

Gynaecologie
Verloskunde



ONTHAALBROCHURE VERLOS-EN KRAAMAFDELING



Informatie voor patiënten



www.azoudenaarde.be
Volg ons op f  in



Welkom

De directie, de dokters en de vroedvrouwen van Algemeen Ziekenhuis Oudenaarde wensen je van harte proficiat met je zwangerschap.

Wij zijn daarbij ook zeer verheugd dat je samen met je partner voor onze kraamafdeling hebt gekozen om er te bevallen.

Om jouw verblijf zo aangenaam mogelijk te laten verlopen, geven wij je graag meer informatie over de werking van onze afdeling. In deze infobrochure zal je een antwoord vinden op tal van vragen.

Wij overhandigen je deze brochure vóór de opname, zo heb je rustig de tijd om alles door te nemen.

Mocht je na het lezen nog vragen hebben, aarzel dan niet om contact op te nemen met de kraamafdeling op het nummer **055 33 61 99**. Wij staan **24 uur op 24 uur ter beschikking!**

Het team van dokters en vroedvrouwen wenst je verder een aangename zwangerschap, een vlotte bevalling en een prettig verblijf!



Medische en paramedische staf

Gynaecologen:

- Dr. CLAEYS Jan
- Dr. GHESQUIERE Greet
- Dr. DALLEQUIN Marie- Christine
- Dr. DALEWYN Lieve
- Dr. SHIRI Maryam
- Dr. BRUSSELMANS Francis

Kinderartsen :

- Dr. HEYMAN Mieke
- Dr. MUNTEANU Irina
- Dr. KIRAT Nesrine
- Dr. VAN LIERDE Bernard

Anesthesisten :

- Dr. COOMAN Francis
- Dr. DOUTRELUIGNE Maxim
- Dr. PAILLOT Véronique
- Dr. SEGERS Steven
- Dr. VANHERPEN Sophie
- Dr. ANSSENS Sarah
- Dr. RIJCKAERT Lieselot
- Dr. BOGAERT Filip
- Dr. MENEGATI

Vroedvrouwen kraam- en verlosafdeling:

Nel, Gaëlle, Famke, Orfee, Annelies, Inge, Evy, Rita, Eline, Shana, Yanah, Elke, Jolien, Emmely, Ellen, Lien, Steffi

Vroedvrouw poli/ secretariaat gynaecologie:

Luna

(monitor controles, fertiliteitsbegeleiding, inplannen afspraken bij de gynaecologen, beantwoorden van al je vragen,...)

Bereikbaar op 055/33.60.45 (tussen 8u-16u)

Hoofdvroedvrouw:

Bruneel Jelyssa

Bereikbaar op 055/33.61.99

Kinderverzorgster:

Jessica



Inhoudstafel

Kamers

Vorbereiding

Prenatale kiné

Infoavonden

vroedvrouwconsultaties

Suikertest

Vaccinaties

Kinkhoest

Griep

RSV

Administratie

Groepakket

Erkenning

Hospitalisatieverzekering

Kraamzorg

Zelfstandige vroedvrouw

Wat breng je mee (checklist)

Opname

Wanneer kom je naar de kraamafdeling

Opname op de geboortekamer

Arbeid

Bevalling

Onderwater bevallen

Epidurale verdoving

Eerste zorgen

Sectio of keizersnede

Geboorteplan

Zwangerschapschecklist

Je verblijf op de kraamafdeling

Dagindeling

Maaltijden

bezoekuren

parking

verblijfsduur

kraambed

kraambed na keizersnede

postnatale oefeningen

seksualiteit en contraceptie

babyblues

zorgen aan de baby

controle door de kinderarts

babybad

krampjes

afdeling pasgeborenen

Weetjes

Geel zien- fototherapie

Hieiprik

Wiegedoodpreventie

Voeding

Borstvoeding

Flesvoeding

K&G- Opgroeien

Formaliteiten

geboorteaangifte

extramurale dienstverlening

kraamzorg

Ontslag

Mamacafé

infoavond

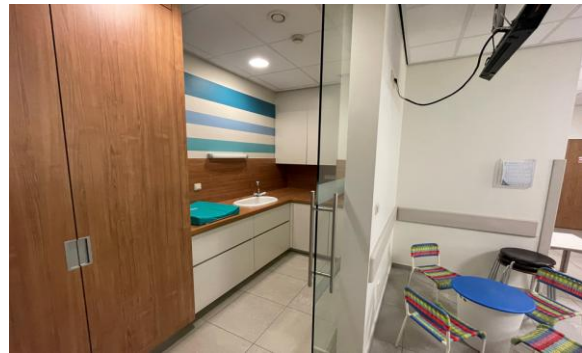
Socials



Soorten Kamers

Luxe suitekamer:

- ruime éénpersoonskamer met afzonderlijke babybox
- zit- en kinderhoek
- badkamer met douche, lavabo en toilet
- minikeuken met microgolf en Espresso machine Xpress OH Rombouts
- verblijf partner inbegrepen (partnerbed + 3 maaltijden)
- de arts kan een bijkomend honorarium vragen



Suite kamer:

- grote éénpersoonskamer met afzonderlijke babybox
- badkamer met douche, lavabo en toilet
- koffiezetapparaat
- verblijf partner inbegrepen (partnerbed + 3 maaltijden)
- de arts kan een bijkomend honorarium vragen



Eénpersoonskamer:

- gewone éénpersoonskamer
- badkamer met douche, lavabo en toilet
- de arts kan een bijkomend honorarium vragen



Tweepersoonkamer:

- kamer is voorzien van een babybox
- badkamer met douche, lavabo en toilet
- geen supplement kamer
- de arts vraagt geen bijkomend honorarium



Voor welk type kamer je ook kiest de zorg zal steeds dezelfde zijn.

Op eenpersoonkamers kunnen de artsen **supplementen** aanrekenen.

Op de **eenpersoonkamer** kan de **partner blijven overnachten en genieten van maaltijden mits een toelage**. Er is keuze tussen enkel ontbijt, of alle maaltijden. We vragen deze keuze door te geven aan de vroedvrouw en de keuze is geldig voor het hele verblijf.

Op de **luxe- en suitekamer** is er een **verblijf voor de partner inbegrepen** (bed + maaltijden).

Tijdens je verblijf kan je de maaltijden voor jezelf samenstellen en bestellen via je smartphone d.m.v. een persoonlijke QR-code.

Alle kamers zijn voorzien van een **telefoon, tv, koelkast, glazen en wifi**. Op de afdeling is een '**partnerhoekje**' ingericht waar je terecht kan voor de afwas, het gebruik van de microgolfoven en het uitlenen van onze vazen. We beschikken over een winkelkar, deze kan je gebruiken om materiaal van en naar de auto te brengen.

Bij de opname onderteken je een **formulier aan het onthaal** waarmee de **kamerkeuze wordt** bevestigd. Wanneer jullie kiezen voor luxe- suite of suite kamer wordt ook een voorschot gevraagd.



Vorbereiding

Prenatale kiné

Voor prenatale kine kan je terecht bij **Evelyne Geldof**, kinesitherapeut gespecialiseerd in pre- en postnatale kine. **055/33.64.01**. Dit zijn individuele sessies.

Indicaties voor een sessie:

- zwangerschapsgelateerde bekken- en lage rugklachten
- bekkenbodemp Problemen (incontinentie, verzakking)
- voorbereiding op arbeid en bevalling
- ademhalingsoefeningen en aanleren perstechnieken
- oefeningen in het bevallingsbad

Tijdens je verblijf op onze kraamafdeling krijg je ook kiné aan bed, 1 keer na een vaginale bevalling, 2 keer na een keizersnede. Meer indien nodig.

Infoavonden

Ons team vroedvrouwen en gynaecologen willen jullie graag voorbereiden op de zwangerschap, arbeid en bevalling.

Deze infoavond wordt éénmaal per kwartaal ingericht voor een grotere groep zwangeren en hun partner. Voor info zie onze website en volg ons op onze socials (instagram/ facebook).

Vroedvrouwenconsultaties

Onze vroedvrouwen bespreken jullie wensen, verwachtingen en persoonlijke vragen met betrekking tot de geboorte van jullie baby. Dit zijn individuele consulten. Partner is uiteraard ook welkom.

De **eerste vroedvrouwenconsultatie** gebeurt rond een zwangerschapstermijn van **20 weken**. Er wordt tijdens deze consultatie voornamelijk stil gestaan bij de administratieve kant van de zwangerschap, arbeid en bevalling. We geven uitleg over de nodige vaccins en onderzoeken die zullen plaatsvinden in de loop van de zwangerschap. We beluisteren de harttonen van de baby en nemen je bloeddruk.



De **tweede vroedvrouwenconsultatie** gebeurt rond een zwangerschapstermijn van **30 weken**. Tijdens deze consultatie krijg je informatie over arbeid, bevalling, pijnbestrijding,... We nemen jullie mee voor een rondleiding op de kraam- en verlosafdeling. Ook tijdens dit consult beluisteren we de harttonen van de baby en nemen we je bloeddruk.

Uiteraard beantwoorden wij met plezier al jouw vragen of ongerustheden en stellen we samen een geboortepan op. *(zie geboortepan verder in deze brochure)*

De consultaties gaan door op de kraamafdeling op:

Maandag 13:00 uur – 21:00 uur

Woensdag 08:30 uur – 11:30 uur

Donderdag 08:00 uur – 12:00 uur

Je kan zelf een afspraak inplannen via www.afspraken.be of telefonisch op 055/33.61.99

Perinatale-mentale gezondheid

Een op de vijf vrouwen ervaart tijdens de perinatale periode **psychische problemen**. We vinden het belangrijk om hier aandacht voor te hebben.

Hiervoor werken wij met een **korte vragenlijst** die jullie in de zwangerschap invullen. *(zie flyer: (B)roze wolk).*

<https://forms.zenya.work/91kgqymxo4>



Gelieve de vragenlijst in te vullen voorafgaand aan je eerste vroedvrouwconsultatie of zo snel mogelijk na het ontvangen van de info en folder rond perinatale gezondheid.

Na het invullen van de vragenlijst zal je hierover feedback ontvangen.

Als er op basis van jouw antwoorden aanwijzingen zijn dat je je mentaal minder goed voelt, kan je door onze psychologe gecontacteerd worden.



Aarzel niet om zelf contact op te nemen als je ergens mee zit.

