



CHU Saint-Pierre  
UMC Sint-Pieter



Clinique de la Femme Enceinte  
Zwangerschapskliniek

# GEBORTEPLAN KEIZERSNEDE



**Bij UMC Sint-Pieter vinden wij het belangrijk dat uw bevalling zo veel mogelijk volgens uw wensen verloopt.**



# Inleiding

Voor ons is het van primordiaal belang dat u tijdens de volledige duur van uw zwangerschap en bevalling en post partum zelf de touwtjes in handen houdt.

Daarom raden we u aan om **een geboorteplan op te stellen**. De bedoeling is om hiermee aan het voltallige medische team duidelijk te maken **welke wensen u in elke stap van uw nakende ouderschap** hebt. Hierin kunt u schrijven wat u maar wil. U kunt het plan alleen opstellen, of met de hulp van het verloskundige team. Het kan door een gezondheidswerker ondertekend worden en bij uw medisch dossier gevoegd worden.

Dankzij uw geboorteplan kunnen wij anticiperen en maatregelen treffen om zo veel mogelijk aan uw verwachtingen

en noden te voldoen, en we kunnen ook inspelen op wat u van de geboorte verwacht. **Ons doel is om u deze ervaring zo sereen mogelijk te laten beleven.**

Tijdens uw zwangerschap worden verschillende voorbereidende sessies over de geboorte aangeboden. Hier krijgt u informatie, kunt u vragen stellen en krijgt u uitleg over onderwerpen die in geboortepannen vaak aan bod komen.

**Uiteraard zijn uw veiligheid en die van uw baby voor ons een prioriteit. Daarom raden wij u aan om flexibel te blijven en open te staan voor eventuele veranderingen. Soms verloopt een bevalling niet helemaal zoals u gepland had.**

In sommige gevallen kunnen om medische of technische redenen bepaalde wensen niet in acht worden genomen. Het zou dus kunnen dat uw geboortepan wordt aangepast/gewijzigd, afhankelijk van de evolutie van uw arbeid en uw bevalling.

Met onze praktijken en filosofie willen we bij UMC Sint-Pieter zo veel mogelijk in acht nemen, rekening houden met uw **privacy** en uw **ritme** en u zo veel mogelijk bij de zorg **betrekken**. Ons ziekenhuis kreeg het label "*Baby Friendly Hospital Initiative*" en wij zijn het eerste Belgische opleidingscentrum dat door het *Brussels Nidcap Training Center* (neonatologie) geaccrediteerd is. Ons beleid tijdens de arbeid bestaat hierin dat we met het ritme en de keuzes van de moeder rekening houden en nabijheid

en voortdurend buidelen met uw baby aanmoedigen.

**Onze initiatieven maken deel uit van het handvest voor verloskundige zorg dat elke gezondheidswerker belooft na te leven.**

In de bijlage vindt u enkele voorstellen voor geboortepannen, alsook de thema's die het vaakst ter sprake komen. Deze lijst is niet uitputtend. U kunt al wat **voor u belangrijk is**, vermelden, afhankelijk van uw visie op de geboorte, uw achtergrond, uw overtuigingen, uw filosofie, enz.

Praat er gerust over met uw verloskundige of gynaecoloog. Onze teams hebben altijd een luisterend oor om u te helpen bij uw keuzes en om u te begeleiden bij het opmaken van dit geboortepan.



# Handvest verloskundige zorg

Dit handvest beschrijft **het engagement dat wij tegenover u** aangaan bij de opvolging van uw zwangerschap en tijdens en na de bevalling.

