu. Oba miejsca mają wady i zalety, ale najważniejsze jest to, żebyś Ty czuła się bezpiecznie i pewnie. Jeśli chcesz rodzić w szpitalu, a poród przebiega normalnie, wtedy my poprowadzimy poród. Koszty „wynajmu” sali porodowej ponosisz sama.

Jeśli chcesz rodzić w szpitalu, dobrze by było, gdybyś się tam zapisała. Nasz gabinet współpracuje zazwyczaj z Diaconessenhuis w Lejdie, ale wybór należy do Ciebie.

Jeśli chcesz rodzić w domu, otoczenie musi być bezpieczne, a więc musi spełniać pewne warunki. Poniżej są one wymienione.

- Nie więcej niż jedno schody do pokoju, gdzie będziesz rodzić
- Żadnych schodów kręconych lub bardzo stromych
- Balustrada przy schodach
- Winda, do której zmieszczą się nosze, jeśli mieszkasz w bloku lub apartamentowcu na wyższym piętrze.
- Łóżko na wysokości przynajmniej 75-80 cm
- Nocnik w domu (można wypożyczyć z opieki domowej)
- Artykuły do położenia w domu
- Uregulowaną opiekę w okresie położenia

Jeśli masz w domu kręcone lub inne trudno dostępne schody, nie masz przy schodach balustrady lub gdy pod koniec ciąży ważysz ponad 100 kg, to musisz rodzić na parterze.

Także, jeśli zamierzasz rodzić w szpitalu, Twoje łóżko musi znajdować się wyżej, musisz mieć artykuły do położenia w domu i uregulować opiekę w trakcie położenia. Artykuły do położenia otrzymuje się przeważnie od swojego ubezpieczyciela. A jeśli nie, to musisz sama je sobie zorganizować.

Przygotuj również torbę z rzeczami, gotową do zabrania do szpitala bez względu na to, gdzie chcesz rodzić. Na naszej stronie internetowej znajduje się lista rzeczy, które musisz do niej spakować.

### **Znieczulenie**

Każda kobieta odczuwa skurcze inaczej i inaczej radzi sobie z bólem. Podczas porodu zawsze możesz poprosić o znieczulenie, a jeśli będziemy uważać, że to konieczne, to sami zapytamy, czy potrzebujesz znieczulenia. Znieczulenie może podać tylko lekarz ginekolog i w tym celu zawsze musisz udać się do szpitala.

### **Okres położenia**

W pierwszym tygodniu po porodzie odwiedzimy Cię kilkakrotnie w domu, by razem z położną sprawdzić, czy wszystko u Ciebie w porządku. Po kilku dniach wykonujemy również test Guthriego.

Położna będzie przez cały tydzień w domu by sprawdzić, jak czuje się mama i dziecko, i aby was nauczyć, jak dbać o dziecko. Może Ci również pomóc przy karmieniu piersią. My ponosimy odpowiedzialność, więc jeśli pojawiają się problemy, położna skontaktuje się z nami.

Podczas naszej ostatniej wizyty u Ciebie omówimy pewne kwestie, między innymi przejęcie opieki przez biuro konsultacyjne, wizytę kontrolną po porodzie i antykoncepcję. Oprócz tego otrzymasz od nas link do strony internetowej, by wypełnić naszą ankietę.

Może się zdarzyć, że będziesz na obserwacji w szpitalu i że będziesz musiała mieć położnika na wizytach w trakcie położenia. Także wtedy możesz się do nas zgłosić. Wtedy szpital się skontaktuje z nami, gdy będziesz wypisywana do domu. My Cię odwiedzimy w domu dzień po Twoim powrocie ze szpitala.

Możesz oczywiście sama do nas zadzwonić, by nas powiadomić, że urodziłaś lub wróciłaś do domu.