Contactgegevens:

- Kraam- en verlosafdeling: 055 33 61 99
- Secretariaat gynaecologie: 055 33 60 45 (vroedvrouw Luna)
- Psychologe (Kim Delombaerde): 055 33 66 19 of kim.delombaerde@azoudenaarde.be
- Sociale dienst (Fien Verhaeghe): 055 33 66 31 of fien.verhaeghe@azoudenaarde.be

Heb je dringende hulp nodig?

- Contacteer jouw behandelend arts of huisarts.
- Meld je aan bij onze spoedafdeling.
- Contacteer de Zelfmoordlijn via telefoonnummer 1813 of chat via <https://www.zelfmoord1813.be/>
- Contacteer Tele-Onthaal via telefoonnummer 106 of chat via <https://www.tele-onthaal.be/>

Diabetesconsultaties

Als er bij jou **zwangerschapsdiabetes** werd vastgesteld na het doen van de suikertest, dan kan je terecht bij ons **diabetesteam**. Bestaande uit vroedvrouw Ellen, diëtiste Manon en endocrinoloog Dr. Vantomme.



Deze consultaties gaan door op donderdag van 13:00 uur -16:00 uur op de kraamafdeling.



Lactatieconsultaties

Twijfel je nog over het al dan niet geven van borstvoeding? Heb je een minder goede ervaring en wil je het graag nog eens een kans geven?

Onze **lactatiekundigen** Evy, Famke en Steffi geven jullie met veel plezier en veel toewijding voorlichting en advies over het geven van borstvoeding en de vele voordelen ervan. We maken er een **interactieve consultatie** van.

We oefenen samen verschillende houdingen om je baby aan te leggen, we tonen video's en we gebruiken leuke attributen om alles te visualiseren.



De lactatieconsulten zijn **individueel**. Ook de partner is welkom. De consulten gaan door op dinsdag van 08:00 uur – 16:00 uur op de kraamafdeling.

Je kan zelf een afspraak inplannen via www.afspraken.be of telefonisch op 055/33. 61.99



Suikertest

Iedere zwangere moet **tussen de 24 en 28** weken een suikertest ondergaan. Deze test spoort zwangerschapsdiabetes op. Je zal een gesuikerd drankje krijgen die je volledig moet uitdrinken. Eerst word je nuchter bloed geprikt en dan wordt de bloedafname herhaald 1 uur en 2 uur na het uitdrinken van het drankje. (= 3 bloedafnames)

De suikertest is niet op afspraak en gaat door op het **labo van het AZ Oudenaarde**. In het weekend kunnen geen suikertesten afgenomen worden. Neem zeker vignetten mee met je naam op. (aan de zuilen aan de ingang van het ziekenhuis te verkrijgen met je identiteitskaart)

Je mag zelf bepalen wanneer je de suikertest wil doen. Doe deze best in de voormiddag en zeker nuchter.

We vragen om niet te veel inspanning te leveren/ niet teveel rond te lopen tijdens de suikertest. Er is ruimte aan het Labo om te wachten. Neem gerust iets mee om je bezig te houden. (vb. boek,...)

We vragen ook om de avond vooraf geen te gesuikerde maaltijden/ uitgebreide maaltijd(en) te benutten.

Een klein slokje water tijdens de test mag.

Bij misselijkheid, de avond vooraf 2x comprimés navalit voor slapen gaan, innemen.

Het resultaat van deze test is snel gekend. Je kan in de namiddag contact opnemen met onze polivroedvrouw Luna op het nummer 055 33 60 45.

Bij gestoorde waarden plant Luna je in voor een consult bij onze diabetesreferentie vroedvrouw.



Vaccinaties

Kinkhoestvaccin

Aan **iedere zwangere** vrouw wordt een kinkhoestvaccinatie **tussen week 24 en week 32 zwangerschap** aanbevolen, ongeacht of de vrouw voordien een herhalingsinenting kreeg. De antistoffen tegen kinkhoest die de zwangere vrouw door de vaccinatie aanmaakt, gaan via de placenta naar de foetus. Zo is je baby al van bij de geboorte beschermd tegen kinkhoest.

Het is aanbevolen om partner en naasten ook te vaccineren (5 jaar geldig).

Kinkhoest is een zeer besmettelijke ziekte van de luchtwegen en wordt gekenmerkt door hevige en aanhoudende hoestbuien.

Kinderen jonger dan 1 jaar zijn gevoeliger voor ernstige complicaties, vooral als ze niet gevaccineerd zijn.

Kinkhoest kan leiden tot oog- en neusbloedingen, voedingsmoeilijkheden, zuurstofgebrek door de hoestbuien, long- en oorontsteking, stuipen, hersenletsel en overlijden.

Dit is een **gratis** vaccin en wordt door de **huisarts** toegediend.

Griepvaccin

Als je zwanger bent tijdens het **griepseizoen** (van oktober tot eind december) kun je je best laten vaccineren tegen de griep. Griepvaccinatie tijdens de zwangerschap beschermt ook jullie baby tijdens de eerste maanden na de geboorte.

Dit vaccin wordt **gedeeltelijk terugbetaald** door het ziekenfonds en wordt door de **huisarts** toegediend.



RSV-vaccin

Het RS(respiratoir syncytieel)-virus is de meest voorkomende oorzaak van luchtweginfecties bij kinderen. Het virus komt vooral in de wintermaanden voor.

Het RS-virus is een virus dat luchtweginfecties veroorzaakt. Vooral baby's kunnen heel erg ziek worden van het RS-virus. Zij kunnen benauwd worden door een ontsteking van de kleine luchtwegen (bronchiolitis) of een longontsteking krijgen.

Het vaccin is nieuw sinds eind 2023. Momenteel is er nog **geen terugbetaling** mogelijk voor vaccinatie van zwangeren, het is niet verplicht. Het vaccin kost **€185** en wordt geadviseerd tijdens de winterperiode (oktober – maart). Je kan het enkel verkrijgen op voorschrift en laten toedienen door de huisarts in het derde trimester van de zwangerschap (**tussen de 28-36 weken** zwangerschap).

Vaccinatie of directe antistoftoediening aan de baby is ook mogelijk en geeft langer bescherming aan het kind, wordt seizoensmatig op het juiste moment toegediend.

Voor baby's die geboren worden in de wintermaanden en dus tijdens het RSV-seizoen, is het nuttig om het medicijn zo snel mogelijk te laten toedienen. Vooral voor premature baby's is dit enorm belangrijk en kan het een groot verschil maken. Dit vaccin wordt wel **terugbetaald**. (enkel 12 euro remgeld)



Rhogam/ Immunorho®

In het begin van de zwangerschap worden je bloedgroep en Rhesusfactor bepaald (indien je die nog niet kent). Als je **rhesus negatief** bent en je partner is rhesus positief, dan kan je baby rhesus positief zijn. Als er dan contact optreedt tussen het bloed van jezelf en dat van je baby, kan je lichaam antistoffen maken tegen de rode bloedcellen van je baby.

Bloedgroep en Rhesus-factor van de baby kunnen bepaald worden bij de NIPT-test.

De Rhogam inspuiting is een inspuiting met immunoglobulines. Deze inspuiting wordt gegeven door de huisarts rond **28 weken** zwangerschap en dit kan samen met het kinkhoestvaccin.

Na de bevalling wordt de bloedgroep en Rhesus factor van de baby bepaald via het navelstrengbloed, tenzij deze reeds gekend is via de NIPT- test. Indien je pasgeborene rhesus positief is, zal jij als mama binnen de **72uur na geboorte** opnieuw een Rhogam® spuit krijgen.



Administratie

Groeipakket

Dit moet je **zelf online** aanvragen **vanaf 24 weken** zwangerschap met een **attest van je gynaecoloog of vroedvrouw**. Vlaanderen telt 5 uitbetalers: Fons - Parentia - Infino - Kidslife en MyFamily.

Het groeipakket omvat:

- een eenmalig **startbedrag** van € 1.214,49 (*tarief 2024*)
- een maandelijks basisbedrag per kind
- schoolbonus
- extra toeslagen afhankelijk van je situatie

Erkenning

Indien jullie niet getrouwd zijn, is er de mogelijkheid om tijdens de zwangerschap jullie baby vooraf te **erkennen**. Voor een erkenning gaan beide ouders samen naar de Burgerlijke stand (in jullie gemeente) met een attest van de vermoedelijke bevallingsdatum opgemaakt door de gynaecoloog.

Is dit niet op voorhand gebeurd, dan moet de mama meegaan om de geboorteaangifte te doen hier in Oudenaarde.

Hospitalisatieverzekering

Heb je een hospitalisatieverzekering? Bekijk dan zeker de polis van je verzekering in functie van terugbetaling van de ziekenhuiskosten.

Wens je een kostenraming, kijk dan zeker eens op de website. Hier vind je alle nodige informatie over je ziekenhuisverblijf.

Bijkomende vragen rond ziekenhuiskosten:

Dienst tarificatie:

055/ 33. 66. 87 of 055/ 33. 66. 56

facturatie@azoudenaarde.be

(bereikbaar van 08:45u – 11:45u & 13:15u – 16:15u)



Kraamzorg

Voor elke moeder is een extra hulp en ondersteuning tijdens de eerste dagen thuis meer dan welkom. Je kan je o.a. tot de mutualiteit richten voor kraamhulp aan huis, alsook i-mens, de Kraamkaravaan (Oost- Vlaanderen) of de wieg (West-Vlaanderen); zowel vóór als na de bevalling.

Vraag tijdig kraamzorg aan!

Zelfstandige vroedvrouw

We raden aan om tijdens je zwangerschap al op zoek te gaan naar een zelfstandige vroedvrouw in je buurt die je na de bevalling verder thuis zal opvolgen.

Wij werken samen met de vroedvrouwen van de tiende maand.

Indien je zelf geen vroedvrouw kent of reeds contact hebt genomen met een vroedvrouw dan zal de vroedvrouw tijdens de vroedvrouwconsultatie contactgegevens van de vroedvrouw van de tiende maand verantwoordelijk voor jouw regio meegeven.

www.tiendemaand.be



Wat breng je mee?

