



## Uitleg wachtsysteem thuisbevalling

La Madrugada biedt je de mogelijkheid om je thuis professioneel te laten begeleiden tijdens de arbeid en bevalling. De wacht wordt verdeeld onder vijf vroedvrouwen: An, Andrea, Tom, Lise & Rinke. Als vroedvrouw mogen we een arbeid begeleiden die spontaan op gang komt tussen 37 weken tot en met 42 weken zwangerschap. Daarvóór en daarna valt een bevalling sowieso onder de verantwoordelijkheid van de gynaecoloog.

### ALS JE ARBEID SPONTAAN OP GANG KOMT:

- De vroedvrouw heeft het nodige materiaal bij zich om je optimaal te begeleiden.
- Je hoeft geen grote aankopen te doen om een arbeid thuis te kunnen laten doorgaan, maar kussens, een warmwaterkruik (of kersenpitkussen) en/of zitbal zijn altijd handig om in huis te hebben. Indien gewenst kan je een zitbal lenen van onze praktijk.
- We kunnen niet voorspellen wie er van wacht zal zijn op het moment dat jij in arbeid gaat maar we kunnen wél garanderen dat één van ons dag en nacht voor je klaarstaat! Op het centrale nummer **0476/069 269** kan je ons 24 uur op 24 uur bereiken. Dat nummer wordt automatisch doorgeschakeld naar de vroedvrouw die op dat moment van wacht is.
- Afspraak is dat de tweede vroedvrouw gebeld wordt op het moment dat de bevalling nabij is. Zij/hij zal dan de vroedvrouw van wacht assisteren bij de bevalling. Mocht het zijn dat niemand van ons zich kan vrijmaken, kunnen we nog altijd één van onze andere collega's bellen om ons te komen assisteren.

## WANNEER BEL JE ONS?

### ➤ CONTRACTIES:

- In principe gaan we ervan uit dat een vrouw goed in arbeid is wanneer ze regelmatig weeën heeft die ze moet wegzuchten. Bij een eerste kindje bel je best wanneer de weeën ongeveer om de vier à vijf minuten komen en dat gedurende minimum een uur. Bij een tweede of volgende kindje kan je best eerder bellen.
- Om te zien of je weeën al dan niet regelmatig zijn, kan je onze "Madrugale Golvengrafiek" (zie website) gebruiken. Dat is ook handig voor ons om bij aankomst snel kennis te nemen van het verloop.

### ➤ GEBROKEN VLIEZEN:

- Wanneer de vliezen 's nachts breken en je hebt nog geen contracties, en de kleur van het vruchtwater is helder (het lijkt op zure melk, vaak is het ook roze), bel ons dan tegen de ochtend om het te melden. Wanneer je GBS positief bent, is het beleid anders. Overleg dan even met de vroedvrouw van wacht. Is de kleur van het vruchtwater niet helder (dus: bruin – geel – groenige kleur), bel dan wel onmiddellijk.
- Wanneer de vliezen overdag breken, mag je ons meteen bellen.

### ➤ BLOEDVERLIES:

Een beetje bloed en/of slijm verliezen tijdens de arbeid is normaal. Bij ruim bloedverlies is het beter om meteen contact op te nemen met de verloskamer van het ziekenhuis waaraan je gynaecoloog verbonden is. Het is fijn als je ons dan wel laat weten wat de diagnose is en wat er eventueel verder moet gebeuren.

### ➤ **Belangrijk is dat je altijd mag en moet bellen op bovenstaand centrale nummer als jij vindt dat het nuttig of nodig is!**

### ➤ **Gelieve ook altijd te bellen op dit nummer en niet te sms'en!**

Als eerste aanbetaling vragen we **€ 250** te storten wanneer je 37 weken zwanger bent. Dit bedrag wordt verrekend met de voor de arbeidsbegeleiding verschuldigde erelonen.

- Wat is er allemaal inbegrepen in deze vergoeding:
  - Deze documentatie.
  - Het kraampakket dat we je bezorgen:
    - ☑ onderleggers 60x60: 5 stuks, 60x90: 2 st., 155x100: 1 st.
    - ☑ 4 netbroekjes
    - ☑ 2 pakken kraamverband
  - De wachtinspanning (dag en nacht van wacht zijn voor jou).
  - Onze verplaatsing.
  - De verdere tijd die we besteden aan het beantwoorden van vragen of verstrekken van informatie via de telefoon
  
- De vroedvrouw die jou tijdens de arbeid en de bevalling begeleid heeft, zal dan, in de mate van het mogelijke, ook de postnatale zorgen op zich nemen. Op die manier is de continuïteit van de zorg verzekerd en blijf je jouw vertrouwde gezicht terugzien. Aanvankelijk komen we elke dag langs na de bevalling tot we merken dat moeder en kind (en partner) het zonder ons kunnen stellen. Dan laten we er al wat meer tijd tussen om zo geleidelijk aan de huisbezoeken af te bouwen.
- Het opvolgen van je arbeid en de eventuele thuisbezoeken na de bevalling zijn diensten die gedeeltelijk terugbetaald worden door de mutualiteit. Je krijgt van ons een getuigschrift dat je dan zelf moet binnenbrengen bij je mutualiteit waarna je de overige kosten kan inbrengen bij je hospitalisatieverzekering. Afhankelijk van de polis van je verzekering kan je die kosten dan geheel of gedeeltelijk terugvorderen.

