



AZ Voorkepen

algemeen ziekenhuis
emmaüs

Info voor toekomstige ouders

Kraamafdeling



Overzicht

1. Waar vind je welke info
2. Wie is wie en contactgegevens
3. Wanneer kom je best langs?
4. Arbeid en bevalling
 - Hoe en waar aanmelden
 - Wat breng je mee
 - Inleiding van de arbeid
 - Arbeid en bevalling
 - Keizersnede
 - Nageboorte en nazorg
5. Na de bevalling
 - Verblijfsduur en kamers
 - Wat breng je mee
 - Verzorging
 - Onderzoeken
 - Voeding
 - Neonatologie
 - Bezoek
6. Naar huis
7. Extra begeleiding



Waar vind je welke info?

Wat nemen jullie best door tijdens de zwangerschap?

- “Welkom, baby!” kraamboekje
- Deze presentatie voorafgaand aan de rondleiding
- Rondleiding door vroedvrouwen op de afdeling

Extra informatie is voorhanden:

- Info over borstvoeding door lactatiekundige
 - Maandelijkse infosessie (vanaf 28 weken zwangerschap) inschrijven via 03 380 20 30:
<https://azvoorkempen.be/borstvoedingsavonden>
 - Individuele raadpleging mogelijk voor en na de bevalling op afspraak via 03 380 22 70.
Zeker aangeraden tijdens zwangerschap bij meerlingen, (zwangerschaps)diabetes en vrouwen die eerder problemen ondervonden met borstvoeding.
- Website <https://azvoorkempen.be/opname/op-de-kraamafdeling>
- Instagram [@BevallenInMalle](https://www.instagram.com/BevallenInMalle)
- Tijdens je bevalling in het verloskwartier

Heb je bij het doorlezen van
deze presentatie vragen?
Stel ze dan gerust tijdens de
rondleiding!



Wie is wie?

- **Hoofdvroedvrouw**

<https://azvoorkempen.be/opname/op-de-kraamafdeling/marijke-heymans>

- **Gynaecologen**

<https://azvoorkempen.be/gynaecologie-en-verloskunde/team>

Tijdens de nacht- en weekenduren is er steeds een gynaecoloog van wacht.

- **Kinderartsen**

<https://azvoorkempen.be/kindergeneeskunde-pediatrie/team>

- **Contactgegevens**

- | | | |
|-------------------|--------------|--|
| • Kraamafdeling | 03 380 22 50 | (dag en nacht bij vragen, twijfels of problemen) |
| • Verloskwartier | 03 380 22 35 | (geef een seintje voor je vertrekt) |
| • Hoofdvroedvrouw | 03 380 22 70 | (op weekdays tussen 9.00 en 15.00 uur) |



Wanneer kom je langs?

Bel steeds naar het verloskwartier

- **Vochtverlies**

Wanneer je vochtverlies hebt. Ook als dit kleine hoeveelheden zijn. Dit kan vruchtwater zijn.

- **Bloed- of slijmverlies**

Wanneer je vaginaal bloed en/of slijm verliest.

- **Minder bewegingen van de baby**

Wanneer je je baby veel minder of niet meer voelt bewegen.

- **Ongerustheid**

Wanneer je ongerust bent om een andere reden.

- **Contracties**

Wanneer je gedurende 2 uur weeën hebt die pijnlijk zijn en regelmatig (ongeveer elke vijf minuten).

Tip:

Bewaar de telefoonnummer van
het verloskwartier nu in je GSM:
03 380 22 35



AZ Voorkepen
algemeen ziekenhuis
emmaüs

Hoe aanmelden en inschrijven

- **Overdag tussen 7 en 20 uur**

Kom steeds via de hoofdingang en schrijf je in via de kiosk. Indien je te veel pijn ervaart, laat je partner dan je inschrijving doen met je ID kaart en kom zelf al verder naar de verloskamer.

- **'s Nachts tussen 20 en 7 uur**

Als de hoofdingang gesloten is, kom je via de spoeddienst en meld je je aan via de spoedbalie.

- **Weekend**

- Zaterdag tussen 8.15 en 20 uur
- Zondag tussen 9.00 en 20 uur

- De medewerker van het onthaal/dienst spoedgevallen brengt de vroedvrouw in het verloskwartier op de hoogte van je komst.

We tonen jullie deze routes tijdens de rondleiding zodat je alvast eens kan oefenen.