Administratief:

- ☐ Identiteitskaart
- ☐ Indien samenwonend: ev. erkenningsbewijs
- ☐ Moederboekje
- ☐ Onthaalmap patiënt (je ontving deze van de gynaecoloog)
- ☐ Inge vulde vragenlijst + ondertekend informed consent (geel formulier)



Voor de mama:

- ☐ Toiletgerief (douchegel, kam, tandenborstel, tandpasta,...)
- ☐ Washandjes
- ☐ Handdoeken
- ☐ Badhanddoeken
- ☐ Gemakkelijke kledij om in te bevallen
- ☐ Onderbroeken en (borstvoedings-)bh's
- ☐ (Nacht)kledij
- ☐ Schrijfgerief
- ☐ Pantoffels
- ☐ Ev. thuismedicatie/ (zwangerschaps)vitamines
- ☐ **Maandverbanden zijn gratis** ter beschikking
- ☐ Ev. fototoestel
- ☐ Ev. steunkousen (bij keizersnede)
- ☐ Keukenhanddoek + detergent



Voor de baby:

- ☐ Kleding (maat 50-56) en sokjes voor elke dag
- ☐ Haarborsteltje
- ☐ **Verzorgingsproducten** zijn op de kraamafdeling te verkrijgen aan voordelige prijs. (*inhoud, zie foto*)
- ☐ Muts(en) (je krijgt 1 muts bij geboorte)
- ☐ **Pampers en vochtige doekjes zijn gratis** ter beschikking
- ☐ Voorzie één (warm) babysetje voor vlak na de geboorte: body en pakje



Opname

Overdag kom je rechtstreeks naar de kraamafdeling (1^e verdieping).
Van **20 uur tot 7 uur** kom je binnen via spoed. (zijkant ziekenhuis)

Wanneer kom je naar de kraamafdeling

Bij regelmatige, pijnlijke contracties (om de 5 min)

Soms is het moeilijk om een onderscheid te maken tussen harde buiken en echte weeën. Harde buiken voelen oncomfortabel maar doen geen pijn.

Weeën zijn pijnlijke harde buiken die in het begin onregelmatig zijn maar geleidelijk aan regelmatig, pijnlijker worden en langer aanhouden.
Indien regelmatige, pijnlijke en lang aanhoudende weeën spreken we van arbeid.

TIP: indien je het gevoel hebt van pijnlijke harde buiken, hou dan zeker de tijd tussen 2 opspanningen bij en blijf timen of deze tijd regelmatig is en korter duurt. Indien dit het geval is, ongeacht de zwangerschapstermijn neem je best contact op met de kraamafdeling.

Harde buiken ≠ contracties

HARDE BUIKEN (vanaf 2^e trimester)

Buik spant op

Niet pijnlijk

Onregelmatig

Geen invloed op ontsluiting

CONTRACTIES

Buik spant op

Pijnlijk en intenser

Regelmatig

Invloed op de ontsluiting



Indien harde buiken frequent zijn:
LUISTER NAAR U LICHAAM en neem voldoende rust!

Evolutie naar 'echte' contractie



Bij helder bloedverlies

Na een vaginaal onderzoek of na seksueel contact is het mogelijk dat je wat bruin- of bloedverlies hebt. Wanneer je veel en helder bloed verliest, kom je best zo snel mogelijk naar de kraamafdeling.

Bij oncontroleerbaar vochtverlies

Wanneer je (helder, groen of bruin) vochtverlies hebt, kom je naar het ziekenhuis. Het verlies kan druppelsgewijs, weinig of veel zijn.

Bij verminderde kindsbewegingen

Beweegt de baby minder dan dat je normaal gewoon bent?
Heb je de baby al sinds een tijd niet meer voelen bewegen?
Kom dan best even langs op de kraamafdeling.

Na een val, verkeersongeval of stamp in de buik**Bij hevige hoofdpijn en/of pijn t.h.v. maagstreek en/of wazig zien**

Bij ongerustheid, zorgen of twijfels kan je ons steeds telefonisch bereiken op het nummer **055 33 61 99** of neem contact op met je arts.



Opname in de geboortekamer

Indien er in samenspraak met de gynaecoloog beslist wordt tot opname, worden jullie naar de geboortekamer gebracht. Jullie verblijven daar van bij opname tot na de bevalling. De arts volgt de arbeid vanop afstand op. Alle stappen/handelingen gebeuren steeds in overleg met de arts.

Om een optimale begeleiding en voldoende rust te bieden, is op de verlosafdeling **geen bezoek toegelaten**. Indien je alleenstaand bent, of je partner je niet kan vergezellen, mag je zelf iemand anders kiezen die je zal vergezellen tijdens de arbeid. Meerdere personen worden niet toegestaan.

Wat doen we bij opname

- de **administratie** in orde brengen (kamerkeuze, hospitalisatie,...)
- een **identificatiebandje** rond je linker pols bevestigen (verplicht aan te houden gedurende het volledige verblijf)
- de **bloeddruk** en **temperatuur** nemen
- het **vaginaal onderzoek** (ontsluiting, verstrijking van de baarmoederhals en de indaling van het babyhoofdje bepalen)
- de **harttonen** beluisteren
- **geboorteplan** overlopen
- de **schaamstreek** scheren
- een **lavement** toedienen



Arbeid

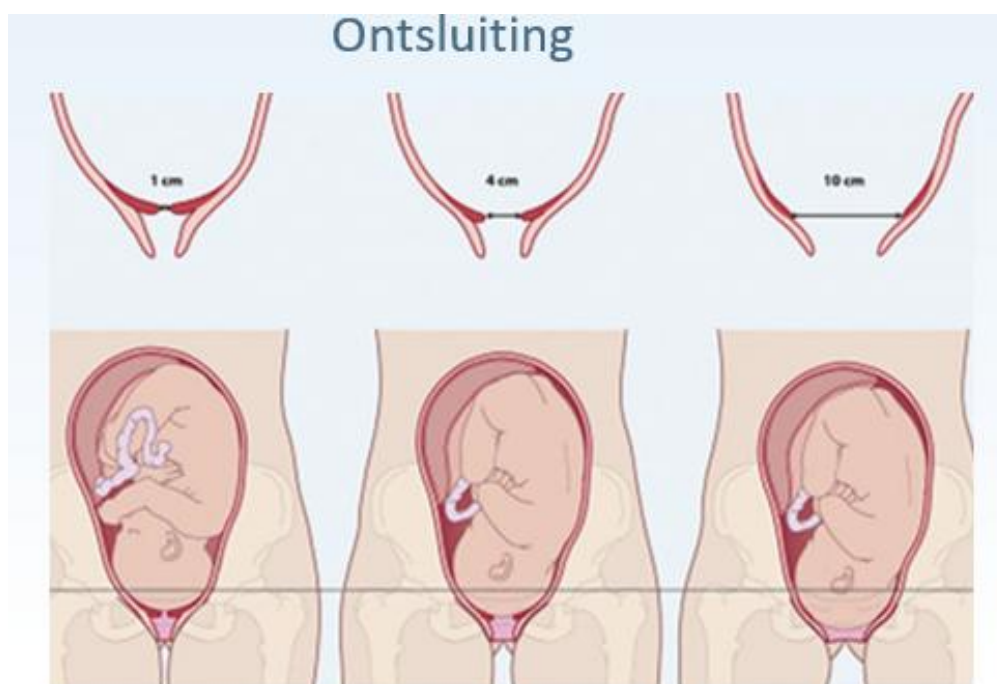
Hoelang de arbeid zal duren en wanneer de bevalling juist zal plaatshebben, is moeilijk in te schatten.

Wanneer de arbeid goed op gang is (regelmatige, pijnlijke contracties om de 2 à 3 minuten) en als de baarmoedermond voldoende rijp en week is, ontsluit een zwangere vrouw **gemiddeld 1 cm per uur**. Dit kan sneller gaan vanaf een tweede of derde kindje. We zullen je regelmatig onderzoeken om de evolutie in de ontsluitingsfase te bepalen.





Baarmoederhals verkort en wordt dun.



Baarmoederhals gaat open
van 0 tot 10 cm (volledige ontsluiting)



Op regelmatige tijdstippen gebruiken we een **CTG-toestel** om de conditie van de baby en de regelmaat van de contracties te beoordelen.

In principe mag je een houding aannemen die je zelf verkiest: liggen, zitten op een stoel of een bal of rondlopen. Dat is geen probleem aangezien CTG–controle ook kan gebeuren met **een draadloos systeem**.



Zeg aan de vroedvrouw en je partner wat je wil. De weeën kunnen pijnlijk zijn. Probeer je zo goed mogelijk te **ontspannen**. Concentreer je op je **ademhaling** door langzaam in en uit te ademen. Als dat niet lukt, verloopt de ontsluiting van de baarmoederhals en de indaling van je baby moeizamer.

De manier waarop je je het best kan ontspannen, verschilt van persoon tot persoon. We raden je dan ook aan om veel te **bewegen en van houding te veranderen**. Je kan gebruik maken van de zitbal, een warmte pak, kussens, een ontspannend bad nemen, muziek afspelen,... Hierdoor worden de contracties draaglijker en als minder pijnlijk ervaren.

Tijdens de arbeid kan je iets lichts eten en/of iets drinken. (sportdranken).

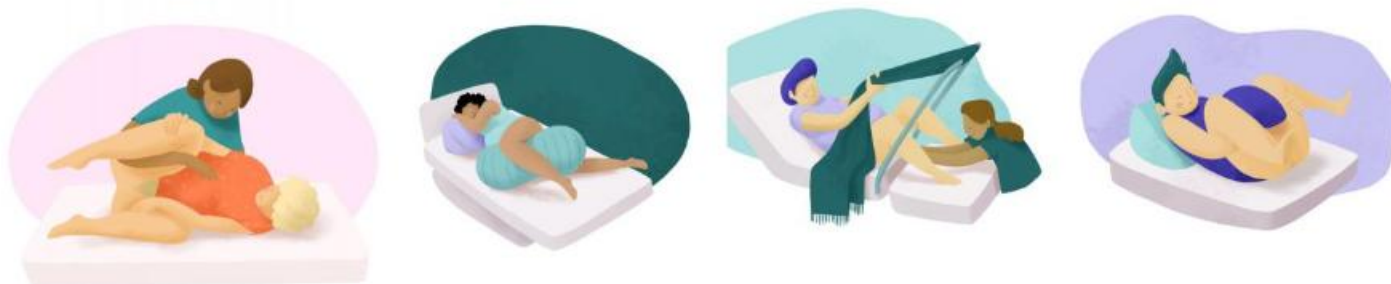
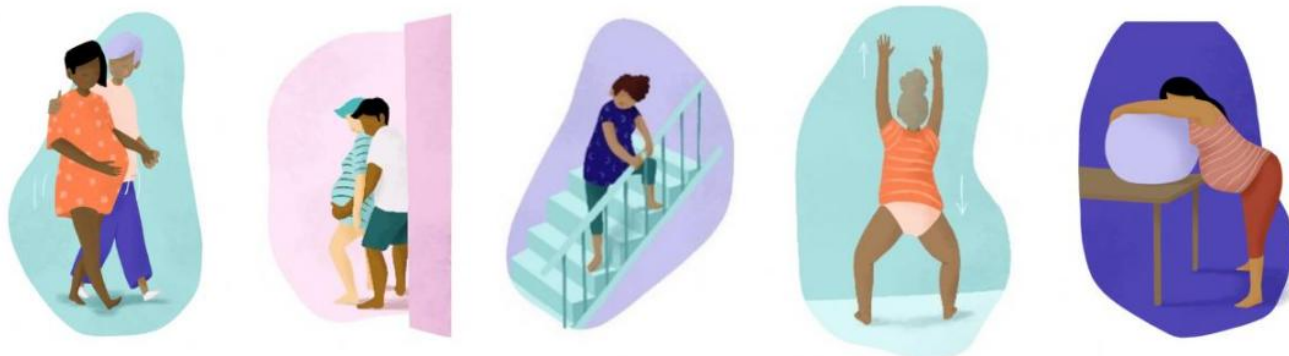
Als je volledige ontsluiting (10cm) hebt, is de ontsluitingsfase voorbij en begint de uitdrijvingsfase. Nu mag je beginnen **persen**.

