

## Bevalplan

Naam :

Geboortedatum :

Naam partner :

Adres :

Uitgerekende datum:

Hoe kijk je terug op evt. vorige bevalling(en)?

Waar denk je te gaan bevallen (thuis of in het ziekenhuis) en waarom?

Wie is er bij de bevalling aanwezig?

Ben je bekend met de mogelijkheid ondersteuning te ontvangen door de kraamverzorgende tijdens de weeën vanaf 3 cm ontsluiting en ken je het belang ervan?

Hoe heb je je voorbereid op de bevalling (voorlichtingsavonden, boeken, zwangerschaps cursus)?



Maak je  
wensen  
kenbaar

Heb je speciale wensen voor de bevalling rondom houding (bed, baarkruk, skippy-bal)? Heb je speciale wensen t.a.v. omgaan met de pijn van de weeën (douche, bad, muziek, tv, licht)?

Ben je op de hoogte van de voor- en nadelen van medicamenteuze pijnbestrijding tijdens de bevalling?

*Het is altijd verstandig je van tevoren te laten informeren door je zorgverlener over dit onderwerp. Zie evt. de voorlichtingsfolder over pijnbestrijding op [www.knov.nl](http://www.knov.nl).*

Wat verwacht je van je zorgverlener (verloskundige, gynaecoloog, arts-assistent, verpleegkundige of kraamverzorgster)?

Waar zie je tegenop?

Zijn er nog andere zaken t.a.v. de bevalling van belang voor ons?

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

Wat voor voeding ga je geven? Heb je speciale wensen hieromtrent:

Tevens goed om over na te denken:

Waar wil ik foto's van. Wie knipt de navelstreng door. Opvang voor evt. andere kinderen. Wil je de moederkoek zien en/of foto's ervan?