## Onze verbintenissen...

- 1 Uw zwangerschap wordt zoveel mogelijk door dezelfde zorgverlener (verloskundige of gynaecoloog) opgevolgd om de continuïteit van de zorg te garanderen, tenzij de zwangerschap bijzondere medische aandacht vereist;
- 2 Elk personeelslid dat aan u zorg verstrekt, stelt zichzelf voor;
- 3 Uw privacy wordt tijdens het volledige moederschapstraject beschermd en gerespecteerd;
- 4 De zorg die aan u en aan uw baby wordt verstrekt, wordt met u besproken, zodat u uw toestemming kunt geven;
- 5 De dialoog wordt in alle situaties bevorderd;
- 6 Het aantal personen die tijdens de arbeid en bevalling en post partum tussenbeide komen, wordt tot een strikt minimum beperkt. Doordat we echter een opleidingsziekenhuis zijn, zijn we de verbintenis aangegaan om toekomstige gezondheidswerkers op te leiden, en hebben we een educatieve roeping, wat betekent dat deze toekomstige professionals tijdens uw zorg aanwezig kunnen zijn. Ook zij verbinden zich ertoe om dit handvest na te leven;
- 7 We bieden u de mogelijkheid om u tijdens de volledige duur van uw verblijf in het ziekenhuis (verloskamer en kraamafdeling) door personen van uw keuze te laten vergezellen. U kunt zich in de verloskamer door een persoon laten vergezellen;
- 8 We creëren een sfeer die het comfort en welzijn tijdens de arbeid bevordert;
- 9 De rust van mama/baby krijgt voorrang en het ritme van baby wordt zo veel mogelijk gevolgd;
- 10 In de mate van het mogelijke blijven mama en baby samen;
- 11 Voortdurend buidelen krijgt vanaf de geboorte de voorkeur.



## Wij vragen u om...

- 1 Mee te werken en deel te nemen aan onderzoek, behandeling en zorg;
- 2 Respect te hebben voor de intimiteit en het welzijn van de andere patiënten, voor het personeel en zijn werk, voor het gebruikte materiaal en onze lokalen, de werkingsregels van het ziekenhuis (afspraken, bezoeken, stilte, hygiëne, veiligheid, toegangsverbod, rookverbod);
- 3 Zich overal en altijd fatsoenlijk te gedragen en te kleden;
- 4 Zich vanaf het onthaal te kunnen identificeren voor uw eigen veiligheid en met het oog op een goede therapeutische relatie;
- 5 Om identificeerbaar te zijn, moet uw gezicht onbedekt zijn: het voorhoofd, de neus en de kin volledig onbedekt en, indien mogelijk, het haar en de oren onbedekt;
- 6 Uw persoonsgegevens nauwkeurig mee te delen: uw naam, voorna(a)m(en), adres en geboortedatum en uw lidmaatschap bij een ziekenfonds of verzekering;
- 7 Met strikte inachtneming van het medisch geheim, ons uw toestemming te geven voor het meedelen aan personeelsleden van het Iris-net van de persoonlijke gegevens die noodzakelijk zijn om een diagnose te kunnen stellen, u te behandelen en u te verzorgen.



# Mijn geboorteplan

Ons zorgteam stelt alles in het werk opdat u een zo **positief** mogelijk ervaring hebt van uw bevalling, met keizersnede of via natuurlijke weg, en opdat deze geboorte verloopt **met een maximum aan respect** voor de baby en voor elk van de ouders of co-ouders.

Voor geplande en/of niet-spoedeisende keizersneden hebben wij een protocol ontwikkeld: "**zachte keizersnede**". Het ziekenhuis organiseert ook een groepsessie ter voorbereiding op een keizersnede. Vraag gerust meer informatie aan uw verloskundige of gynaecoloog.

Ik zal vergezeld worden door

(persoon van mijn keuze)

(mogelijkheid om begeleid te worden door een geboorteprofessional)

Ik weet het geslacht van mijn baby:  ja  nee

Ik volgde voorbereidende sessies over de geboorte:  ja  nee

Zo ja, welke:



