

# Geboortepan

## Voorbeeldvragen die kunnen helpen bij het schrijven van je geboortepan



### Begeleiding

- Wie wil je graag bij je hebben tijdens de bevalling?  
Wanneer wil je dat zij er zijn?

### Waar bevallen?

- Op welke plek wil je het liefst bevallen?  
Bijvoorbeeld thuis, in het ziekenhuis, in het geboortecentrum.
- Heb je wensen over de ruimte waar je bevalt en de sfeer?

### Weeën en persen

- Welke houdingen wil je gaan gebruiken bij het opvangen van de weeën en tijdens het persen?  
Bijvoorbeeld: lopen, op de baarkruk, onder de douche, in bad.
- Hoe wil je omgaan met de pijn van de weeën?  
Bijvoorbeeld ademhalingstechniek, ontspanningsoefeningen, medicijnen.
- Als je kiest voor pijnstilling met medicijnen, welke soort wil je gebruiken?  
Bijvoorbeeld pethidine, remifentanil, epiduraal.

### Ziekenhuis

- Hoe denk je over ingrepen, zoals bewaking van de hartslag, inwendig onderzoek, infuus prikken, knippen, kunstverlossing en keizersnede. Heb je speciale wensen over deze ingrepen?
- Heb je wensen voor het geval dat een keizersnede nodig is?  
Bijvoorbeeld: partner aanwezig, kennismaking met je kind.
- Heb je wensen over het verblijf in het ziekenhuis?
- Heb je wensen voor het geval dat je kind om gezondheidsredenen niet bij je in de buurt kan zijn?

### Kind

- Hoe wil je met de baby omgaan als hij/zij net is geboren?  
Bijvoorbeeld: lichamelijk contact, navelstreng doorknippen, verzorging.
- Welke voeding wil je je kind geven?

### Overige wensen

- Heb je nog wensen of opmerkingen over je bevalling die hierboven niet zijn genoemd?

Hier kan je je wensen voor je bevalling opschrijven

**Geboortepan van:**



**Begeleiding**

**Waar bevallen?**

**Weeën en persen**

**Ziekenhuis**

**Kind**

**Overige wensen**