Jeśli zostało Ci dużo artykułów do położenia, możesz je dostarczyć do stowarzyszenia baby hope w Noordwijk (parafia Marie ter Zee, Nieuwe Zeeweg 75 od poniedziałku do piątku, w godzinach od 9.30 do 11.30) lub w Noordwijkerhout (codziennie na recepcji urzędu miasta i gminy). Odwiedź również stronę internetową [www.stichtingbabyhope.org](http://www.stichtingbabyhope.org)

### **Wizyta kontrolna po porodzie**

Sześć tygodni po Twoim porodzie przyjdiesz jeszcze na wizytę kontrolną. Jest to wizyta u nas lub u lekarza ginekologa, jeśli rodziłaś w szpitalu. W trakcie tej wizyty omówimy jeszcze kilka tematów. Możesz też zadać swoje pytania na przykład dotyczące porodu. Z chęcią też dowiemy się, jak czuje się Twoje dziecko, więc miło by było, gdybyś wzięła je ze sobą.

### **Ankieta**

Jako gabinet położniczy jesteśmy ustawowo zobowiązani do posiadania ankiety, dotyczącej jakości naszych usług. Nasza organizacja zawodowa opracowała w tym celu specjalny system jakości.

Częścią tego systemu jest ankieta wypełniania przez klientów. W ten sposób możemy mierzyć zadowolenie naszych klientów z usług, które im wyświadczyliśmy.

Klikając na poniższy link można wypełnić ankietę:

Z góry serdecznie za to dziękujemy!

<http://www.compossible.nl/verlenq/noordw/invoer.php>

## **Lista informacji potrzebnych w trakcie ciąży**

### **Pierwsza wizyta: Między 8-10 tygodniem**

- Formularz laboratoryjny: Pakiet ciążowy, Hb/MVC, glukoza, parwowirusy + różyczka jeśli nie mamy o tym informacji
- EKG w celu ustalenia terminu porodu (8-14 tygodnia) w de Poort
- Informacje dotyczące badań prenatalnych (Prenatale Screening) Test na zespół Downa (wydać książeczkę), koszty, w razie konieczności umówić wizytę w de Poort
- Informacje dotyczące Diagnostyki Prenatalnej > 36 roku życia + nr telefonu do Lumc
- Wypełnić (częściowo) formularz świadomej zgody
- Wydać foldery, uregulować opiekę poporodową po EKG, pomyśleć o szkole rodzenia
- Zebrać informacje o poprzednim porodzie
- Omówić uznanie dziecka
- Matki dla matek?
- Ustnie przekazać informacje dot. gabinetu położniczego + check-lista + karta z terminami wizyt w kopercie
- Kopia dowodu osobistego w związku z rejestracją BSN

### **Druga wizyta: Około 13 tygodnia**

- Omówienie EKG w celu ustalenia terminu porodu, podanie wyniku
- Omówienie wyników badań krwi
- wydać oświadczenie ciążowe, gdy termin porodu jest pewny
- Informacje dotyczące badań prenatalnych (Prenatale Screening), Echoscopia (dać książeczkę), wypełnić formularz EKG, umówienie wizyty
- Wypełnić formularz świadomej zgody
- Czy zorganizowano opiekę poporodową? czy klientka uczęszcza do szkoły rodzenia?
- Wydać foldery o Karmieniu Piersią: Czasopismo, VBN, Unicef, książeczki informacyjne o karmieniu piersią+ krótka informacja o zaletach karmienia piersią
- Wydać torbę Zwitsal z maskotką itp.
- Wydrukować kartę z pierwszą szarą stroną i białym odwrotem

### **Trzecia wizyta: Około 18-23 tygodnia**

- Omówienie echoskopii i podanie wyniku
- Ewentualne Hb w ciąży w ciągu <jednego rok
- Informacje o czuciu ruchów dziecka + zmiany ciała podczas ciąży
- Wybór pomiędzy karmieniem piersią a butelką + notatka w komputerze  
Przy wyborze karmienia piersią w 100% -> zachęta do uczestniczenia w lokalnym kursie + wydać kwestionariusz  
W razie wątpliwości -> wysłuchać ciężarną do końca! Zanotować pytania + (telefoniczna) konsultacja w Els  
W razie wyboru w 100% karmienia butelką – informacje, jaki pokarm (ewentualnie HA) i jakie butelki
- Zgłosić informacje wieczorem