AZ Voorkepen
algemeen ziekenhuis
emmaüs

Wat breng je mee?

Bereid een koffertje voor met:

- Moederboekje
- Ingevuld formulier patiëntanamnese
- "Welkom, baby!" kraamboekje
- Comfortabele kledij en een paar warme sokken
- Fototoestel
- CTG - monitorbanden
- Kersenpitkussentje
- Eventueel muziek en draagbare bluetoothspeaker
- Druivensuiker – Aquarius
- Borstvoedingskussen
- ...

Wil je graag in bad ontspannen/bevallen:

- Slippers
- Minimum twee grote handdoeken
- Een badjas
- Eventueel een badkussentje
- Badkleding voor de partner
- GEEN: douchegels of andere badproducten, deze mag je wel gebruiken om te douchen maar niet in het bad,



Verloop

Onthaal bij opname

- Intakegesprek en overlopen patiëntanamnese
- **Monitor** (CTG) van 30 minuten om weeën, hartslag en activiteit van je baby op te volgen
- Vaginaal **onderzoek** om ontsluiting te controleren
- Plaatsen **katheter** om indien nodig medicatie toe te dienen



Verloop

Inleiding van de arbeid

Inleiding of inductie is het kunstmatig op gang brengen van de arbeid en bevalling. Dit is soms nodig om verschillende redenen.

Samen met de gynaecoloog wordt besproken wanneer je moet binnenkomen:

- Overdag tussen 7 en 20 uur meld je je aan via de hoofdingang
- 's Nachts tussen 20 en 7 uur meld je je aan via spoedgevallen

Afhankelijk van het vaginaal onderzoek zal er gestart worden met vaginale tabletten, ballonkatheter, infuus met medicatie om weeën op te wekken of het breken van de vliezen.



Verloop

Arbeid en bevalling

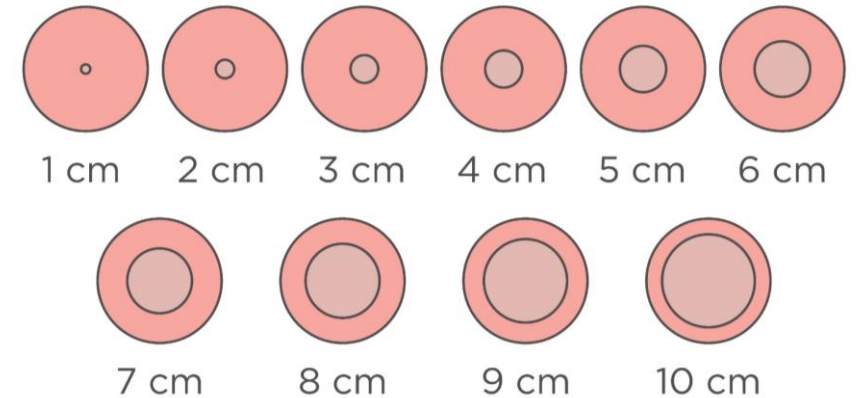
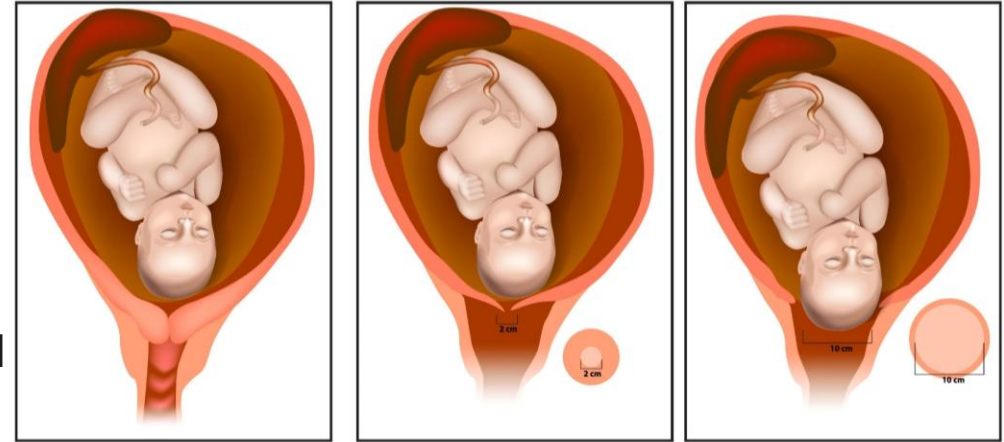
- **Arbeid**

Weeën helpen de baarmoederhals verstrijken: deze wordt steeds dunner, zachter en korter. Zo is er steeds meer ontsluiting (opening).

