

Geboorteplan

(Print dit formulier en vul in. Je neemt het ingevulde plan mee naar je afspraak met de verloskundige. Dit geboorteplan bespreken we rond de 35e/36e week van je zwangerschap. We plannen daar extra tijd voor in tijdens het spreekuur.)

Naam:
Naam partner:
Uitgerekende datum:
Hoeveelste zwangerschap:

Beschrijf in je eigen woorden de wensen rondom jouw bevalling:

Hoe heb je je voorbereid op de bevalling?
(voorlichtingsavond, voorlichtingsfilmpjes op de [site van IJmond Geboortezorg](#), boeken, zwangerschapscursus, [folders](#))

Wie wil je, naast de zorgverlener(s), bij de bevalling hebben?

Heb je specifieke wensen voor de ondersteuning/begeleiding van de zorgverlener?
(verloskundige, gynaecoloog, verpleegkundige, kraamverzorgster)

Heb je een voorkeur voor bepaalde baringshoudingen?
(bed, baarkruk, handen knieën, staand, skippybal, rondlopen of in bad)

Heb je speciale wensen voor het omgaan met de pijn van de weeën?
(douche, muziek, tv, licht, pijnstilling)

Ben je op de hoogte van de voor- en nadelen van pijnbestrijding met medicijnen tijdens de bevalling? (Ook wanneer je hiervan geen gebruik denkt te maken is het verstandig om je hierin te verdiepen vooraf d.m.v. de voorlichtingsavond of de filmpjes op de website: <https://ijmondgeboortezorg.nl/pijnverzachting-en-omgaan-met-pijn/>, folder of informatie van je zorgverlener. Tijdens de bevalling kun je meestal geen goede afweging maken)

Zijn er specifieke aandachtspunten voor tijdens jouw bevalling?

Heb je bepaalde wensen voor je pasgeboren baby of de placenta?
(Indien er geen bijzonderheden zijn, wordt je baby altijd meteen op je borst/buik gelegd, laten we de navelstreng uitkloppen en vragen we wie die wil doorknippen.)

Wat voor voeding ga je geven? Heb je speciale wensen voor de voeding?
(Als je borstvoeding geeft wordt de baby binnen 1 uur na de geboorte aangelegd)

Opmerkingen/wensen van jouw partner:

Zijn er nog andere onderwerpen met betrekking tot jouw bevalling die je wil bespreken?