### **Czwarta wizyta: Około 24 tygodnia**

- Test glukozowy w razie wskazania (wiek > 36 roku, BMI, grupa etniczna, obecność położnika, obecność rodziny)

### **Piąta wizyta: Około 27 tygodnia**

- Ewentualnie omówić wynik badania krwi
- Wydać formularz laboratoryjny, szczepionki Hb/MCV i ewentualnie RAL i informacje dot. szczepionki przeciw konfliktowi serologicznemu (Anti-D), ewentualnie glukoza w zw. z BMI
- Informacje o odczuwaniu ruchów każdego dnia
- Obejrzeć miejsce porodu (czy jest możliwy poród w domu? Ile schodów? Czy jest winda? Czy położnik będzie obecny? Wkład własny) + folder informacyjny o szpitalu + folder o tym, jak się przygotować, wykonać plan porodu
- Ewentualnie pierwsza informacja o porodzie i znieczuleniu (odesłać do informacji na stronie internetowej) + folder, jak radzić sobie z bólem

### **Szósta wizyta: Około 30 tygodnia**

- Omówienie wyników badania krwi
- Ewentualnie wydać AntiD + formularz szczepień
- Wybór Karmienia: Butelką czy Piersią. W razie wątpliwości powrócić do odpowiedzi na pytania
- udzielić informacji o HELLP

### **Siódma wizyta: Około 33 tygodnia**

- Omówienie wyników badania krwi
- W razie konieczności wydać formularz „czerwona wstążka” i próbówkę
- Decyzja gdzie rodzić: w domu/ w poliklinice/ nie wie/ zdecyduje w trakcie porodu; Jakies życzenia/plan porodu?

**Ósma wizyta: Około 35 tygodnia**

- Czy artykuły do położu są w domu? Lista koniecznych produktów znajduje się na stronie internetowej
- Karmienie piersią czy butelką? Czy są jeszcze jakieś dodatkowe pytania? Ewentualne życzenia?

**Dziewiąta wizyta: Około 37 tygodnia**

- Podać informacje (czy już są produkty do położu? Czy już jest wyższe łóżko? Karta zapisu do szpitala (sprawdzić czy dane się zgadzają). Czy jest już gotowa wyprawka + nosidełko samochodowe?
- Wydać folder dotyczący testu Guthriego + dodatkowe informacje do przeczytania na stronie internetowej

**Wizyta około 41 tygodnia**

- Omówienie operacyjnego leczenia żylaków (odesłanie do strony internetowej)

**071-3617777** wybór 1  
NUMER ALARMOWY (dyżurujący lekarz położnik)

Kiedy możesz do nas dzwonić pod ten numer?

- Gdy zacznie się poród
- Odczuwanie zmniejszonej ruchliwości dziecka
- W razie dolegliwości mogących pojawiać się przy wysokim ciśnieniu
- W razie problemów w porożu
- Jeśli byłaś pod kontrolą lekarza ginekologa i urodziłaś lub wracasz do domu
- W razie innych pilnych pytań lub problemów

## Wizyty

Data	Godzina	Do kogo	Szczegóły

### Położnicy

Maaïke van Duyvenvoorde

Els Larsen

Lenneke Persoon

Jitske Visser

Angelique Hajjaji

Asystentka gabinetu

Jolanda Rooij

### Godziny przyjmowania

Od poniedziałku do czwartku w godzinach od 08.30 do 11.45 i od 12.45 do 15.30

### Adres placówki/ miejsce przyjmowania wizyt

Westeinde 94

2211 XS Noordwijkerhout

Aby zadać krótkie i nie pilne pytania lub w celu umówienia się lub przełożenia wizyty można kontaktować się e-mailowo lub telefonicznie z naszą asystentką Jolandą Rooij.

Tel: 071-3617777

Adres e-mailowy:

[info@verloskundigen-noordwijk.nl](mailto:info@verloskundigen-noordwijk.nl)

Strona internetowa:

[www.verloskundigen-noordwijk.nl](http://www.verloskundigen-noordwijk.nl)