#### IN GEVAL VAN VERWIKKELINGEN

- Een arbeid die spontaan op gang komt, kan soms echter evolueren naar een situatie waarbij we naar het ziekenhuis moeten gaan, zoals bvb. het verlies van meconiaal vruchtwater, langdurig gebroken vliezen (meer dan 24 uur), ruim bloedverlies, etc... Als dit in de beginfase van een arbeid gebeurt, moeten we de begeleiding jammer genoeg uit handen geven aan de vroedvrouw van dienst in het desbetreffende ziekenhuis.
- Als je overtijd gaat en ingeleid moet worden omwille van medische redenen, kunnen we je ook niet meer thuis begeleiden en kan je dan geen beroep meer doen op ons wachtsysteem. In de mate van het mogelijke blijven we wel contact houden met jou tijdens die inleiding.

## **NOODSCENARIO**

- > Als je op bovenstaand nummer belt en je krijgt geen gehoor, spreek dan altijd iets in. Misschien is de vroedvrouw van wacht gewoon even een douche aan het nemen en belt ze je al snel terug. Als je binnen het uur niet bent teruggebeld, probeer dan onze privé-nummers en ga gewoon willekeurig het rijtje af tot je iemand aan de lijn hebt.
- > Tom: 0473/33.13.33
- > Krisje: 0485/35.49.92
- > Andrea: 0486/18.16.66
- > An: 0485/20.16.35
- > Lise: 0499/19.26.35





### 3. Benodigdheden voor een thuisbevalling

#### *Het kraampakket dat we je bezorgen:*

- onderleggers 60x60 cm: 5 stuks, 60x90: 2 stuks, 155x100: 1 stuk
- 4 netbroekjes
- 2 pakken kraamverband

#### *Extra benodigdheden:*

- warmwaterkruik of pittenzak
- 2 lege emmers met een vuilniszak
- keukenrol
- oud laken of groot plastic (vloerbescherming)
- enkele handdoeken en washandjes
- kom voor de placenta (15 à 20 cm doorsnede)
- waskom
- waterfles met sportdop
- spiegeltje als je wilt meekijken
- groot maandverband/nachtverband
- 8 tetradoeken (katoenen luiers)
- fototoestel
- babykleedjes, mutsje en luiers
- zeepvrije wasgel en baby-olie
- thermometer

#### *voor de borstvoeding*

- borstkompresen
- eventueel voedingsBH

#### *verder nog klaar te leggen*

- ijspak (hot/cold pack) in de diepvriezer
- een tas met benodigdheden voor jezelf en voor je baby, dit voor als we alsnog naar het ziekenhuis moeten vertrekken.

#### *te kopen in de apotheek:*

- flesje kamillosan 100ml (vulvaspoeling)
- 1 doosje steriele kompressen van 10 op 10 cm
- 1 doosje steriele kompressen van 5 op 5 cm
- pijnstillers op basis van paracetamol
- Orthica vit K & Vit D voor zuigelingen
- Na de bevalling: *enkel indien je rhesus negatief bent & baby rhesus positief: Rhogam®* op voorschrift van ons (in de koelkast bewaren)

 *Wij brengen mee:*

- Al de benodigheden om een bevalling te begeleiden.
- Baarkruk
- Medicatie om je baarmoeder te helpen samentrekken (Syntocinon®)
- Aangiftepapieren: bij aangifte niet vergeten jullie identiteitskaart + eventueel trouwboekje mee te nemen

**Opgelet:** de kennisgeving dient te gebeuren door de partner binnen de 24 uur na de geboorte. Daar is geen afspraak voor nodig en je mag het gewoon in de brievenbus van het districtshuis of gemeentehuis steken. Een kennisgeving is niet hetzelfde als een aangifte.



## 7. Na de (thuis)bevalling: To do's

- Bellen naar **Kind en Gezin** om jullie kindje "in te schrijven" in hun systeem: in het ziekenhuis gebeurt dat automatisch maar bij een thuisbevalling moet je dat zelf regelen. Het nummer waarop je hen kan bereiken is 078/150 100
- Best op dag 5 een afspraak regelen met een **kinderarts/huisarts** naar keuze om jullie baby te laten nakijken.
- **Aangifte** doen van jullie baby met de papieren die je van ons na de bevalling gekregen hebt. Hiervoor maak je een afspraak bij het districtshuis/gemeentehuis en dit moet binnen de 15 dagen na de geboorte plaatsvinden.
- Ongeveer zes weken na de bevalling een afspraak regelen met de **gynaecoloog** (uitstrijkje + bespreken anticonceptie).
- Als je de tijd vindt en je schrijverspen nog eens graag in de hand neemt, mag je ons **Gastenboek** verblijden met jullie bevallingsbeleving. Het kan een inspiratie zijn voor koppels die nog vol verwachting uitkijken naar die grote dag.

***Als we alsnog naar het ziekenhuis moeten tijdens de arbeid, kan je ervoor kiezen om poliklinisch te bevallen*** (en dus binnen de 24 uur na de bevalling naar huis gaan). Dan zijn er nog volgende aandachtspunten:

- De kinderarts komt je baby nakijken alvorens je naar huis mag gaan.
- Zie dat je zowel de aangifteformulieren als de hieleprikkaart mee naar huis neemt.
- Maak ook zeker een afspraak met iemand van ons voor de dag zelf of de dag erna alvorens je het ziekenhuis verlaat.