Als de weeën intenser worden en ze een duurtijd hebben van 1 minuut of langer. Vanaf dan spreken we van 'actieve' arbeid en bel je best het verloskwartier. Een vuistregel stelt dat er vanaf dan ongeveer een centimeter ontsluiting per uur is. Maar elke baby is uniek en elke arbeid verloopt anders. Er is steeds een vroedvrouw aanwezig om je te begeleiden in samenspraak met de gynaecoloog.

- **Bevalling**

Wanneer je baby volledig is ingedaald en je hebt volledige (10 cm) ontsluiting, voel je een persdrang (gelijkaardig aan het gevoel om naar het groot toilet te gaan). Bij de bevalling is je vroedvrouw, de gynaecoloog en soms ook een kinderarts aanwezig.



Verloop

Relaxatie en pijnstilling

- **Relaxatie**

Je lichaam maakt zelf endorfines die je pijn verlichten. Angst of spanning verstoren de aanmaak ervan. Daarom voorzien we een huiselijke omgeving en hulpmiddelen die je helpen zo ontspannen en comfortabel mogelijk te zijn tijdens je arbeid:

- **Ademhalingstechnieken.** Tussen de weeën door heb je steeds even pauze.
- **Bad.** De warmte en het water helpen ontspannen.
- **Warmte en massage.** Je partner kan hierbij helpen.
- **Bal, lian en baarkruk.** Je kan ook steun zoeken tegen een muur, het bed, ...
- **Wisselen tussen houdingen.** Zie meer info op [onze website](#).

- **Epidurale verdoving**

Je kan kiezen voor een verdoving die de ergste pijn wegneemt. Deze verdoving wordt geplaatst door een anesthesist via een ruggenprik. Je blijft dan in bed, maar kan wel nog bewegen (bv. op je zij draaien) en persen. Er kunnen mogelijk bijwerkingen optreden (bv. hoofdpijn), dit kan opgevangen worden.

Een epidurale is niet mogelijk als je al te ver gevorderd bent in de arbeid. Ook bij stollingsstoornissen, allergieën aan pijnmedicatie of afwijkingen aan de rug kan het zijn dat dit niet kan worden uitgevoerd. Bespreek dit op voorhand met je gynaecoloog. Je kan ook voor de bevalling op raadpleging bij een anesthesist op maandagvoormiddag na telefonische afspraak via het nummer 03 380 24 99.



AZ Voorkepen
algemeen ziekenhuis
emmaüs

Verloop

Onderwaterbevalling

Onze **Active Birth Pools** in de arbeidsverloskamer geven je voldoende bewegingsruimte. Door twee uitsparingen op verschillende hoogten zijn er diverse houdingen mogelijk om de weeën op te vangen, waaronder hurkend, op de knieën, in squat, liggend, zittend of vooroverleunend. Het warme badwater werkt bovendien ontspannend.

Bij persdrang kies je waar je je op dat moment het beste bij voelt: ga je uit het bad of blijf je erin?

Wanneer mag je niet in het bad:

- Hoge bloeddruk, koorts of prematuriteit
- Wanneer je drager bent van HIV of Hepatitis B
- Na een epidurale verdoving

Wanneer kan je wel in bad, maar mag je er niet in bevallen:

- Meerlingzwangerschap
- Verhoogd risico op schouderdystocie
- Patiënten met IDDM (= insuline afhankelijke suikerziekte)
- Je moet uit het bad komen als je onverwacht veel vaginaal bloedverlies hebt of er meconium (ontlasting van je baby) in je vruchtwater is

Tip:

Het bad vullen duurt ongeveer 15 minuten. Geef op tijd aan als je hiervan gebruik wil maken!



Verloop

Wat als er zich problemen voordoen?

Mogelijke problemen:

- Slechte foetale harttonen
- Niet vorderen van de arbeid
- Niet vorderen van de bevalling
- Uitgeputte mama
- ...

