



Telefoonnummer: 06-13444724

Bij geen gehoor kan het zijn dan we even niet in de mogelijkheid zijn de telefoon op te pakken. We proberen zo snel mogelijk terug te bellen. Je kunt het ook zelf nog een keer proberen. Als het echt niet lukt dan kun je het SKB bellen: 0543-544700, zij nemen dan contact met ons op.

Wanneer bel je de verloskundige?

● Bij ongerustheid

Wanneer je ongerust bent, kun je altijd contact met ons opnemen.

● Bij weeën

Als je van je eerste kind gaat bevallen

Als de weeën gedurende **2 uur** elke 3-5 minuten komen en ongeveer 1 minuut aanhouden.

Als je al eerder bent bevallen

Als je gedurende **1 uur** weeën hebt à 5 minuten die 1 minuut aanhouden, als je zelf denkt dat het snel gaat of als we wat anders hebben afgesproken.

● Bij vruchtwaterverlies

Bij helder of roze vruchtwater

Tussen 9.00-21.00: bellen naar 06-13444724.
Tussen 21.00 en 9.00 zonder weeën: volgende ochtend bellen naar 06-13444724.
Tussen 21.00 en 9.00 met weeën: zie *bij weeën*.

Bij groen of bruin vruchtwater

Altijd direct bellen, dus ook 's nachts.
Probeer het vruchtwater op te vangen en te bewaren.

Hoofd niet ingedaald bij laatste controle

Altijd direct bellen en op bed gaan liggen totdat wij er zijn.

● Bij bloedverlies

Bij helder rood bloedverlies dat niet slijmerig is en meer dan een maandverband vol. Bloederig slijmverlies is normaal bij weeën activiteit.

Het bed moet met 37 weken opgehoogd zijn tot minimaal 80 cm, liefst 90 cm.

Het hele bed moet omhoog, dus geen extra matras. Je kunt klossen huren bij de thuiszorgwinkel of kratjes gebruiken. Als het bed niet voldoende hoog is kan er door de verloskundige besloten worden om poliklinisch te gaan bevallen in het ziekenhuis. Dit is dan helaas voor je eigen rekening.

Benodigheden voor een thuisbevalling

Vanaf 37 weken mag je thuis bevallen; vanaf de 37^e week behoren onderstaande spullen in huis te zijn;

- Kraampakket
- 2 emmers
- Vuilniszakken
- 2 stalen kruiken
- Hydrofiele doeken
- 2 thermometers, 1 voor moeder en 1 voor het kind
- Als je op een 1 persoonsbed gaat bevallen zorg er dan voor dat het bed geen achterschot heeft, dit i.v.m. eventueel hechten
- Het is belangrijk dat de kamer goed te verwarmen is, controleer van te voren of de kamer minimaal 20 graden kan worden