## 1 In de keizersnedezaal

### Wat ik graag zou willen...

- Dat het licht in de zaal zo veel mogelijk gedimd wordt, dat er alleen licht op mijn buik schijnt en iets minder aan de zijde van de anesthesist (licht wordt versterkt in noodgevallen of in geval van moeilijkheden tijdens de keizersnede)
- Naar muziek van mijn keuze kunnen luisteren
- Dat de co-ouder/begeleider aanwezig is zodra de rachi-anesthesie werd aangebracht
- Dat de zaal zo rustig mogelijk is, zoals bij een vaginale bevalling: geen privégesprekken tussen collega's, iedereen gefocust op de geboorte
- Dat de gynaecologen/verloskundigen/anesthesisten/kinderartsen de situatie voor mij beschrijven
- Dat mij op het ogenblik van de geboorte van mijn baby wordt gevraagd om te "persen", opdat ik het gevoel heb dat ik actief bij deze geboorte betrokken ben
- Dat een operatiedoek met venster wordt gebruikt, zodat ik de geboorte van mijn baby kan zien en kan genieten van zijn eerste blik
- Dat ik mijn baby onmiddellijk toegereikt krijg, zodat ik vanaf de geboorte met hem kan buidelen
- Dat van de geboorte foto's/video's gemaakt mogen worden (nadat ik dit sowieso eerst heb gevraagd aan de teamleden die op de foto's/video's te zien zijn; de beelden mogen niet via de netwerken verspreid worden)
- Het team laten weten dat het geslacht een verrassing is
- Dat de co-ouder/begeleider de navelstreng doorknipt
- Dat ik mijn armen tijdens de keizersnede vrij kan bewegen
- Met mijn baby buidelen, (indien nodig) met draagband en verwarmd deken
- Dat de co-ouder/begeleider met de baby mag buidelen
- Mijn placenta zien en er een beschrijving van krijgen
- Aan de verloskundige uitleggen welk type voeding ik voor mijn baby heb gekozen (moedermelk of flesvoeding) en hulp krijgen bij:
  - Eerste aanleg en hongersignalen van baby herkennen
  - Welkomstvoeding als ik dat wens ook al heb ik voor flesvoeding gekozen
  - De eerste fles als ik voor flesvoeding kies
- Bezoek van een borstvoedingsconsulent tijdens mijn verblijf in de kraamafdeling, als ik moeite heb met de borstvoeding
- Zo lang mogelijk met ons drietjes (ik, mijn baby en de co-ouder/begeleider) blijven als onze toestand dat toelaat



## ! Bij een keizersnede onder algemene verdoving (zelden)

### Wat ik graag zou willen...

- Dat de co-ouder/begeleider uitleg krijgt, over mijn toestand (van de gynaecologen) en die van mijn baby (van de kinderartsen)
- Dat de co-ouder/begeleider in een aparte ruimte zo snel mogelijk en met respect voor de privacy met de baby mag buidelen
- Dat, als mijn baby onmiddellijk na de geboorte naar het neonataal centrum moet, de co-ouder/begeleider met hem mee mag en mij regelmatig op de hoogte mag komen houden
- Dat iemand me helpt om comfortabel in bed te gaan liggen voor huid-op-huid en/of borstvoeding



## 2 In de verloskamer voor twee uur monitoring na de keizersnede

### Wat ik graag zou willen...

- Dat, als mijn baby in de afdeling neonatologie ligt:
  - Ik zo snel mogelijk na de keizersnede naar hem toe word gebracht
  - Dat indien nodig bij voorkeur mijn melk aan hem wordt gegeven
- Dat het buidelen zo veel mogelijk wordt voortgezet
- Hulp bij het voeden van mijn baby, ongeacht de keuze die voor de voeding werd gemaakt
- Dat mijn pijn, indien nodig, zo veel mogelijk wordt verlicht met pijnstillers en cold packs, dat ik geholpen word om me zo comfortabel mogelijk in mijn bed te installeren voor het buidelen en/of de borstvoeding



## 3 In de kraamafdeling

### Voor mijn baby wil ik graag het volgende...

- Zijn eerste badje zo lang mogelijk (minstens 48 uur) uitstellen om energieverlies te voorkomen
- Dat ik of mijn begeleider zo veel mogelijk met mijn baby kunnen buidelen
- Dat mijn baby zo veel mogelijk in onze kamer wordt verzorgd