Mogelijke interventies:

- 'Vis à tergo' (= de vroedvrouw duwt mee op de buik van de mama)
- Ventouse of zuiger
- Keizersnede



Verloop

Keizersnede of sectio

Wanneer vaginale geboorte niet aangewezen is, kan de gynaecoloog beslissen om een keizersnede uit te voeren. Dit kan op voorhand gepland worden of blijkt soms noodzakelijk tijdens de arbeid. De sectio vindt plaats in een operatiezaal. Waar mogelijk voeren we een 'gentle' sectio uit: na een kort eerste nazicht door de kinderarts kan baby bij mama op de borst 'skinnen' (huid-op-huidcontact).

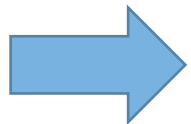
Bij een geplande keizersnede:

- Eén of twee dagen op voorhand langskomen voor
 - Bloedafname
 - Aanmeten van steunkousen
 - Scheren van operatiegebied
 - Monitor (CTG) van 30 minuten
 - Afgeven ingevuld anamneseformulier
- Dag van opname
 - Nuchter vanaf middernacht
 - Aanmelden en inschrijven via de hoofdingang
 - OK-schort en steunkousen aandoen
 - Partner mag in OK-zaal wanneer mama geïnstalleerd is



Nageboorte en nazorg

- Huid-op-huid contact met mama of partner
- Partner kan indien mogelijk de navelstreng doorknippen (dit gaat niet bij keizersnede)
- Eerste zorgen baby:
 - Muts opzetten om te veel afkoeling te vermijden
 - Afnavelen door een navelklemmetje te plaatsen
 - APGAR-score bepalen
 - Hoofdomtrek meten en lengte en gewicht bepalen
 - Vitamine K toedienen om bloedstolling te bevorderen:
 - Bij voorkeur is dit via spuitje in het beentje
 - Kan ook via de mond toegediend worden op aanvraag, maar is dan wekelijks te herhalen
- Eerste zorgen mama:
 - Nageboorte van de placenta (moederkoek)
 - Indien nodig hechten van scheurtje of knip
 - Eerste borstvoeding begeleiden
 - Opfrissen mama



Hierna verhuis naar kraamafdeling



AZ Voorkepen
algemeen ziekenhuis
emmaüs

Verblijf op de kraamafdeling

Verblijfsduur en kamers

De dag van de bevalling beschouwen we als **dag 0**. Bij een vaginale bevalling mogen moeder en kind het ziekenhuis verlaten op **dag 3** en bij een keizersnede op **dag 4 of dag 5**.

Je kan kiezen voor een één- of tweepersoonskamer, naargelang de beschikbaarheid. Je kamerkeuze bepaalt mee de ziekenhuisfactuur, maar heeft geen invloed op de kwaliteit van de behandeling en verzorging.

Onze **éénpersoonskamers** zijn uitgerust met:

- Badkamer met lavabo, sproeitoilet en douche
- Kitchenette met microgolfoven en koelkast met diepvrieslade
- Slaapgedeelte met eigen kleerkast, kluis, telefoon, tv en radio
- Logeerbed voor de partner, zo kan hij/zij comfortabel bij je overnachten en ontbijten, mits een meerprijs (30€)
- Babybox met een verzorgingskussen, babybadje, weegschaal en baby producten

Op **tweepersoonskamers** lig je samen met een andere mama:

- Je deelt de microgolf, douche en toilet
- Je hebt elks een apart slaapgedeelte, babybox, koelkast, kleedkast en eigen lavabo (in de gedeelde badkamer)
- Op een tweepersoonskamer gelden voor de partner eveneens de bezoeken en is er geen mogelijkheid dat de partner blijft overnachten.

Indien mogelijk tonen we jullie deze kamers tijdens de rondleiding. Je kan ze ook bekijken op [onze website](#).



Verblijf op de kraamafdeling

Wat is er en wat breng je mee?

Wat breng je mee?

- Voor mama:
 - Nachtkleding
 - Makkelijke kledij voor overdag
 - Voldoende comfortabel zittend ondergoed
 - Voldoende handdoeken en washandjes
 - Toiletgerief
 - Pantoffels of slippers
 - Bij borstvoeding een borstvoedings-BH
 - Borstvoedingskussen
 - Bij flesvoeding een goed passende sport-BH
 - Laat waardevolle zaken thuis
- Voor baby:
 - Rompertjes (ook lange mouwen) en pyjama's
 - Handdoeken, tetradoeken en washandjes
 - Slabbetjes
 - Warm dekentje
 - Extra tetradoeken om in te bakeren
 - Eventueel fopspeen en papflesje van thuis

Wat is er op de afdeling aanwezig?