Je baby daalt verder in door de weeën en door je eigen perskracht.

Soms beslist de arts of vroedvrouw om een **knip (episiotomie)** te plaatsen. Dat kan nodig zijn als het perineum dreigt te scheuren, of als de baby om een of andere reden sneller geboren moet worden.



Mogelijke houdingen in arbeid en bevalling



Virtualreality bril (VR-bril)

De kraamafdeling is een plek waar verwachtingen, emoties en ervaringen samenkomen. Het is een moment van vreugde en soms angst.

VR wint steeds meer terrein binnen de gezondheidszorg. Ook de kraamafdeling maakte recent kennis met deze technologie om pijn en angst zoveel mogelijk te voorkomen.

VR-brillen worden traditioneel geassocieerd met entertainment en gaming, maar hun toepassingen strekken zich veel verder uit. Op de kraamafdeling worden VR-brillen ingezet om de geboorte-ervaring te verbeteren, om de pijn te verminderen en de stress te verlichten.

Bevallen kan een intense ervaring zijn, zowel fysiek als emotioneel. VR-brillen kunnen worden gebruikt om afleiding te bieden van pijnlijke sensaties en stressvolle gedachten. In een andere werkelijkheid zijn, zorgt voor afleiding. Hierdoor gaan er minder pijnprikkels naar je hersenen. Met VR-bril kunnen vrouwen tal van ontspannings- en ademhalingsoefeningen doen

Door de gebruiker onder te dompelen in een rustgevende virtuele omgeving, zoals een serene natuurlijke setting of een ontspannende meditatieve ruimte, kan de perceptie van pijn verminderen en de stressniveaus verlagen. Ze kunnen zich o.a. naar het strand, de bergen of zelfs de bodem van de oceaan teleporteren. Zowel de rustgevende muziek als het stemgeluid kan naar eigen wensen worden ingesteld.

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat de pijnscore gemiddeld met 2 punten daalt op een schaal van 0 (geen pijn) tot 10 (hevige pijn).



Bevalling

Tijdens de bevalling zijn volgende personen aanwezig in de verloskamer: de **gynaecoloog, vroedvrouw, je partner, soms de kinderarts en een student-vroedvrouw.**

Van zodra je baby geboren wordt, leggen we hem/haar direct op je blote huid. Je baby wordt afgedroogd, krijgt een muts op het hoofd en wordt toegedekt met warme doeken. Dit wordt **skin-to-skin** genoemd. De baby ligt een uur lekker knus op de mama. Ondertussen wordt de placenta geboren en kijkt de arts na of je perineum moet hersteld worden. De vroedvrouw controleert regelmatig je bloedverlies.

Het **huidcontact** bevordert de moeder-kindbinding. De baby's ruiken mama, voelen mama's warmte, horen de vertrouwde hartslag en ademhaling, m.a.w. ze voelen zich veilig.

Dit zorgt voor een betere ademhaling, hartslag, zuurstofsaturatie en lichaamstemperatuur bij de baby. Tijdens dit 'gouden' uur is de baby heel alert. We maken hiervan gebruik om je baby voor het eerst aan je borst te leggen. Het is wel belangrijk dat de baby goed kan ademen.

Dit ritueel kan alleen verstoord worden wanneer noodzakelijke zorg voor de moeder of de baby nodig is. De gezondheid van de moeder en de pasgeboren baby staan natuurlijk altijd voorop.

De vroedvrouw verzorgt moeder en kind na dit ononderbroken uur huidcontact in de geboortekamer. Daarna worden jullie samen naar de kamer op de kraamafdeling gebracht. Je kan je baby verder huid op huid laten liggen en gebruik maken van onze draagdoek (*zie folder 'gebruik draagdoek op materniteit'*)



Onderwaterbevallen

Warm water ontspant het lichaam zodat het de pijn verlicht, je minder stress ervaart en meer endorfines (natuurlijke pijnstillers) aanmaakt.

Je wordt gedeeltelijk gewichtloos waardoor je je makkelijker kan bewegen en minder rug- en andere pijn hebt. Het is bewezen dat er vaker een snellere ontsluiting, vlottere arbeid en bevalling plaatsvindt.

Water zorgt voor een grotere soepelheid van het perineum, waardoor de kans op inscheuren of inknippen verkleint.

Voor je baby is een onderwaterbevalling een zachtere overgang van de buik naar de buitenwereld. Je baby begint pas te ademen als hij/zij boven water komt.

Zodra je baby geboren is, wordt hij/zij op je buik gelegd. Zodra de navelstreng is doorgeknipt, neemt de partner de pasgeboren baby even skin to skin over, zodat jij ondertussen uit het verlosbad naar het bed kan stappen. Je krijgt onmiddellijk je baby terug op je blote borst.

De geboorte van de placenta en het eventuele hechten gebeurt op het bed

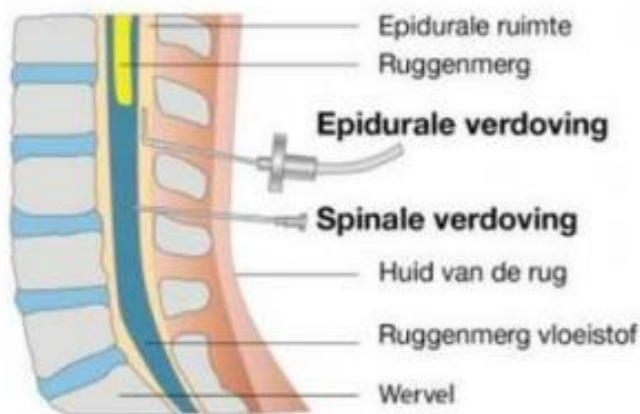
Tegenindicatie:

- Prematuriteit <37w
- Liggingsafwijkingen van de foetus
- Abnormaal vaginaal bloedverlies
- Meconiaal vruchtwater (= stoelgang van de baby in het vruchtwater)
- Abnormaal patroon van de foetale harttonen
- Vermoeden van een moeilijke uitdrijving
- Koorts bij de moeder of andere tekenen van infectie
- Macrosoom (= grote baby verwacht)



Epidurale verdoving = ruggenprik

De epidurale pijnverdooving is een techniek waarbij pijnstillende geneesmiddelen worden ingespoten in de epidurale ruimte van de wervelkolom. Soms wordt een spinale pijnverdooving uitgevoerd (CSE), waarbij de oplossing wordt ingespoten in het ruggenmergvocht waarin het ruggenmerg baadt. Met deze techniek is een kleinere hoeveelheid oplossing nodig en treedt een snellere werking op. Hierdoor verdwijnt de pijn die afkomstig is van de baarmoeder en de bekkenbodem



De keuze voor een epidurale anesthesie wordt, in overleg met de gynaecoloog, door de patiënte zelf gemaakt. Je kan een brochure met meer info over de epidurale vragen aan je gynaecoloog. Je zal een vragenlijst moeten invullen en een toestemmingsverklaring (**informed consent**) ter goedkeuring moeten lezen en ondertekenen, waarmee u bevestigt op de hoogte te zijn van de voordelen en risico's alsook de alternatieven. De ondertekende formulieren zijn noodzakelijk en worden meegebracht wanneer je komt bevallen.

Bij rugproblemen kan prenataal geïnformeerd worden naar de mogelijkheid van een epidurale verdoving.



De eerste zorgen

Na een uur skin-to-skin wordt de baby verzorgd door de vroedvrouw.

- volledig nazicht
- wegen
- lichaamslengte en schedelomtrek meten
- vitamine K-inspuiting in de bil
- identificatiebandje rond beentje
- haartjes wassen indien erg bevuild
- aankleden



De pasgeboren baby wordt nooit gewassen, om afkoeling te voorkomen. Sommige baby's hebben ook nog een laagje huidsmeer. Deze laten we op de huid en is een belangrijke bescherming voor de huid.

Apgar score

De apgar score wordt bij de geboorte, na 5 minuten en na 10 minuten door de vroedvrouw gemeten. Onderstaand vind je een schematische voorstelling waarop de vroedvrouw let bij het geven van de score.

	Criterium	0 punten	1 punt	2 punten
A	Ademhaling	geen	zwak	goed doorhuiten
P	Pols- / hartslag	geen	< 100/min	> 100/min
G	Spierspanning / -tonus	slap	enige flexie van de ledematen	actieve beweging van de ledematen
A	Aspect / kleur	blauw / bleek	blauw bij de extremiteiten	hele lichaam roze
R	Reactie op prikkels	geen	enige beweging	krachtig huilen

Na de eerste zorgen kan de baby terug bij de mama of partner of in het bedje.



Wij hebben draagdoeken ter beschikking wanneer de mama haar baby heel dicht bij haar wil terwijl ze in bed blijft liggen, zoals na een keizersnede. De mama kan zo op een veilige manier met haar baby skin-to-skin doen. De draagdoek is speciaal ontworpen voor de kraamafdeling en is enkel al liggend te gebruiken. Daarom zijn ze niet in de gewone handel verkrijgbaar en enkel voor ziekenhuisgebruik ontworpen.



Sectio of keizersnede

Sectio caesarea is Latijn voor keizersnede: een ingreep die uitgevoerd wordt wanneer vaginaal bevallen om een (medische) reden niet mogelijk is. Een keizersnede is een operatie waarbij de gynaecoloog d.m.v. een insnede in de onderbuik de baby geboren laat worden.

De primaire of geplande keizersnede

Er wordt **op voorhand** beslist dat de baby via een keizersnede geboren zal worden, vb. bij stuitligging. Je bent dus niet in arbeid op het moment van de keizersnede.

