



# Bevalplan

Het is verstandig om tijdens uw zwangerschap na te denken over uw bevalling. Wat zijn uw wensen? En wat verwacht u van ons? Door uw wensen en verwachtingen op te schrijven, maakt u uw ideeën kenbaar aan ons team. Dit bevalplan helpt u daarbij. Uw verloskundig zorgverlener zal het bevalplan met u bespreken en aangeven of uw wensen haalbaar zijn. Op deze manier kunnen wij u straks optimaal ondersteunen en adviseren.

Bevalplan besproken met verloskundig zorgverlener:

\_\_\_\_\_

Datum:

\_\_\_\_\_

## Vorbereiding op bevalling

Ben u al een keer eerder bevallen? Zo ja, wat zijn uw ervaringen?

Heeft u zich voorbereid op de bevalling of gaat u dit doen? Zo ja, hoe?

## Wensen tijdens de bevalling

Wat zijn uw belangrijkste wensen tijdens de bevalling?

Wat wilt u liever niet tijdens de bevalling?

Wie wilt u dat bij de bevalling aanwezig is?

Heeft u speciale wensen wat betreft houding en ondersteuning? (bijvoorbeeld op bed, baarkruk, in bad)

Heeft u speciale wensen met betrekking tot de omgang met de weeën? (bijvoorbeeld licht, muziek, douche, bad, ademhalingstechnieken, medicamenteuze pijnbehandeling)

### Verwachting van de zorgverleners

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

### Wensen na de bevalling

Wilt u de baby direct na de geboorte op uw buik?

Wie knipt de navelstreng door?

Heeft u voor het eerste uur nog andere wensen?

Welke voeding gaat u geven, borstvoeding of kunstvoeding? En heeft u nog speciale wensen ten aanzien van de gewenste voeding?

### Algemeen

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