- Voor mama:
 - Maandverband
 - Borstcompressen
 - Tepelzalf
 - Pijnmedicatie
- Voor baby:
 - Pampers
 - Pamperdoekjes
 - Verzorgingsproducten
 - Vitamine D
 - Flesvoeding



Verblijf op de kraamafdeling

Verzorging van mama

- Dagelijkse verzorging en controle door vroedvrouw:
 - Bloedverlies
 - Baarmoederhoogte
 - Borsten en tepels
 - Parameters (temperatuur, bloeddruk, ...)
 - Knip of scheurtje
 - Wondheling na keizersnede
- Bedside briefing: overdracht van vroege naar late shift aan bed op weekdays.
- Gynaecoloog komt dagelijks langs
- Bloedonderzoek op dag 2. Tenzij rhesus negatief, dan controle op dag 1 en toedienen anti-D gammaglobulines. Eventueel toedienen extra ijzer of bloed bij laag hemoglobinegehalte.
- Indien mogelijk komt kinesiste langs om postnatale revalidatie te bespreken.



Verblijf op de kraamafdeling

Verzorging van baby

- Mama en baby blijven 24 op 24 uur bij elkaar. Laat je baby nooit alleen achter op de kamer.
- Babybadje
 - Voorzie zelf voldoende handdoeken en washandjes
 - Tijdstip: bij voorkeur in de voormiddag en voor een voeding
 - Enkel hoofd en stuit worden met zeep gewassen
 - Bij afdrogen ook aandacht voor goed afdrogen van de huidplooien
- Temperatuurcontrole 2x per dag minimaal (rectaal)
 - Temperatuur idealiter tussen 36,5 en 37,5° C
 - Bij een baby jonger dan 3 maanden is 38° C steeds koorts en contacteer je best een kinderarts
- Wegen dagelijks voor de voeding door de vroedvrouw
 - Baby mag max. 10% van het geboortegewicht afvallen



Verblijf op de kraamafdeling

Onderzoeken

- Eerste onderzoek door **kinderarts** (dag van of na geboorte):
 - Controle schedel
 - Luisteren naar hart en longen
 - Buikje en bloedvaten in de lies controleren
 - Controle reflexen, stuit, gehemelte en oogjes
- Hierna komt kinderarts dagelijks langs om huidskleur, voeding en gewicht op te volgen.
- **Guthrietest (of 'hielprik')**
 - Bloedstaaltje om stofwisselingsziekten op te sporen
 - Dit **moet tussen 48 en 72 uur na de geboorte** gebeuren. => Het kan dus zijn dat je al naar huis bent en dit door de zelfstandige vroedvrouw moet uitgevoerd worden.
 - **Bel daarom na de bevalling (liefst op dag 0) naar je zelfstandige vroedvrouw om afspraken te maken.**
- Indien er sprake is van hyperbilirubinemie ('geel zien'), kan **fototherapie** op de kamer nodig zijn.



Verblijf op de kraamafdeling

Voeding

Informeer je grondig vooraleer een keuze te maken tussen borst- of flesvoeding. Wij geven infosessies en je kan steeds bij een vroedvrouw op raadpleging komen tijdens de zwangerschap om keuze van voeding te bespreken.

- **Flesvoeding**

- Vaste uren
- 6 of 8 voedingen per dag afhankelijk van baby's gewicht
- Hoeveelheid melk wordt dagelijks gewijzigd volgens gewicht

- **Borstvoeding**

- Vraag & aanbod
- In het begin minimum 8 voedingen per dag
- Baby bepaalt zelf hoeveelheid

Wij ondersteunen jullie zowel met flesvoeding als borstvoeding. Het belangrijkste is dat jij je goed voelt bij jouw keuze!