De secundaire of niet-geplande keizersnede

Er wordt **tijdens de arbeid** beslist om tot een keizersnede over te gaan.

- Wanneer vermoed wordt dat de baby in nood is
- Wanneer de ontsluiting niet vordert
- Wanneer een keizersnede was gepland, maar u al vroeger in arbeid of met gebroken vliezen wordt opgenomen

Volgende zaken worden uitgevoerd wanneer de baby via een keizersnede geboren wordt:

- Monitor wordt aangelegd
- Bloeddruk, temperatuur, pols worden gemeten
- Identificatiebandje en operatieschoor worden aangedaan
- Onderbuik en schaamstreek worden geschoren
- TED-kousen (anti-flebitis-kousen) worden opgemeten en aangedaan
- Preventief geven we medicatie om je maag te beschermen
- Je wordt naar de operatiezaal gebracht
- Infuus en epidurale worden geprikt
- Blaassonde en infuus worden geplaatst
- Anesthesist, kinderarts, gynaecoloog, vroedvrouw en verpleegkundig team van de operatiezaal zijn aanwezig.
- Bij epidurale verdoving mag de partner tijdens de keizersnede aanwezig zijn.
- Indien de keizersnede onder algemene verdoving gebeurt, wacht je partner in de wachtzaal van de operatiezaal. De baby wordt onmiddellijk na de geboorte aan je partner getoond.
- De baby wordt onmiddellijk onderzocht door de aanwezige kinderarts, daarna wordt de baby op de mama gelegd. De skin-to-skin gebeurt in een



buideldoek. Deze is speciaal ontworpen voor skin-to-skin op de operatietafel.

- De vroedvrouw blijft gedurende de volledige ingreep bij je om de baby te observeren. Indien de mama naar de ontwaakruimte gaat, blijft de baby op de mama liggen en gaat je partner ook mee.
- Jullie blijven samen tot jullie terug naar de kraamafdeling gaan.

Wanneer **skin-to-skin** bij mama niet mogelijk is in de operatiezaal, dan gaat de baby samen met de papa naar de kraamafdeling. Ook hier is er mogelijkheid tot skin-to-skin bij de papa. De baby kan dan op het blote bovenlichaam van de papa gelegd worden tot de mama terug is van de operatiezaal.

Voorbereiding op een geplande keizersnede

Wanneer je op voorhand een datum krijgt voor een geplande keizersnede, dan kom je de dag voorafgaand aan de keizersnede langs op de materniteit voor een voorbereiding. De vroedvrouw zal o.a. een **monitorcontrole uitvoeren, antiflebitiskousen aanmeten en uitleg geven over het nemen van een maagbeschermer de avond voorafgaand aan de keizersnede, alsook het zelf toedienen van een lavement.**

De dag zelf word je 1 uur voor de geplande keizersnede verwacht. Je mag tot 6 uur voorafgaand aan de keizersnede nog eten en 2 uur voorafgaand nog drinken (heldere dranken zoals water, thee, koffie zonder melk, fruitsap zonder pulp en appelsap). Je zal een operatiehemdje krijgen om aan te trekken, er volgt nogmaals een monitorcontrole van de baby, eventueel een echo door de gynaecoloog voor vertrek naar de operatiezaal en je krijgt nogmaals maagbescherming (een pilletje en een drankje). Uiteraard zal de vroedvrouw je het verdere verloop mondeling toelichten.





Geboorteplan

Arbeid

☐


vrij kunnen bewegen

☐


steeds overleg
en verduidelijken

☐


laat me in
mijn bubbel

☐


Zitbal

☐


douchen of
bad mogelijk

☐


aromatherapie

☐


eigen
muziek

☐


gedimd licht

☐


rustige omgeving

Bevalling

☐


badbevalling

☐


geen knip/
episiotomie

☐


persen op
eigen ritme

☐


baby zelf
aanpakken

☐


graag foto's
nemen



Keizersnede



graag foto's
nemen



steeds overleg
en verduidelijken



Pijnstilling/ ontspanning

☐


douchen of
bad mogelijk

☐


Massage

☐


VR- BRIL

☐


Hangtouw

☐


epidurale

☐


geen epidurale

Na bevalling

☐


onmiddelijk
huid-op-huid

☐


navelstreng laten
uitkloppen

☐


placenta
bewaren

☐

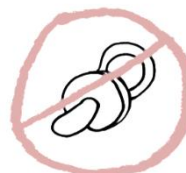

baby bij
partner

☐


Partner knipt navelstreng door

☐


fopspeen

☐


geen fopspeen

☐


baby niet wassen



Voeding

☐

borstvoeding

☐

flesvoeding

Ruimte voor extra notities/ bijkomende wensen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Zwangerschapschecklist

ZWANGER	GEFELICITEERD! ☐ Breng je werkgever en mutualiteit zo snel mogelijk op de hoogte (van zodra echografische bevestiging.) ➔ Vraag een attest van zwangerschap aan je gynaecoloog en geef dit af aan je werkgever en mutualiteit ☐ Griepvaccin (sterk aanbevolen)
Zwanger tussen oktober en maart?	
12w	☐ NIPT- test gehad? (denk eens na of je het geslacht wil kennen en kenbaar wil maken of plan een leuke genderreveal 😊) ☐ Controle gynaecoloog
16w	☐ Plan tijdig een 1^e vroedvrouwconsult in. (online via afspraken.be of tel. 055/33.61.99) ☐ Controle gynaecoloog
20 weken	☐ Structurele echo (baby wordt echografisch in detail bekeken)
18 - 22w	☐ Vragenlijst 'mentale gezondheid' ingevuld? ➔ scan QR code ☐ 1^e vroedvrouwconsultatie gehad?
24 w	☐ Kinkhoestvaccin (maak een afspraak bij uw huisarts) ☐ Suikertest (vanaf nu kan je de suikertest doe) indien verhoogde waardes zal een consult bij de diabetes referentie vroedvrouw ingepland worden. ☐ Vraag het groeipakket aan (online). ☐ Getrouwd? Indien niet getrouwd kan u eventueel erkenning aanvragen bij uw gemeente. ☐ Al een zelfstandige vroedvrouw? ☐ Kraamzorg gewenst? Vraag nu aan. ☐ Controle gynaecoloog
28 w	☐ Suikertest reeds gedaan? (ga hiervoor langs op het labo van het AZ Oudenaarde. Afspraak maken is niet nodig.) ☐ Bloedgroep rhesus negatief? Rhogam vaccin. (maak afspraak bij huisarts) ☐ Heb je al een afspraak voor een 2^e vroedvrouwconsultatie? (maak een afspraak via afspraken.be of bel naar 055.33.61.99) ☐ Controle gynaecoloog
30w	☐ 2^e vroedvrouwconsultatie + rondleiding materniteit gehad ☐ Wens je borstvoeding te geven? Lactatieconsult gewenst? Plan een lactatieconsult in (maak een afspraak via afspraken.be of bel naar 055.33.61.99) ☐ Geboortepremie ontvangen? (uitbetaling vanaf 7 maand)



34 w	☐ Ben je nog werkzaam? Vanaf nu mag je in zwangerschapsverlof gaan. (geen verplichting) LET WEL, deze weken tellen dan niet meer mee na je bevalling. (je hebt in totaal recht op 15 weken. Zwangerschapsverlof ≠ moederschapsrust)
39w	☐ Nog aan het werk? Vanaf nu <u>moet</u> je stoppen en start je zwangerschapsverlof. ☐ Neem rust!
40w	☐ Baby wil nog niet komen? Je wordt vanaf nu om de 2 dagen voor een monitorcontrole in het ziekenhuis verwacht.
BEVALLEN	VAN HARTE GEFELICITEERD! ☐ Aangifte baby binnen de 15d na geboorte (in gemeente van geboorte) ☐ Mutualiteit baby reeds in orde? ☐ Hospitalisatieverzekering baby gewenst? ☐ Al een kinderarts? Maak een afspraak op afspraken.be of bel ... ➔ Maak binnen de 2 weken na ontslag uit het ziekenhuis een afspraak voor controle kinderarts ☐ K&G komt langs. (indien niet gewenst, duidelijk vermelden op de kraamafdeling) ☐ Genieten ☐ TIP: veel foto's nemen! 😊 ➔ Nog vragen na bevalling, ook dan zijn we nog steeds beschikbaar op het nr. 055/33.61.99



Je verblijf op de kraamafdeling

Dagindeling

08.00 uur:	Ontbijt
Voormiddag:	Verzorging mama en baby
12.00 uur:	Middagmaal
14.00 uur:	Koffie + gebakje
Namiddag:	Verzorging mama
17.30 uur:	Avondmaal
Avond:	Verzorging mama

Maaltijden

Tijdens je verblijf kan je zelf de maaltijden samenstellen en bestellen via je smartphone. Scan je persoonlijke QR-code die je zal ontvangen in het begin van je verblijf.

De cafetaria is open van 10 tot 18 uur en in het weekend of op feestdagen van 11 tot 18 uur. Je partner kan hier een maaltijd aankopen en eventueel nuttigen bij mama op de kamer.

Bezoekuren

Bezoek is toegelaten **van 14u tot 20 uur**. Voor je partner zijn er geen beperkingen. De voordeur van het ziekenhuis is om 20.30 uur gesloten. Binnenkomen of naar buiten gaan verloopt dan via spoed.

Parking

De parking van ons ziekenhuis is een betaalparking indien je langer dan 30 minuten parkeert.

Tijdens je verblijf heb je recht op **twee gratis parkeertickets**. Vraag aan de vroedvrouw om je inrijticket te valideren.



Verblijfsduur

Bij een **normale bevalling** bedraagt de verblijfsduur **3 ligdagen**.

Bij een **keizersnede** bedraagt de verblijfsduur **5 ligdagen**.

Het ontslag gebeurt in overleg met de gynaecoloog en de kinderarts.

Het kraambed

Het kraambed is de periode waarin het lichaam herstelt en terug wordt zoals voor de zwangerschap.

De vroedvrouwen zullen je tijdens je verblijf op de kraamafdeling informeren en begeleiden bij de verzorging van jezelf en de baby.

Enkele belangrijke zaken zijn:

- **Bloedverlies en naweeën**

Bloedverlies na de bevalling is normaal. In de eerste dagen is het bloedverlies te vergelijken met hevige maandstonden, het vermindert dagelijks. Na 1 à 2 weken is het bloedverlies nog eerder rood bruin en slijmerig. Dit kan soms tot 6 weken duren.

