



Verloskundigen Praktijk De Zon

Wanneer moet je bellen voor je bevalling?

Voor spoedgevallen en bevallingen bel je **eerst** het telefoonnummer van de praktijk:

0226-345730 en kies je in het keuzemenu **optie 1**.

Je wordt dan doorgeschakeld naar de dienstdoende verloskundige.

Als je via deze weg niemand kunt bereiken, probeer het dan 5 minuten later nog eens. Als je dan nog steeds niemand hebt kunnen bereiken, kun je bellen naar de **centrale verloskundigendienst in Amsterdam**. Tel. **020-5923881**. Jullie worden dan te woord gestaan door een deskundige, die de dienstdoende verloskundige oproept. Jullie worden zo snel mogelijk teruggebeld. Indien er binnen 10 minuten geen reactie komt, bel dan opnieuw naar de oproepcentrale.

Vooropgesteld staat dat je ons altijd mag bellen als **ongerust bent of ergens over twijfelt**.

Hieronder vind je een **richtlijn** over wanneer je ons moet bellen.

Bel ons direct:

- Als je het idee hebt dat je gaat **bevallen voordat je 37 weken zwanger bent**, bel dan altijd direct! Dit kan het geval zijn als je weeën (regelmatige buikpijn) hebt, vocht verliest of bloedverlies hebt.
- Als de vliezen breken en het **vruchtwater is groen, geel of bruin**, bel dan direct! Bij groen of bruin vruchtwater heeft het kindje in het vruchtwater gepoept, wat een teken kan zijn dat het kindje het moeilijk heeft.
- Als de vliezen breken en het **hoofdje van je kindje is nog niet goed ingedaald**, bel ons dan direct! We benoemen het op het spreekuur als het hoofdje nog niet goed is ingedaald.
- Bel altijd direct bij onverwacht **veel helderrood bloedverlies**.

Bloed- en slijmverlies

Tijdens de zwangerschap zit er slijm in de baarmoedermond; de zogenaamde **slijmprop**. De slijmprop bestaat uit veel slijm, gemengd met wat bloed (helderrood of donkerbruin van kleur). Het kan een teken zijn van het begin van de bevalling, dit hoeft echter niet. De bevalling kan ook nog enkele dagen of weken op zich laten wachten. Als je nog geen weeën voelt en de vliezen zijn nog niet gebroken kun je rustig afwachten en doorgaan met de dagelijkse bezigheden. **Je hoeft niet te bellen**, maar als je twijfelt mag je altijd bellen.

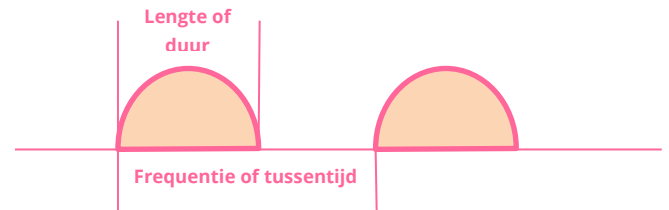
Bel altijd direct bij onverwacht **veel helderrood bloedverlies**. Bloedverlies bij weeën is normaal, maar als je meerdere maandverbanden per uur moet verschonen, is het teveel. Wanneer je het niet vertrouwt, denkt dat je te veel bloed verliest of bloedverlies hebt zonder weeën, bel dan altijd direct!

Weeën

Een wee is een pijnlijke, steeds terugkerende samentrekking van de baarmoeder. Je buik wordt hierbij hard en je kunt de pijn voelen in je buik, in je rug en soms ook in je bovenbenen.

- **Eerste kindje:** Als je 2 uur lang weeën hebt om de 3-4 minuten, die 60-90 seconden aanhouden en die je flink moet wegzuchten.
- **Tweede of volgende kindje:** Als je 1 uur lang weeën hebt om de 4-5 minuten, die 45-60 seconden aanhouden en die je flink moet wegzuchten. Ook bellen als je het gevoel hebt dat het eerder erg snel gaat!

Een wee is een krachtige samentrekking van de baarmoederspier. Door het samentrekken van die spier wordt de ruimte in de baarmoeder kleiner en wordt de baby richting de baarmoedermond gedrukt. De baarmoedermond gaat door die toenemende druk steeds verder open.



Het breken van de vliezen

Bel ons **binnen 24 uur** als je **helder vruchtwaterverlies** hebt zonder weeën, ook als je twijfelt of de vliezen wel echt gebroken zijn. Probeer ook wat vruchtwater op te vangen en te bewaren, zodat we dit kunnen bekijken en beoordelen.

- Als het vruchtwater helder is, het hoofdje is goed ingedaald in het bekken en de vliezen breken **'s nachts**, dan mag je de volgende ochtend bellen. Breken de vliezen **overdag**, breng ons dan meteen op de hoogte.
- Is het vruchtwater **groen, geel of bruin**? Bel dan direct! Het kindje heeft in het vruchtwater gepoept, wat een teken kan zijn dat het kindje het moeilijk heeft.
- Als de vliezen breken en het **hoofdje van je kindje is nog niet goed ingedaald**, bel ons dan direct!

Normaal vruchtwater is helder/kleurloos, wittig of roze en er kunnen witte vlokjes in zitten. Vruchtwater heeft een zoetige geur en je kunt het niet ophouden zoals urine. Probeer altijd wat vocht op te vangen in een glas of emmer en bewaar eventueel natte maandverbanden, zodat wij het ook kunnen beoordelen.

In 10% van de gevallen breken de vliezen voor of bij het begin van de bevalling. Meestal komen daarna de weeën op gang. Meestal breken de vliezen als je al weeën hebt. Wanneer de vliezen gebroken zijn is de bescherming tussen het kindje en de buitenwereld verdwenen. Wanneer dit langer dan 24 uur duurt, is er kans op een infectie. Bij de meeste vrouwen komt de bevalling binnen 24 uur op gang. Als dit bij jou niet gebeurt, zal je na 24 uur gebroken vliezen voor extra controles naar het ziekenhuis gaan.

Ga na het breken van de vliezen **zonder** weeën niet meer in bad (douchen mag wel), heb geen gemeenschap meer, gebruik geen tampons en was jezelf niet meer met zeep. Ook vragen we je om je temperatuur op te meten om de 4-6 uur en te bellen indien je temperatuur > 37,8°C is.