



**GEBOREN IN GENT**  
met vree wijze vroedvrouwen

# Thuis bevallen? Denk hieraan!

Bepaal de ruimte waar je wil bevallen, bij voorkeur op het gelijkvloers .  
Zorg dat deze lekker warm (26 graden) en gezellig is.

Wil je graag de optie om in bad te ontspannen of te bevallen?  
Alle info is te vinden op onze website (bij 'Thuisbevalling') of via deze link  
<https://geborenin.gent/swfiles/files/Bevallingsbad.pdf>

Zorg ook voor volgende benodigdheden:

## Voor jou

- makkelijke kledij voor tijdens en/of na je bevalling
- warme sokken
- massageolie
- eventueel een zitbal en/of borstvoedingskussen
- Syntocinon® 10IU/ml = oxytocine (te verkrijgen bij de apotheek met een voorschrift van je vroedvrouw)
- RhoGAM® 300 mcg = immunoglobulinen, anti-Rh(D) (Let wel: enkel nodig indien je een negatieve resusfactor hebt, te verkrijgen bij de apotheek met een voorschrift van je vroedvrouw)
- kraampakket (bij ons te verkrijgen): onderleggers, kraamverband, netbroekjes, kompressen, (wegwerp) steeklaken, ...
- heldere lamp of spot die je kan richten
- extra warmtebron, bij voorkeur een elektrisch vuurtje
- een plastic zeil
- 2 emmers
- 2 vuilniszakken
- een teiltje

- op onze website (bij 'Thuisbevalling') kan je de informatiebrief '1<sup>e</sup> dag/nacht na de bevalling' downloaden. Print deze gerust uit, dit is zeer handig voor de eerste dagen thuis!  
(<https://geborenin.gent/swfiles/files/1e-dag-nacht-Geboren-in-Gent-1.pdf>)

## Voor je baby

- kleertjes: mutsje, hemdje of body, kruippakje of bovenkleding, kousjes
- een zachte doek om je baby in te wikkelen
- zachte handdoeken en hydrofiel luiers en washandjes
- een verzorgingskussen
- pampers of luiers
- luiercrème
- thermometer voor je baby
- fysiologisch water in kleine flacons
- Konakion® 2mg/0,2ml = vitamine K (te verkrijgen bij de apotheek met een voorschrift van je vroedvrouw)
- 1 of 2 warmwaterkruiken (die niet lekken!) of kersenpitkussen om baby's kleertjes warm te maken

### **Voor jou, je partner en je vroedvrouw**

- eten en drinken
- logeerbed of matras voor je vroedvrouw
- wij werken met een elektronisch dossier. Indien jullie draadloos internet hebben, kunnen jullie de code opzoeken? Dit indien het mobiele internet niet goed functioneert

### **Voor het geval dat we toch naar het ziekenhuis verhuizen, voorzie een koffertje met daarin:**

- identiteitskaart, mutualiteit klevertjes, bloedgroepkaart, moederboekje, eventueel erkenningsdocumenten
- pyjama, toiletgerief, borstvoedingsbeha, ...
- babykleertjes: muts, hemdje, kruippakje/bovenkledij, sokjes, ...

### **Contacteer ons!**

Bel de vroedvrouw van wacht via het wachtnummer.

Bij geen gehoor probeer altijd een 2e keer, vooral 's nachts! Opnieuw niemand aan de lijn?

Probeer ons te bereiken op het administratief nummer (0479/03.25.49).

Bij een technisch probleem kan je proberen een SMS te sturen of via het verloskwartier van het ziekenhuis het privé-nummer van de vroedvrouw op te vragen.

**WACHTNUMMER - 0474/79.19.13**