We vragen om na de bevalling niet alleen op te staan, maar dit de eerste keer samen met de vroedvrouw te doen. We willen voorkomen dat je valt o.w.v. flauw worden door ruime bloedverlies of door de benen zakken (na een epidurale).

Naweeën zijn samentrekkingen van de baarmoeder na de bevalling, die ervoor zorgen dat de baarmoeder terugkeert naar het oorspronkelijke volume. De vroedvrouw zal dagelijks de plaats van de baarmoeder bepalen en het bloedverlies controleren.

Bij een tweede of volgende bevalling kunnen naweeën voorkomen. Deze kunnen met een pijnstiller verlicht worden.

- **Hemorroiden (aambeien)**

Aambeien kunnen in de loop van de zwangerschap ontstaan, maar ook door het persen bij de bevalling. De vroedvrouwen stellen in samenspraak met de arts een juiste behandeling in.



- **Stoelgang**

Na de bevalling is het mogelijk dat de stoelgang moeilijk op gang komt. Je hoeft je daar geen zorgen over te maken. Drink voldoende en neem tijd om naar het toilet te gaan. Stel een toiletbezoek zeker niet uit. In de badkamer staat een klein opstapje dat je kan gebruiken om comfortabeler te zitten. Indien het niet lukt om stoelgang te maken, bespreek je dit best met de vroedvrouw of de arts.



- **De knip of episiotomie**

De knip wordt gehecht met resorbeerbare draad. Deze knip wordt driemaal per dag verzorgd d.m.v. een spoeling. Bij pijn kan je een pijnstiller vragen.

Naast de spoelingen en voor de (extra) hygiëne of indien je pijn hebt bij het plassen o.w.v. de scheur of knip kan je ook een spoelfles vragen.

- **Controle hemoglobine (bloedafname)**

2 dagen na je bevalling zal de vroedvrouw bloed nemen om de waarde van je hemoglobine na te gaan. Bij een te laag hemoglobine kan je je flauw voelen, duizelig zijn,...

Op basis van het resultaat kan de arts beslissen om ijzer in tabletten op te starten, ijzer via een infuus of een bloedtransfusie te doen.



Het kraambed na een keizersnede

De verzorging na een keizersnede verloopt enigszins anders. De voorziene ligduur in het ziekenhuis is 5 dagen.

- **Dag van de keizersnede**

Wanneer alle parameters (bloeddruk, bloedverlies, pijn,...) goed zijn, zal de vroedvrouw jullie terug meenemen naar de kamer op de kraamafdeling. Hier kunnen jullie in alle rust genieten van jullie baby. De eerste zorgen (zoals wegen en meten) van de baby gebeuren op de kraamafdeling. Je wordt ook wat opgefrist. De verdere 24 uur krijg je systematisch pijnstilling via het infuus en via pilletjes. Na 24 uur is de pijnstilling op vraag. Er wordt ook een Diclofenac®-suppo gegeven. Deze medicatie staat er voor bekend om snel en lang te werken.

Tot slot wordt een **co-sleeper** voorzien, indien deze vrij is. Een co-sleeper is een babybedje dat over de rand van jouw bed kan geplaatst worden zodat je zelf gemakkelijk aan je baby kan om hem of haar te troosten, te voeden,...

- **De eerste dag na de keizersnede**

Je krijgt een bedbad en 2 keer per dag een vulvaspoeling. De wonde wordt gecontroleerd en verzorgd. Na elke verzorging ga je voor een zeer korte tijd uit bed om de bloedcirculatie te bevorderen. Beweeg om dezelfde reden voldoende je benen en voeten in het bed. Je krijgt, om flebitis te voorkomen, ook dagelijks een inspuiting in de buik. Indien mogelijk worden de blaassonde en het infuus verwijderd.

- **De volgende dagen na de keizersnede**

Je kan je vanaf nu zelf wassen aan de lavabo of een douche nemen. Je kan hierbij op hulp van de vroedvrouwen rekenen. De wonde wordt gecontroleerd en verzorgd en je komt frequenter het bed uit.



Verder krijg je 2 keer per dag een vulvaspoeling. Dag na dag zal je merken dat het steeds beter gaat. Tijdens je verblijf komt een kinesitherapeut langs om je mobilisatie te verbeteren.

- **Dag van ontslag**

Je kan douchen indien gewenst. Voor je naar huis gaat zal de vroedvrouw de wonde verzorgen.

De gynaecoloog en de kinderarts komen langs voor een check-up voordat je op ontslag gaat. Als alles goed is, mogen jullie naar huis. (voor 14u).

Van de vroedvrouw zal u dan ook de nodige ontslagdocumenten ontvangen.



Postnatale oefeningen

Tijdens jouw verblijf krijg je de nodige informatie van de kinesisttherapeut en worden samen de eerste oefeningen opgestart, die je thuis op eigen tempo kan herhalen. Dit helpt om de fysieke conditie sneller te herwinnen. Vanaf 6 weken na de bevalling kan je starten met postnatale oefeningen bij een gespecialiseerde therapeut in het ziekenhuis **(055 33 64 01)** of in je buurt.

Er wordt vooral aandacht besteed aan:

- Evaluatie en herstel van de bekkenbodemspieren
- Verbeteren van de lichaamshouding
- Algemeen herstel van de rompstabiliteit
- Reconditionering en op/herstart van sportieve activiteiten

Groepssessies

Er is mogelijkheid om deel te nemen aan een groepssessie prenatale kiné. Deze gaan door in het gebouw van de ambulante revalidatie of in de rugschool. (deze bevinden zich in het administratief gebouw- gelijkvloers). Deze sessies gaan door op dinsdag en donderdag rond 11:30u.

We werken echter in kleine groepjes zodat alle oefeningen persoonlijk worden afgestemd per patiënt en er genoeg persoonlijke feedback kan zijn. Deze sessies focussen voornamelijk op algemeen reconditioneren en opbouw van controle van bekkenbodem- en buikspieren en kan gestart worden vanaf 6 weken post partum na een vaginale bevalling, vanaf 10 weken na een keizersnede.

Seksualiteit en contraceptie

De gynaecoloog zal op de dag van je ontslag de verschillende mogelijkheden van anticonceptie met jou bespreken.



Babyblues

Er treden na de geboorte van de baby niet alleen lichamelijke, maar ook psychische veranderingen op. Hoe gelukkig je je ook voelt in deze nieuwe situatie, veel jonge moeders worden na een paar dagen overvallen door onverklaarbare angsten en negatieve gevoelens. Die eindigen vaak in huilbuien zonder duidelijke reden. Wij noemen dit de huildag (babyblues). Deze overgevoeligheid is een normaal verschijnsel bij de pas bevallen vrouw. Dit komt door de grote hormonale veranderingen in het lichaam en de nieuwe situatie waaraan je moet wennen. Je partner, familie, bezoek en personeel zullen daar begrip voor hebben.

Enkele raadgevingen:

- Onderdruk je huilbui niet, eens goed doorhuilen lucht op.
- Rust voldoende, een middagdutje kan zeker geen kwaad.
- Gun jezelf en je partner de tijd om te wennen aan de nieuwe situatie.
- Voel je je niet goed in je vel of voel je je niet goed begrepen door je omgeving, raadpleeg dan een deskundige (huisarts, zelfstandige vroedvrouw,...).

Zorgen aan de baby

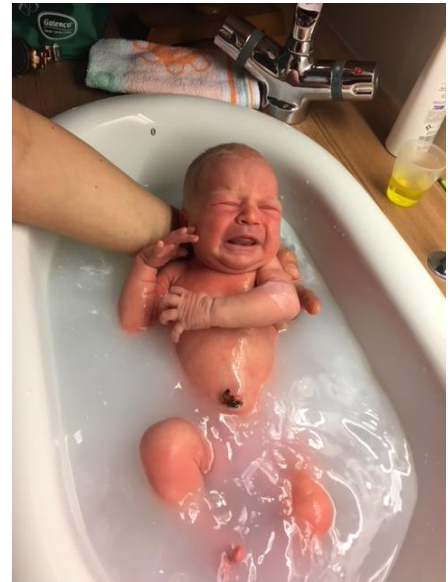
Controle door de kinderarts

De dag na de bevalling wordt je baby uitvoerig onderzocht door de kinderarts. De dag van ontslag wordt je baby nogmaals grondig onderzocht. We adviseren een hercontrole bij een kinderarts naar keuze binnen de 14d na de bevalling.



Babybad

Dagelijks komt de vroedvrouw samen met jullie de baby verzorgen.
De eerste dag krijgen jullie een demonstratie van het babybadje.
De dagen erna leren jullie samen met de vroedvrouw hoe je je baby moet wassen.
Ook de partner is welkom om dit te oefenen.



Krampjes

Veel baby's krijgen last van krampjes in de loop van de eerste vier maanden. Er bestaan "huismiddeltjes" die nooit kwaad kunnen: zoete woordjes om de baby tot rust te brengen, lichte buikmassage, de baby op zijn buikje in je armen dragen. Zorg er ook voor dat de baby altijd een boertje laat voor je hem/haar neerlegt. Wanneer darmkrampen of kolieken veelvuldig voorkomen, langer duren of als je je ongerust maakt, kan je de arts raadplegen. Het kan gaan om een voedingsprobleem, een darm- of urineweginfectie.

Afdeling pasgeborenen (= neonatologie)

Het kan gebeuren dat je baby om de een of andere reden niet bij jullie op de kamer mag (te vroeg geboren, laag geboortegewicht, enz.). Je baby zal dan gedurende enige tijd verzorgd worden op de afdeling neonatologie. Een specifieke infobrochure zal je op de afdeling neonatologie ontvangen.



Weetjes

- Vaginaal bloedverlies en/of slijmverlies bij meisjes is normaal.
- Het hoofdje van een pasgeboren baby is niet mooi rond, eerder langwerpig. Dit is normaal
- Het stukje navelstreng dat achterblijft na geboorte doet geen pijn bij de baby. Ook het doorknippen van de navelstreng is niet pijnlijk.
- Niezen is normaal (door de vele minuscule stofdeeltjes in de lucht).
- Baby's maken veel geluidjes.
- Je kan je baby niet verwennen door hem of haar frequent even te knuffelen. Affectie is zeer belangrijk vanaf het prille begin.
- Je moet in het begin je baby leren kennen. Je zal op een bepaald moment alle signalen die je baby geeft herkennen.
- Wanneer je de baby bij jou in bed neemt, wees dan voorzichtig dat je niet in slaap valt.
- Geef je baby geen kusjes wanneer je koortsblaasjes hebt of ziek bent.



