


Naam : B.L.

Geboortedatum: 14 augustus 1970

Zwanger van:  kind

Uitgerekend op: 12 februari

Onder controle bij: gynaecoloog Eindhoven i.v.m. een tweelingzwangerschap

Mijn vorige bevalling, een thuisbevalling is erg goed verlopen, snel, binnen 5,5 uur en zonder complicaties. Ik vond mijn kracht in het zelf kunnen doen, met rust gelaten worden, me concentreren, de ademhalingstechnieken uit de yoga toepassen, rondlopen, geluid geven.

Ook mijn moeder en zus zijn ieder twee maal thuis zeer goed en snel bevallen.

Ik begrijp dat iedere bevalling anders is, en zeker een tweelingbevalling, en dat zich complicaties voor kunnen doen. Alles wat niet kan zoals hier onder beschreven wil ik goed uitgelegd krijgen en er zelf in mee beslissen.

Graag wil ik ook dat mijn volgende bevalling, als alles goed gaat, zo natuurlijk mogelijk verloopt, met zo min mogelijk ingrepen en een zo groot mogelijke privacy. Ik wil liever hulp in de vorm van medische ondersteuning en adembegeleiding dan dat het een medisch-technische bevalling wordt.

Ik sta er op volledig op de hoogte gehouden te worden van alle ontwikkelingen en ik wil over alles mee beslissen, als ik niet bij machte ben, beslist mijn partner namens mij.

Bevalling:

- Ik wil zolang alles goed gaat met mij en de kinderen niet worden ingeleid wanneer ik overtijd ben. Ook wil ik geen weeënopwekkende middelen om de bevalling te bespoedigen, tenzij noodzakelijk.
- In de ontsluitingsfase wil ik zo veel mogelijk vrij kunnen rondlopen, zo min mogelijk aan een CTG-apparaat.
- Ik wil zoveel mogelijk alleen gelaten worden met mijn partner.
- Ik wil zo min mogelijk (wisselende) mensen in de verloskamer.
- Ik wil zo min mogelijk getoucheerd worden, de vorige keer voelde ik heel goed wanneer ik persdrang kreeg en had op dat moment ook volledige ontsluiting.

Dit is een uitgave van Cicli, Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden vervoelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

- Ik wil dat de vliezen niet, of zo laat mogelijk gebroken worden.
- Ik wil geen infuus aangebracht krijgen voor ik ga persen. Dit is snel genoeg gedaan indien nodig.
- Ik wil op een baarkruk bevallen, of zittend met mijn voeten op het bed, ik wil niet of zo laat mogelijk gaan liggen. Ik wil zo lang mogelijk van houding kunnen wisselen.
- Ik wil dat een knip niet of zo laat mogelijk gezet wordt.
- Mocht het nodig zijn dan heb ik een voorkeur voor een tangverlossing boven een met een vacuümpomp.

Baby's:

- Ik wil graag zelf ontdekken wat voor geslacht mijn kindjes hebben.
- Ik wil de eerste baby meteen op mijn borst en daarna, zodra de tweede zich aankondigt op de borst van mijn partner. De tweede baby wil ik ook op mijn borst.
- Ik wil wachten met het doorknippen van de navelstrengen tot die zijn uitgeklopt. Ik wil graag dat mijn partner die doorknipt.

- Ik wil dat met reflextesten wordt gewacht tot een uur na de geboorte van de kinderen.
- Ik wil ze eerst rustig bij me hebben. De overige controles kunnen worden uitgevoerd terwijl ze op mijn borst liggen.
- Als (een van) de kindjes in een couveuse moet(en) dan wil ik graag dat mijn partner ze op zijn borst dragend daar naar toe kan brengen.
- Ik wil indien voor mij mogelijk de kindjes bij mij in bed, ook 's nachts en anders bij mij op de kamer.

- Ik wil mijn kinderen borstvoeding geven. Ik wil ze binnen het eerste uur na de geboorte aanleggen en vervolgens voeden op verzoek. Mochten ze niet bij mij op de kamer kunnen dan wil ik iedere drie uur wakker gemaakt worden om te voeden.
- Mocht ik zelf niet kunnen voeden omdat ze bv in een couveuse ligen dan wil ik zelf kolven en ze met mijn melk (laten) voeden.
- Ik wil dat de kinderen niet met andere voeding dan moedermelk worden gevoed, geen water of koemelkvoeding. Geen bijvoeding, maar zo vaak mogelijk aanleggen.
- Ik wil graag op bed gewassen worden.

Hoe het is gegaan...

Mijn geboorteplan is door de gynaecoloog in een map gedaan, en moest door iedere arts-assistent bij wie ik op controle kwam gelezen en besproken worden. De gynaecoloog was er erg enthousiast over. Eén gynaecologe (zelf moeder van een tweeling) legde mij uit dat een aansluiting voor een infuus toch van te voren geprikt moest worden, uit eigen ervaring wist ze dat dit een kleinigheid was en zo kon ik mij daar bij neerleggen.

Ik heb van te voren de verloskamer met bed dat in zithouding kan en een vacuümpomp mogen zien. De verpleegkundige van de afdeling heb ik gesproken die later ook bij mijn bevalling aanwezig was. Dit alles gaf vertrouwen.

De bevalling is snel, binnen 6 uur verlopen. (40 weken, kindje 1: 7,5 pond, kindje 2: 6,5 pond). Men heeft mij voornamelijk met rust gelaten, ik heb veel rondgelopen, er is 1x een CTG gemaakt en getoucheerd pas op het einde. De vliezen zijn pas gebroken na overleg, toen de ontsluiting op 9 cm stagneerde.

Vervelend was een katheter, daarover was niet overlegt. Het was ook onnodig omdat ik wist dat ik al heel lang niet meer gedronken had, en wel geplast. Onnodig en erg pijnlijk. Persen moest helaas halfliggend, een houding waarbij bij mij de persdrang wegvalt. Vanwege de tweeling mocht ik niet staand of zittend, wat voor mij veel prettiger was geweest.

Verder zijn al mijn wensen gehonoreerd, ook na de bevalling. Ik kon in mijn kracht blijven, me afsluiten van mijn omgeving en binnen ziekenhuismuren een zo natuurlijk mogelijke bevalling hebben. De kindjes hebben 's nachts bij me geslapen en de volgende dag zijn we lekker naar huis gegaan.