### Voor mijzelf wil ik graag het volgende...

- Dat mijn infuus en urinekatheter zo snel mogelijk verwijderd worden (waarbij rekening wordt gehouden met mijn pijn), zodat ik gemakkelijker kan bewegen en zo snel mogelijk mijn eigen kleren weer kan aantrekken
- Mijn eigen kussensloop meebrengen (om de geur van bij mij thuis te ruiken)
- Dat ik me om het even wanneer comfortabel kan installeren, met name voor de voeding van mijn baby
- Dat ikzelf en mijn baby een zo geïntegreerd mogelijke zorg krijgen (dat wil zeggen dat de zorg bij voorkeur wordt verstrekt wanneer wij spontaan wakker zijn geworden)
- Zo weinig mogelijk mensen in mijn kamer zodat mijn baby en ik kunnen rusten (mogelijkheid om een bordje aan de deur te hangen)
- Dat als mijn baby in de afdeling neonatologie ligt:
  - Ik zo veel mogelijk hulp krijg om de borstvoeding op gang te krijgen, dat ik uitleg krijg over en mij getoond wordt hoe ik manueel of met een borstpomp kan afkolven, dat ik kan buidelen en rusten
  - Dat ik verwittigd word als mijn baby moet eten, zodat ik bij hem kan zijn
- Als ik een keizersnede onder algemene narcose heb gehad:
  - Mijn keizersnede na de bevalling meteen overlopen, zodat ik me kan herinneren wat er is gebeurd
  - De verzorgers die bij mijn keizersnede aanwezig waren, weerzien en met hen praten


# Je zwangerschapskoffer



We geven waar mogelijk de voorkeur aan **een kort kraamverblijf**. Met een kort verblijf in kraamkliniek (KIK) bedoelen we een verblijf van 72 uur voor een keizersnede.

We moedigen **huid-op-huidcontact** in de verloskamer aan, evenals tijdens de verplaatsing tussen de verloskamer en de kraamafdeling. Het is dan ook **niet nodig om kleding voor je baby** vlak na de geboorte mee te nemen.

## Advies

 Pak je koffer rond **36 weken** in om klaar te zijn voor de grote dag

 Zorg ervoor dat je je ten min. **15 dagen van tevoren** hebt ingeschreven (Route 205, Poort P)

We bieden een **kraampakket** aan voor betaalbare prijs, verkrijgbaar bij de kraamafdeling, inclusief:

- 1 45 luiers (Libero)
- 2 25 hygiënestrips
- 3 5 wegwerpslips
- 4 1 doos zoogcompressen

We bieden ook het volgende aan:

- Tepelcrème
- Pijnstillers
- IJzertabletten
- Vitamine D voor baby's
- Een thermometer

## 1 Administratieve documenten

- Identiteitskaart
- Dekkingsdocument (requisitorium voor bevalling, medische kaart enz.)
- Verzekeringsdocument (assurcard, DKV, AXA, Ethias, AG enz.) - OCMW
- Zwangerschapsboekje / Eigen opvolgingsdocumenten
- Bedrag van de borg indien nog niet betaald (bij voorkeur per creditcard)
- Geboorteplan
- Wat wisselgeld voor de drank-/snackautomaten

## 2 Een zakje voor in de verloskamer

### Voor de begeleider:

- Comfortabele kleding
- Een sweater/fleece
- Comfortabele schoenen of sloffen
- Drinkjes, koekjes en fruit omdat de arbeid lang kan duren

### Voor baby:

- Een comfortabele deken (aangepast aan het seizoen)
- Een muts

## 3 Een koffer voor het verblijf in de kraamkliniek

### Voor mama:

- 2 comfortabele en praktische pyjama's/kleding voor borstvoeding
- 2 voedingsbh's
- Sloffen
- Badjas / vest
- Kleding voor buiten
- Badhanddoek
- Toiletpullen: shampoo, zeep, crème
- Borstvoedingskussen
- Nachtlampje
- Kleding voor buiten