Geel zien - fototherapie

Bij de geboorte heeft de baby een teveel aan rode bloedcellen. Dit teveel wordt door de lever afgebroken en uitgescheiden via de stoelgang en urine. De lever is niet altijd voldoende rijp voor deze afbraak. Dan stijgt het bilirubine in het bloed en dit geeft een gele huidverkleuring bij de baby. Als de bilirubine in het bloed een beetje verhoogd is, spreekt men van een normale fysiologische icterus (= geelzucht). Dit komt zeer vaak voor en is een normaal verschijnsel.

Indien je baby een 'gelige' kleur krijgt en/of meer slaperig is zal de vroedvrouw de waarde van de bilirubine meten met een speciaal toestel.

Het toestel bevat een sensor die de vroedvrouw op het voorhoofd en/of t.h.v. het borstbeen van je baby plaatst. Via dit toestel krijgen we een waarde. Indien deze waarde te hoog is volgens de leeftijd en grenswaarde kan beslist worden om een bloedafname te doen.

De behandeling van hyperbilirubinemie gebeurt door middel van fototherapie. Daarbij wordt de huid van je kindje blootgesteld aan kunstlicht dat het zonlicht imiteert. Zo wordt het teveel aan bilirubine sneller afgebroken en uitgescheiden. De kinderarts bepaalt of er fototherapie nodig is en voor hoelang.



Bilisoft 2.0

Indien er slechts een lichte stijging van het bilirubinegehalte vastgesteld wordt, kan er gebruik gemaakt worden van het Bilisofttoestel. De baby wordt in zijn blootje, met pamber aan, op de lichtmatras gelegd. We kunnen de baby met een zacht dekentje, samen met de soepele lichtmatras inbakeren. Het licht en de matras zelf geven geen warmte.

Om de oogjes te beschermen tegen het blauwe felle licht doen we de baby een beschermbrilletje aan. Een groot voordeel van de Bilisoft is dat je kindje op de kamer kan behandeld worden en zelfs gebruikt kan worden tijdens het voeden en knuffelen, terwijl de therapie wordt voortgezet.



Fototherapielamp

Als de kinderarts echter beslist dat het bilirubinegehalte te hoog is, wordt je kindje in de couveuse onder de lamp geplaatst op neonatologie, meestal in combinatie met de Bilisoft. Zo wordt je kindje zowel van boven als onderaan blootgesteld aan de foterapie. Ook hier wordt de baby volledig uitgekleeed en krijgt hij of zij een bril om de oogjes te beschermen. De couveuse zorgt voor warmte.



Phenyltest (= hielprik)

De phenyltest of de vroegere 'hielprik' is een bloedonderzoek waarbij de vroedvrouw een beetje bloed bij je baby prikt. Dit gebeurt om zeldzame stofwisselingsziekten en eventuele slechte werking van de schildklier op te sporen. Deze ziekten kunnen, indien niet tijdig opgespoord, ernstige gevolgen hebben. Hoe vroeger ze opgespoord worden, hoe beter behandelbaar.

De bloedafname (via een ader op het handje) moet **tussen 48 uur en 96 uur na de bevalling** uitgevoerd worden. Indien je de kraamafdeling eerder verlaat (vb. poliklinisch), kan je een beroep doen op een zelfstandige vroedvrouw om de bloedafname thuis te laten uitvoeren. Je zal enkel iets over het resultaat weten als er iets afwijkends is. **Verneem je 4 weken na de bloedafname niets, dan betekent dit dat alles in orde is.**

Wiegendoodpreventie

Wiegendood is het plots en onverwacht overlijden van een kind dat ogenschijnlijk gezond was en bij wie geen lichamelijke afwijking kon worden vastgesteld die het overlijden zou kunnen verklaren.

Uit onderzoek bleek dat een **veilige slaaphouding** én **veilige slaapomgeving** wel degelijk een rol spelen om wiegendood of het plots overlijden bij gezonde baby's tot 12 maanden te helpen voorkomen, zowel overdag als 's nachts.

Geen enkele preventieve maatregel kan wiegendood voorkomen, toch kan je rekening houden met enkele **belangrijke adviezen**:

- Leg je baby altijd op de rug te slapen. Buik- of zijligging zijn geen veilige slaaphouding
- Maak gebruik van een stevige matras en gebruik geen hoofdkussen
- Zorg voor een rookvrije omgeving
- Blijf in de buurt en kijk, luister en voel regelmatig
- Kies voor een veilig kinderbed en bedmateriaal
- Zorg ervoor dat je kind het niet te warm krijgt
- Ga voorzichtig om met (slaapverwekkende) geneesmiddelen
- Zorg voor rust, regelmaat en wennen



Uitgebreide informatie over de preventiemaatregelen tegen wiegendood vind je op de website van Kind en Gezin.

→ Verdere info over de preventie van wiegendood vind je in de babybrochure die je ontvangt na de bevalling.

Voeding

Borstvoeding

Heb je gekozen voor borstvoeding, dan zullen de vroedvrouwen je met raad en daad bijstaan. Het geven van borstvoeding verloopt niet bij iedereen op identieke wijze, zodat een goede begeleiding sterk individueel gericht is. Aanvaard dan ook onze hulp.

Wij geven je graag enkele praktische tips en aandachtspunten. Bij eventuele problemen zijn we steeds bereid om je vragen te beantwoorden en samen met jou naar een oplossing te zoeken. Aarzel nooit om ons hierover aan te spreken, zowel tijdens als na je verblijf op de kraamafdeling.

Het op gang komen en het goed functioneren van de **borstvoeding vraagt veel tijd, zorg en geduld** en kan afhankelijk zijn van enkele factoren zoals stress, vermoeidheid, keizersnede, infectie, ... Verwacht dus geen spectaculaire resultaten vanaf de eerste dagen. Beschouw die eerste dagen eerder als een oefening voor jezelf en je baby. Eén druppel moedermelk is voor een baby al heel veel. Weet dat een maag van een pasgeboren baby eigenlijk maar een knikker groot is.

Je baby mag **zo vroeg mogelijk na de geboorte de eerste maal zuigen**. Je baby wordt het eerste uur huid op huid gelegd. Wanneer hij/zij enige tekenen van zuiggedrag vertoont, helpen wij je om de baby aan te leggen. De zuigreflex van je baby is dan het grootst.

De **melkproductie komt pas ten volle op gang na 3 à 4 dagen**. Maak je daarover geen zorgen. Je baby heeft de eerste dagen niet veel nodig en **hoe frequenter hij/ zij drinkt, hoe vlugger de productie ten volle op gang komt**. Borstvoeding is een **proces van vraag en aanbod**. Hoe meer je baby zuigt, hoe meer melk er aangemaakt wordt. Vandaar dat het goed is om je baby de eerste dagen frequent aan te leggen.



Houding van de baby. Leg je baby met zijn buikje tegen je buik en ondersteun hem/haar goed met de arm. Zorg ervoor dat zijn mondje en de tepel op 1 lijn liggen of dat zijn mondje iets lager ligt, zodat hij/zij de tepel en de tepelhof makkelijk kan grijpen. Met de andere hand ondersteun je de borst om je baby te helpen de tepel te grijpen. Streel met de tepel de onderlip van je baby en hij/zij zal spontaan zijn/ haar mond openen (= zoekreflex).

Dagelijks wordt je baby gewogen voor het badje. De **baby mag tot 10% van zijn geboortegewicht verliezen**. Dit wil zeggen dat het geboortegewicht de eerste 4 à 5 dagen zal dalen om daarna weer te stijgen. Je baby heeft 3 weken tijd om het geboortegewicht terug te krijgen.

Een gouden raad:

Neem voldoende rust en laat je niet beïnvloeden door anderen. Iedereen zijn borstvoedingservaring is anders.



Elektrisch kolven met borstpomp

Indien nodig kunnen we het op gang brengen van de melkproductie een beetje 'extra' stimuleren door te gaan kolven met een elektrische borstpomp. Elektrisch kolven doen we niet van bij het begin, manueel kolven geniet de voorkeur. Indien elektrisch kolven om welke reden dan ook wordt toegepast gebeurt dit met ons eigen toestel van Medela®. Wij geven ook de bijhorende afkolfsetjes. Je hoeft dus geen toestel aan te kopen of op voorhand te huren. Indien je aan het kolven bent en je gaat naar huis dan kijken we samen met jou waar je een kolf kan huren.

We raden aan om de eerste 4 weken niet te gaan kolven bij een goede productie. Vanaf 4 weken na geboorte kan je indien je dit wenst starten met kolven om een voorraad melk aan te leggen.



Flesvoeding

Je hebt gekozen voor flesvoeding. Je zal de nodige uitleg krijgen om zelf de melk te bereiden. Wij starten steeds met een **standaard eerste kunstvoeding**, die je kan verder geven tot de leeftijd van 6 maand.

Dit kan **NAN (Nestlè)** of **NUTRILON (Nutricia)** zijn. Meer info over het bereiden van flesvoeding en een voedingsschema kan je terugvinden in onze babybrochure, die je zal ontvangen na de bevalling.

Het is **niet nodig om eigen flessen mee te brengen**. Wij gebruiken onze eigen (wegwerp) flesjes.

Algemene raadgevingen:

- Na elke voeding de **restjes weggieten**
- Een zuigfles **nooit heropwarmen**
- Schakel **nooit op eigen initiatief over op een andere kunstvoeding**. Vraag raad aan de zelfstandige vroedvrouw of K&G of arts
- De zuigflesjes en de speentjes **goed reinigen**. Dit doe je door de flesjes goed uit te spoelen met warm water en detergent en vervolgens terug uit te spoelen om zeepresten te verwijderen. Plaats de gereinigde flesjes op een propere handdoek of gebruik een flessenboom/ houder
- **Steriliseren doe je enkel nog bij eerste ingebruikname**



Kind en Gezin - Opgroeien

Kind en Gezin is een organisatie van de Vlaamse Overheid, die gezinnen met raad en daad begeleiden in het ouderschap vanaf de zwangerschap tot je kind 3 jaar is. Ze richten zich op het welzijn van jonge kinderen en gezinnen zodat ze kansrijk kunnen opgroeien.

In elk team werken verschillende experts, die samenwerken om gezinnen zo goed mogelijk te ondersteunen.

Kind en Gezin informeert je ook over kinderopvang en buitenschoolse opvangactiviteiten, waar je opvang kan vinden en hoe het werkt.

Kind en Gezin wordt automatisch via de aanvraag van het groeipakket op de hoogte gebracht van je zwangerschap en via de elektronische geboorteaangifte (kennisgeving) op de hoogte gebracht van de geboorte van jullie baby.

