Geboorteplan

Patiënteninformatie Moeder & Kindcentrum

Geboorteplan

Inleiding

Een geboorteplan is een document waarin je kunt beschrijven wat je wensen en verwachtingen ten aanzien van de bevalling en het kraambed zijn. Het is bedoeld om zorgverleners te laten weten wat jouw ideeën zijn in een ideale situatie. Het schrijven van een geboorteplan is een mooie aanleiding om samen met je partner te bespreken wat jullie verwachtingen zijn rondom de bevalling.

Door een geboorteplan te schrijven blijf je betrokken bij de zorg rondom de bevalling en de beslissingen die er genomen worden. Ook op momenten dat je het zelf niet goed kunt vertellen. Regelmatig gaan bevallingen anders dan men zich had voorgesteld. Tijdens de bevalling ontbreekt soms de tijd om een situatie uitgebreid te bespreken. Het geboorteplan is dan een goed middel om op terug te vallen.

Tips

- Bereid je goed voor door zoveel mogelijk informatie te verzamelen. Dit kan door middel van boeken of met behulp van informatie op internet. Gebruik eventuele ervaringen van een voorgaande bevalling. Vraag ook eens naar de ervaringen van anderen, en wat zij wel en niet prettig vonden.
- Gebruik je eigen woorden en schrijf korte zinnen zodat het een overzichtelijk verhaal blijft. Het is op deze manier snel te lezen door de zorgverlener.
- Schrijf wensen op, geen eisen.
- Maak een aantal kopieën van de laatste versie. Voor jezelf, de kraamverzorgster, de verloskundige en de gynaecoloog.

Geboorteplan schrijven

Op de website deverloskundige.nl zijn voorbeeldvragen voor schrijven van een geboorteplan te vinden.

Geboorteplan bespreken

Bespreek het geboorteplan met je zorgverlener. Dit kan een verloskundige of gynaecoloog zijn. Deze kan aangeven of de wensen die je hebt beschreven haalbaar zijn. Misschien dat er bezwaren zijn waar wel een alternatief voor mogelijk is. Je zorgverlener kan je daar dan over informeren.

Het geboorteplan is geen contract dus niets staat vast. Je kunt het zelf op ieder moment aanpassen. Houd er altijd rekening mee dat de bevalling niet loopt zoals je had verwacht. Het kan zijn dat door omstandigheden niet al je wensen uitgevoerd kunnen worden.

Vragen

Voor meer informatie of vragen kun je contact opnemen met het Moeder&Kindcentrum: tel. 088 - 70 66 600.