Verblijf op kraamafdeling

Neonatologie

- Wanneer je baby extra zorgen nodig heeft, kan je baby opgenomen worden op neonatologie:
 - Baby's geboren voor 36 weken
 - Gewicht bij geboorte onder 2500 gram
 - Slecht drinkgedrag
 - Minder goede start na de geboorte
 - Medicatiegebruik tijdens zwangerschap
 - Te lage temperatuur bij de baby
(als huid op huid-contact niet voldoende helpt)

Deze afdeling neonatologie bevindt zich tussen het verloskwartier en de kraamafdeling. Om de rust van de baby's hier te waarborgen is er enkel beperkt bezoek mogelijk. Bezoekmomenten worden daarom steeds ingepland in overleg met de vroedvrouw, bij voorkeur minstens 1 dag van tevoren. Ouders altijd uiteraard steeds welkom op de afdeling. Broertjes en zusjes zijn welkom als ze niet ziek of verkouden zijn.



Verblijf op de kraamafdeling

Bezoek

Als vroedvrouwen willen we jullie zo goed mogelijk voorbereiden om thuis alleen voor je baby te zorgen. Doordat het verblijf op de kraamafdeling heel kort is geworden, krijgen jullie veel informatie op korte tijd te verwerken. Bovendien moet mama nog herstellen van de geboorte.

We vragen dat jullie bezoekers daarom onze bezoeksregeling respecteren en lawaaihinder beperken, zowel voor je eigen herstel als dat van je medepatiënten.

De bezoeken op de kraamafdeling lopen van 14 tot 18 uur. Er zijn twee keer twee extra bezoekers per dag (buiten eigen gezinsleden) toegelaten.

- Eenpersoonskamer
 - Partner hoeft zich niet te houden aan bezoeken
- Tweepersoonskamer
 - Spreek af met je kamergenote zodat bezoek niet gelijktijdig langskomt



Naar huis

- Ontslag wordt bepaald in samenspraak met gynaecoloog en kinderarts
- Op dag van ontslag wordt baby nog volledig nagekeken door kinderarts
- Verdere opvolging thuis door zelfstandige vroedvrouw
 - Controles bij mama (bloedverlies, perineum, parameters, herstel)
 - Controles bij baby (kleur, gewicht, voeding, eventueel Guthrietest)

Tip:
Leg rond 24 weken
zwangerschap een
zelfstandige vroedvrouw
vast. Je vindt een lijst op
onze website.



POP-poli

De roze wolk een broze wolk?

- Zwangerschap en geboorte is een unieke gebeurtenis die veel veranderingen met zich meebrengt: lichamelijk, emotioneel, sociaal, relationeel en seksueel. Emoties, vreugde, ontluikende ouderliefde, dromen en hoop maar ook: angst, onzekerheid, teleurstelling, twijfel, verdriet, onrust, ... zijn dan ook PERFECT normaal.
- Wanneer neem je contact op met onze 'POP poli' psychologe?
 - Bij twijfel
 - Als je je zorgen maakt
 - Als je je uit evenwicht voelt
 - Zowel tijdens de zwangerschap als na de geboorte
 - Richtprijs eerste consult is 10 euro, volgende consulten 55 euro, gratis tijdens verblijf op kraamafdeling
- Hoe neem je contact op? poppoli.azvoorkempen@emmaus.be of telefonisch 03 380 26 02



Sociale dienst

Waarvoor kan je nog bij de sociale dienst terecht?

- Organisatie thuiszorg (kraamzorg, poetshulp, dienstencheques, ...)
- Administratieve taken (info rond aangifte, aanvraag kinderbijslag, moederschapsrust, ...)
- Specifieke informatie (verhoogde kinderbijslag, ...)

Hoe neemt je contact op?

- Via arts of vroedvrouw
- Rechtstreeks - vragen naar Corinne Schrauwen
 - Bereikbaar elke werkdag tussen 9 en 16 uur - behalve op woensdag
 - Telefonisch op 03 380 20 20 of via email socialedienst.azsintjozef@emmaus.be
 - Na afspraak



Kind en Gezin

Zwangerschap

- Eerste kennismaking
 - voorstellen dienstverlening
 - behoeften en verwachtingen
 - verandering leven door geboorte baby
- Kinderopvang

Na de geboorte

- Voedingsadvies
- Vaccinaties
- Opvoeding
- Gezondheid
- Ontwikkeling

Check op hun website

- Kinderopvangadressen
- Checklist 'mijn 9 maanden' en 'na de geboorte'
- Nieuwsbrief en magazines
- Informatie allerlei

www.kindengezin.be
078 150 100



AZ Voorkepen
algemeen ziekenhuis
emmaüs



AZ Voorkempen

algemeen ziekenhuis
emmaüs