De dienstverlening van Kind en Gezin is volledig vrijblijvend en gratis. Je kan o.a. rekenen op volgende diensten:

- **Gezinsbezoeken:** de regioverpleegkundige komt voor en na de bevalling enkele keren op bezoek
- **Gehoortest:** = een **uiterst betrouwbare test** om aangeboren gehoorafwijkingen al kort na de geboorte (+/- 4 weken) op te sporen. Deze test is veilig, pijnloos, betrouwbaar en gratis
- **Oogtest:** hierbij worden de meeste factoren die aanleiding geven tot de ontwikkeling van een **lui oog** en enkele ernstige oogafwijkingen opgespoord. Deze test wordt uitgevoerd op het consult van 12 en 30 maanden. Het vroegtijdig vaststellen en verder begeleiden van oogproblemen is noodzakelijk om het kind maximale ontwikkelingskansen te bieden
- **Consultatiebureaus:** De arts of de verpleegkundige doet een preventief, medische, psychosociale en pedagogische consultatie. Tijdens deze consulten kan uw kind gevaccineerd worden volgens een bepaald schema. In België is de poliovaccinatie (kinderverlamming) verplicht



De vroedvrouw zal aan de verpleegkundige van kind en gezin je telefoonnummer doorgeven.

Indien u liever geen contact heeft met K&G kan u dit melden, op die manier worden uw contactgegevens niet doorgegeven.

De medische gegevens van de baby zullen aan huis bevestigd worden door de regioverpleegkundige van Kind en Gezin.



Voor antwoorden op je vragen kan je ook steeds terecht op de website van Kind en Gezin. Surf naar www.kindengezin.be.

Heb je een vraag?
Contacteer de Kind en Gezin-Lijn



Bel 078 150 100

Van maandag tot en met vrijdag van 8u tot 20u



E-mail

[Stuur ons een bericht via ons contactformulier >](#)



Chat

Van maandag tot en met vrijdag van 9u tot 16u30

[Start een chatgesprek >](#)



Gynaecologie
Verloskunde

Formaliteiten

Geboorteaangifte

Een geboorteaangifte is de registratie van de geboorte bij de ambtenaar van de burgerlijke stand van de **geboorteplaats** van uw kind.

De **geboorteaangifte** moet gebeuren **binnen de 15 kalenderdagen** na de geboorte op de Burgerlijke Stand, Tussenmuren 17, 9700 Oudenaarde door de vader, moeder of beide ouders. Dit kan enkel **op afspraak**. Online op www.oudenaarde.be of telefonisch op het nummer 055 31 46 01.

De aangifte gebeurt door de moeder, de vader/meemoeder of beiden samen. De vader of meemoeder kan het kind enkel aangeven:

- als hij of zij gehuwd is met de moeder
- als hij of zij voor de geboorte het kind erkend heeft
- als de vader of meemoeder het kind nog niet heeft erkend, dan kan dit nog tijdens de aangifte. In dat geval moeten de moeder en de vader of meemoeder samen aanwezig zijn.

De **kennisgeving** van de geboorte wordt door ons elektronisch doorgegeven. Jullie ontvangen van ons na de geboorte de papieren voor de geboorteaangifte. Deze documenten nemen jullie mee voor de geboorteaangifte.

Voor de aangifte moet je volgende stukken meebrengen:

- de papieren van de vroedvrouwen (aangiftedocumenten)
- identiteitskaart van de vader en de moeder/ meemoeder
- huwelijksboekje en/of erkenningsformulier.

Je ontvangt een aantal geboortebewijzen die nodig zijn om:

- de kinderbijslag aan te vragen
- uw kind als persoon ten laste te laten inschrijven bij uw ziekenfonds
- ...

Uw kind wordt ingeschreven in het bevolkingsregister en een tijdje later ontvangt u een uitnodiging om de identiteitsdocumenten af te halen.



Extramurale dienstverlening

Zelfstandige vroedvrouw

Naast de deskundige opvolging van de zwangerschap door de huisarts en/of gynaecoloog raden wij voor een normaal evoluerende zwangerschap en voor de kraamperiode (na ontslag uit het ziekenhuis) aan om een beroep te doen op een zelfstandige vroedvrouw.

- Heb je vragen over je zwangerschap, bevalling, borst- of flesvoeding?
- Ben je onzeker bij het geven van het babybadje of de verzorging van het naveltje?
- Wil je zekerheid over de evolutie van de kleur en het gewicht van je baby?
- Ondervind je nog last van de knip?
- Wordt het emotioneel zwaar?

Wij werken samen met de vroedvrouwen van **de 10^e maand**. Op www.tiendemaand.be kan je contactgegevens vinden van een vroedvrouw uit jouw regio. Indien je geen vroedvrouw in jouw regio vindt, mag je contact opnemen met de materniteit op 055 33 61 99.

Je kan ook terecht op de website van de beroepsvereniging: www.vroedvrouwen.be.

Heb je al een vroedvrouw of ken je iemand, dan mag je ook deze vroedvrouw contacteren. Wij raden aan om al tijdens de zwangerschap contact op te nemen met de vroedvrouw die je na de bevalling verder zal opvolgen.

Verwittig de zelfstandige vroedvrouw wanneer je bevallen bent zodat een eerste afspraak kan ingepland worden. De vroedvrouw van de kraamafdeling maakt documenten op met alle gegevens van de bevalling en het vroege postpartum.

Elke moeder heeft recht op een aantal bezoeken van de vroedvrouw aan huis. Er wordt vaak gewerkt met het derde betalersysteem. De vroedvrouw regelt dus de vergoeding rechtstreeks met de mutualiteit



Kraamzorg

Voor elke moeder is een extra hulp en ondersteuning tijdens de eerste dagen thuis meer dan welkom.

De kraamverzorgsters kunnen jullie helpen:

- Je baby een badje te geven
- Helpen met de was en de strijk
- Boodschappen halen
- Verse maaltijden bereiden
- Op je baby passen terwijl je wat bijslaapt of rustig een douche neemt

Kraamzorg kan vanaf 1 maand voor de verwachte bevallingsdatum tot 3 maanden na je bevalling.

Je vraagt kraamzorg best enkele maanden op voorhand aan. Dit kan bij volgende instanties o.a. bij de mutualiteit, alsook i-mens, de Kraamkaravaan (Oost- Vlaanderen) of de wieg (West-Vlaanderen).

De bijdrage voor kraamzorg wordt bepaald op basis van het gezamenlijk gezinsinkomen met een maximum van € 9,90 per uur.

Om na te gaan of je recht hebt op een tegemoetkoming, neem je best contact op met je ziekenfonds.

Ontslag

Bij ontslag hoef je niets te betalen, de rekening wordt thuis opgestuurd. Producten mag je meenemen naar huis (babyproducten, vochtige doekjes, Kamilloosan spoelmiddel).

Voor je naar huis vertrekt, vragen wij je om onze tevredenheidsbevraging in te vullen. Zo kunnen wij, met het oog op het verlenen van de beste zorg, waar nodig onze werking evalueren.

Mocht je toch nog problemen hebben, aarzel dan niet om contact op te nemen met de kraamafdeling op het nummer **055 33 61 99**.

Wij staan dag en nacht voor je klaar!

Je mening telt. Heb je tips/ ideeën/ opmerkingen/ klachten? Dan horen we het graag.



Mamacafé

Bevallen of zwanger?

Zin om tijdens je zwangerschap of na je bevalling kennis te maken met andere mama's die ook recent bevallen zijn, jullie ervaringen te delen en om ook enkele vroedvrouwen terug te zien?

Wij organiseren een paar keer per jaar een mamacafé. Tijdens dit mamacafé bieden we enkele workshops aan zoals **babymassage**, stukje **beweging** moeder en kind en wordt er door onze collega's van de kinderafdeling info gegeven over **'eerste hulp bij kleine kinderen'**

Hierin komen o.a. enkele ziektebeelden aan bod, wat je zoals kan doen, tips en adviezen en wat je nodig hebt in je thuisapotheek.

Bij **leuke babbels** hoort uiteraard ook een **versnapering en een drankje**.

De aanwezige vroedvrouwen zorgen mee voor de gezelligheid en begeleiden jullie tijdens de workshops. Uiteraard beantwoorden zij ook steeds al jullie vragen. Er is ook een **lactatiekundige aanwezig** voor hulp of vragen bij de borstvoeding.

Een aparte ruimte voor borstvoeding is voorzien, flesjes melk kunnen ook opgewarmd worden.

Heb je interesse, bekijk de data en **schrijf je dan in via onze website**.
Ons mamacafé wordt **gratis** aangeboden.

We vinden het altijd fijn om jullie terug te zien en te horen hoe het gaat.
Ook de partners verwelkomen we graag.

Graag tot dan.

Vragen?
055 33 61 99



Infoavonden

We vinden het belangrijk dat jullie met een gerust gevoel naar de materniteit kunnen komen en er met nog een geruster gevoel kunnen verblijven. Daarom willen we alle zwangeren en partners voldoende informeren.

Wij bieden 4 keer per jaar een infoavond aan. Tijdens deze avond geven we uitgebreide info over onder andere:

- De opvolging tijdens de zwangerschap
- Gezond zwanger zijn
- De werking en visie van onze materniteit
- De arbeid en bevalling, pijnstilling...
- Het verblijf op onze materniteit

De infoavonden zijn gratis en voor iedereen (zwangeren, partners, maar ook mensen met kinderwens)

Onze vroedvrouwen staan jullie graag te woord. Er is ruimte voor vraagstelling zowel voor, tijdens en na deze avond.

Waar: administratief gebouw (straatje naar de markt)

De infoavond is volledig gratis.

Inschrijven hoeft niet.

Data: *Zie flyer infoavonden of op onze website en socials.*

Graag tot dan.

Vragen?

055 33 61 99

Socials

Wist je dat wij terug te vinden zijn op instagram en op facebook?



Volg ons en blijf op de hoogte van de meest recente gebeurtenissen en evoluties van onze kraam- en verlosafdeling en kinderafdeling.

Memo – nota's – vragen

[illegible]



**Voor meer info raadpleeg:
Verlos- en kraamafdeling**

055 33 61 99

✉ verpleegpost.c1@azoudenaarde.be



AZ Oudenaarde vzw

AZ OUDENAARDE
VZW



Minderbroedersstraat 3, 9700 Oudenaarde

T 055 33 61 11 - **F** 055 33 66 95

info@azoudenaarde.be

www.azoudenaarde.be

AZO/MAT/043

Laatst aangepast op 4/10/2024

V.U.: AZ Oudenaarde