Bevalling

Created: 5/17/2011

# Tasks:

☐ **Het tekenen**

☐ **Het ‘tekenen’:**

*Het verliezen van een beetje taai en bloederig slijm uit de vagina.*

☐ **Slijmprop**

*Tijdens de zwangerschap zit dit slijm (de ‘slijmprop’) voor de baarmoedermond.*

☐ **Enkele dagen of enkele uren**

*Het tekenen kan enkele dagen of uren voor de bevalling optreden of pas later tijdens de weeën.*

☐ **Als u nog geen weeën voelt, kunt u gerust afwachten en doorgaan met uw dagelijkse bezigheden.**

☐ **Het breken van de vliezen**

☐ **Vliezen breken**

*Wanneer u vruchtwater uit de vagina verliest, zijn de vliezen gebroken.*

☐ **Bescherm je matras**

*Dat kan ‘s nachts gebeuren, dus bescherm uw matras.*

☐ **Nog geen weeën?**

*Als u nog geen weeën voelt, kunt u gerust afwachten.*

☐ **Weeën**

*Het kan nog uren duren voordat de weeën op gang komen.*

☐ **Vaak breken de vliezen nadat de weeën zijn begonnen.**

☐ **Let op de kleur van het vruchtwater.**

☐ **Vruchtwater opvangen**

*Probeer eventueel wat vruchtwater in een glas op te vangen.*

☐ **Normaal is het helder, wittig of roze, met wat witte vlokjes**

*(huidsmeer van de baby)*

☐ **Geelgroenig vruchtwater?**

*Als het vruchtwater geelgroenig is, moet u direct contact opnemen.*

☐ **Wel of niet ingedaald**

☐ **Tijdens de zwangerschapscontrole hoort u of uw kind is ingedaald.**

☐ **Bel direct naar de praktijk als de vliezen breken terwijl uw kind nog niet is ingedaald.**

☐ **In de tussentijd kunt u het beste op bed gaan liggen.**

☐ **Weeën**

☐ **Weeën zijn samentrekkingen van de baarmoeder die regelmatig optreden (om de paar minuten).**

☐ **Als de weeën steeds vaker komen en krachtiger en pijnlijker worden, is de bevalling begonnen.**

☐ **De ‘harde buiken’ die u soms bij inspanning voelt, zijn geen weeën.**

☐ **Hoe meer u zich op uw gemak voelt, hoe beter u de weeën kunt opvangen.**

☐ **Zorg dus voor een rustige omgeving.**

☐ **Zoek welke houding het prettigst is en probeer tussen de weeën te ontspannen.**

☐ **Een warme douche kan daarbij helpen.**

☐ **Als de vliezen niet gebroken zijn, kunt u ook een warm bad nemen.**

☐ **De bevalling**

☐ **Eerst gaat de baarmoedermond open (de ontsluiting),**

☐ **Dan wordt het kind geboren (de uitdrijving),**

☐ **Vervolgens worden de placenta en de vliezen uitgestoten (de nageboorte).**

☐ **De ontsluiting**

☐ **De weeën zorgen ervoor dat de baarmoedermond zich opent.**

☐ **Meestal duurt dit vier tot vierentwintig uur.**

☐ **Als de baarmoedermond helemaal open is, bij een opening van tien centimeter, spreken we van ‘volledige ontsluiting’.**

☐ **De uitdrijving**

☐ **Als de baarmoeder helemaal open is, voelt u een toenemende druk en krijgt u drang om te persen.**

☐ **Tijdens de weeën perst u mee om het kind geboren te laten worden.**

☐ **Probeer tussen de weeën te ontspannen.**

☐ **De periode tussen het moment dat u mag persen tot aan de geboorte duurt meestal niet langer dan een uur.**

☐ **Als het nodig is, wordt op het laatst de vaginarand een stukje ingeknipt, zodat de baby makkelijker geboren wordt.**

☐ **De nageboorte**

☐ **Nadat de baby is geboren, laat de placenta los.**

☐ **Door samentrekkingen van de baarmoeder (naweeën) wordt de placenta ‘geboren’.**

☐ **Soms wordt u gevraagd hierbij nog even mee te persen.**

☐ **Soms krijgt u een injectie in uw been om het bloedverlies te beperken.**

☐ **Afnavelen**

☐ **Na de geboorte wordt de navelstreng, die baby en placenta verbindt, afgeklemd en doorgeknipt.**

☐ **De baby wordt in een doek gewikkeld en op uw buik gelegd.**

☐ **Hechten**

☐ **Als uw vagina is ingeknipt, wordt de wond gehecht.**

☐ **U krijgt dan eerst een injectie om de huid te verdoven.**

☐ **Soms zijn er scheurtjes in de schaamlippen of in de vagina ontstaan die ook worden gehecht.**