

## In Verwachting

Een spannende tijd breekt aan. Een tijd waarin jullie veel vragen zullen hebben. Hoe vreemd je ook denkt dat je vragen zijn, stel ze! Een kind krijgen is zo'n unieke gebeurtenis dat een goede voorzorg en wederzijds vertrouwen van wezenlijk belang zijn. We runnen onze praktijk met 4 verloskundigen, zodat we werk en privé goed kunnen combineren om enthousiast ons werk te blijven doen. Het is de bedoeling dat je ons allemaal tijdens de zwangerschap leert kennen. Verder werken wij mee aan de opleiding tot verloskundige en lopen er geregeld stagiaires mee. Indien je dit niet prettig vindt, maak dit gerust kenbaar.

### Onze spreekuren:

Wij houden uitsluitend volgens afspraak spreekuur op 3 verschillende locaties. De onderstaande tijden en dagen kunnen iets variëren ivm drukte en/of feestdagen.

Maandag:	09.30u - 16.00u
Dinsdag:	16.30u - 20.00u
Woensdag:	09.30u - 16.00u
Donderdag:	08.00u - 12.00u
Donderdag (Munstergeleen):	15.30u - 17.30u
Vrijdag:	09.00u - 12.00u

Alleen op deze tijden zijn wij telefonisch bereikbaar op de praktijk. Niet dringende vragen kunnen jullie ook per e-mail stellen:

info@verloskundigenpraktijksittard.nl

### Wij controleren:

- De bloeddruk
- De groei van de baarmoeder en de baby
- Na de 28e week de ligging van de baby
- De harttonen van de baby

Enkele keren in de zwangerschap controleren wij het ijzergehalte in je bloed. Urine-onderzoek wordt alleen gedaan als hier een reden voor is (bv. hoge bloeddruk).

### Het algemene controleschema:

0 tot 24 weken:	om de 4 weken
24 tot 30 weken:	om de 3 weken
30 tot 36 weken:	om de 2 weken
36 tot 41 weken:	elke week

De controles duren ongeveer 15 minuten. Houd er rekening mee dat de controles kunnen uitlopen, omdat we iedereen de tijd en aandacht willen geven die op dat moment nodig is.



## Echo's

Iedere zwangere krijgt een echo bij de eerste controle, die wordt vergoed door de verzekering. Vervolgens maken we de termijnecho, liefst tussen de 10e en 12e week, omdat de uiterekende datum dan het beste bepaald kan worden. Veel mensen willen graag een uitgebreide echo laten maken waarbij het kindje helemaal nagekeken wordt. Deze kan het beste tussen de 18e en 22e week gemaakt worden (SEO). Tijdens de controles zul je hiervoor verwezen worden naar een gespecialiseerd centrum. Bij twijfel over de groei van het kind wordt in de praktijk (of elders) een groeiecho gemaakt. Daarnaast wordt tussen 34 en 36 weken standaard een liggingsecho verricht.

## De Bevalling

Als de zwangerschap goed verlopen is kun je in de meeste gevallen de plaats van de bevalling zelf bepalen. Je kunt kiezen voor een thuisbevalling, maar ook voor een bevalling op de open verloskamer. Het is van belang dat je daar bevalt, waar jullie je het prettigst voelen. Je mag hierover nog beslissen als je weeën krijgt. Bij 36 weken krijg je van ons de weeënfolder. Dan moet ook het bed op klossen en de bedpan in huis zijn. De meeste baby's worden geboren tussen de 37e en 42e week van de zwangerschap. In deze periode begeleiden wij jouw bevalling.

## Het Kraambed

Tijdens het kraambed heb je een kraamverzorgster nodig die t/m de achtste dag na de bevalling in huis komt, om bij te staan bij de verzorging van de baby en kraamvrouw. Zij kunnen veel vragen beantwoorden en tips geven. Zorg dat je voor de 16e week inschrijft voor kraamzorg bij een goed bureau. Wij kunnen daarbij adviseren.

Wij bezoeken jullie ongeveer de 1e, 2e, 4e, 6e en 8e dag van het kraambed. We houden in de gaten of de kraamvrouw goed herstelt en of jullie kind zich goed ontwikkelt. Er is een goede samenwerking tussen ons en de kraamverzorgster, waarbij wij de supervisie over het kraambed hebben.

Er wordt onder andere gelet op:

### Moeder:

- Stuwings van de borsten
- Herstel van de baarmoeder
- Vloeien
- Genezing van de hechtingen
- Spataders
- Psychische gesteldheid

### Baby:

- Poepen en plassen
- Drinken
- Genezing navelstompje
- Temperatuur
- Kleur
- Ademhaling

Ben je ontevreden of heb je klachten, meld het ons. Eventueel kun je je wenden tot de beroepsorganisatie:

K.N.O.V.  
Rembrandtlaan 44  
3723 BK Bilthoven

## Wanneer Bellen?

- Bij sterke regelmatige weeën en/of vruchtwaterverlies
- Bij helderrood bloedverlies
- Bij minder leven
- Als je ergens ongerust over bent

## Bereikbaarheid

1. Voor het maken of veranderen van een afspraak a.u.b uitsluitend op spreekuurtijden bellen, niet op de mobiele telefoon! Voor verloskundige hulp altijd eerst het praktijknummer bellen:

*046 - 45 800 54*

2. In geval van spoed of dringende vragen zijn wij 24 uur per dag bereikbaar op ons mobiele nummer:

*06 - 538 644 55*



Ellen de Jong • Sarah Mathijs • Chantal Mulkens • Charlotte Peerboom

### Adresgegevens:

Kleine Steeg 7 E  
6131 KJ Sittard

### Telefoonnummers:

Praktijk: (+31) 46 45 800 54  
Spoed: (+31) 65 38 644 55

*Wij wensen jullie een hele fijne  
zwangerschap en een voorspoedige  
bevalling en kraamtijd toe!!*

[www.verloskundigenpraktijksittard.nl](http://www.verloskundigenpraktijksittard.nl)  
[info@verloskundigenpraktijksittard.nl](mailto:info@verloskundigenpraktijksittard.nl)

Praktijkfolder