### Voor baby:

- 2 pyjama's maat 50/56
- 3 rompertjes maat 50/56
- 2 mutsjes
- 2 paar sokjes
- Een badcape
- Verzorgingsproducten: zeep, kam/borstel, zalf, wasbare wattenschijfjes/compressen
- 1 grote tetradoek om te bakeren
- Kleding voor buiten + jasje/pakje afhankelijk van het weer
- Draagzak, draagdoek

# Checklist voor het vierde trimester

Het vierde trimester van de zwangerschap beslaat de periode tussen de geboorte van baby tot de twaalfde levensweek. Dit is een **periode van overgang**, aanpassing en vooral herstel en daar komen wat veranderingen bij kijken. Om u te helpen om u zo goed mogelijk voor te bereiden, geven we u hierna een niet-uitputtende lijst van **dingen waaraan u moet denken**.

Begeleiding door een **verloskundige** naar keuze bij mijn terugkeer naar huis:

Naam:  Tel.:

Eerste bezoek aan de **kinderarts** van mijn keuze:

Dr.  Tel.:

## Met wie kan ik contact opnemen als...

### ***Ik twijfels/moeite heb met de borstvoeding:***

Verloskundige:

Borstvoedingsconsulent:

Andere:

### ***Ik of mijn baby fysieke problemen hebben:***

Verloskundige:

Gynaecoloog:

Kraamafdeling:

Huisarts:

Kinderarts:

Kind en Gezin:

Hulpdiensten:

Andere:

### ***Ik psychische problemen heb (om niets beginnen huilen, intens verdriet, enz.) kan ik contact opnemen met:***

Psycholoog:

Verloskundige / gynaecoloog:

Centrum voor geestelijke gezondheidszorg:

Huisarts:

Kind en Gezin:

Hulpdiensten:

Andere:



### ***Wat ik graag zou willen...***

- Dat mijn opvolging thuis door de kraamafdeling wordt georganiseerd
- Dat de pediatrie opvolging van mijn baby (noodzakelijk wanneer ik vroegtijdig naar huis ga) door de kraamafdeling wordt georganiseerd
- Zo snel mogelijk na de bevalling naar huis gaan
- De huisbezoeken organiseren op momenten die wij kiezen, binnen een voor mij en het gezin aanvaardbare limiet
- Een voorraad gerechten in de diepvriezer hebben om ons leven na de geboorte gemakkelijker te kunnen organiseren
- Voorrang geven aan mijn fysieke en mentale welzijn en dat van mijn baby, door mezelf voldoende rust te gunnen: slechts één opdracht/medisch onderzoek per dag plannen
- Nagaan welke mensen in onze omgeving mij kunnen helpen, en hulp vragen als ik voel dat ik die nodig heb
- Zolang mogelijk met mijn baby blijven buidelen
- Als ik pas weer thuis ben, de verloskundige één keer per dag ontvangen; daarna zoals het mij uitkomt, zodat zij mij kan bijstaan bij de borstvoeding en in de gaten kan houden of mijn baby en ik het goed stellen
- De administratieve stappen ondernemen (max. 1 per dag) en niet twifelen om te delegeren:
  - De geboorte binnen de 15 dagen aangeven in de gemeente waar mijn baby geboren is
  - Mijn kind bij het ziekenfonds inschrijven
  - Mijn werkgever op de hoogte brengen
  - De toekomstige opvangfaciliteit op de hoogte brengen van de geboorte van mijn kind
  - Het kinderbijslagfonds op de hoogte brengen van de geboorte
  - Mijn verzekering op de hoogte brengen
  - Voor de tweede ouder geboorte-/vaderschapsverlof aanvragen
- Anticonceptie bespreken:
  - Tijdens de consultatie 6 weken post partum de anticonceptie nogmaals bespreken
  - Ik wil geen anticonceptie
- Indien nodig opvang voorzien voor de oudere kinderen

# Nota's

Two columns of horizontal dotted lines for writing notes.





**Campus Hallepoort**

Hoogstraat 322, 1000 Brussel

+32 (0)2 535 31 11

[www.stpierre-bru.be](http://www.stpierre-bru.be)