mami
verloskundigen

Badbevalling

Je hebt laten weten dat je interesse hebt, of van plan bent, om een bevalbad te gebruiken tijdens de bevalling. Om je goed voor te bereiden, je te helpen met het maken van de juiste keuze en om de bevalling veilig te laten plaatsvinden, hebben we een checklist gemaakt. Deze checklist is een start, verdiep jezelf in de (bad)bevalling. Vraag jezelf af "wat vind ik handig?" en "wat wil ik nog weten over een badbevalling?". Wanneer alles duidelijk is kun je een weloverwogen keuze maken.

Minichecklist

- [x] Mami badbevalling folder gelezen?
- [ ] Is de vloer sterk genoeg?
- [ ] Kan mijn vloer tegen nat worden?
- [ ] Waar kan ik een bevalbad huren?
- [ ] Heb ik een complete set van het bevalbad?
- [ ] Kan het bevalbad vrij in de ruimte staan?
- [ ] Kan ik een bed direct naast het bad regelen?
- [ ] Doe ik iets aan in bad?
- [ ] Heeft mijn partner zwemkleding?
- [ ] Is het bad vullen geoefend?
- [ ] Wil ik sfeerlampjes of -verlichting?
- [ ] Zijn er genoeg (bad-)handdoeken?

Een bevalbad

Er zijn weinig badkamer baden die geschikt zijn voor een badbevalling. Soms kunnen ze wel geschikt zijn om de weeën in op te vangen. Als je denkt dat je eigen bad geschikt is om in te bevallen, willen we vooraf graag een foto en situatieschets zien.

Meestal zal je voor de badbevalling een bevalbad moeten huren. Dit kan op verschillende plekken. In het pakket van een gehuurd bevalbad zitten diverse dingen zoals een thermometer, schepnetje, spiegeltje en slangen.

Veiligheid

Om veilig in bad te kunnen bevallen is het nodig om er goed bij te kunnen. Daarom moet het grootste gedeelte van het bad vrij in de ruimte staan. Vanwege deze benodigde ruimte bevallen veel vrouwen in een bad in de woonkamer.

Direct naast het bad (in dezelfde kamer) is er een bed op klossen of een matras op een stevige tafel nodig. Je bent niet altijd in staat en er is niet altijd de tijd om naar een andere kamer te lopen. Daarom is een bed in een andere kamer, ook als die kamer naast de kamer van het bevalbad is, niet veilig genoeg.

Praktisch

Controleer van tevoren of de slang van het bevalbad past op de kraan die je wilt gebruiken om het bad te vullen én probeer dit uit voordat de bevalling begint.

Een bad vol met water is erg zwaar. Check of de vloer van de ruimte sterk genoeg is om het bad te dragen. Realiseer je dat de vloer nat zal worden tijdens de badbevalling.

Als je partner bij jou in bad wil dan kan dat maar dan wel met zwemkleding aan. In ziekenhuizen mag de partner meestal niet in bad.

Wist je dat het best een klus is om het badwater lekker warm te houden? Het is dus belangrijk om het water regelmatig te checken. Het water mag niet warmer zijn dan 37,7 graden, ook niet bij de start. Doe het bad dus niet te vol zodat je het, bij afkoelen, steeds met warm water kan bijvullen.



Wist je dat we na de geboorte de kleur van het badwater in de gaten houden om een inschatting te maken hoeveel bloedverlies je hebt? Een placenta kan, wanneer deze binnen 15 minuten geboren wordt, in bad geboren worden. Laat de geboorte van de placenta langer op zich wachten dan 15 minuten of wordt het badwater te rood, dan is het beter om deze buiten het bad geboren te laten worden. We willen in dat geval graag meer oog op de hoeveelheid bloedverlies houden.

Wist je dat pas één uur nadat je uit bad bent je huid genoeg hersteld is van het bad. Wanneer het nodig is om te hechten zullen wij dit daarna doen.



Wist je dat als je in bad gaat, het ongeveer 20 minuten duurt voor de hormonen optimaal gaan werken en je er het meeste baat bij hebt? Geef het dus even de tijd als je in bad gaat.

Wist je dat na ongeveer 90 minuten het fijne effect van het bad uitgewerkt is? Daarom adviseren we elke 1,5 tot 2 uur het bad voor een half uur te verlaten, zodat je er weer een fijn effect van hebt als je er daarna weer in gaat.



Wist je dat als de baby geboren wordt, het belangrijk is om het kindje binnen 30 seconden naar boven te halen? Is het hoofdje van de baby boven water geweest, ook al is het kindje nog niet helemaal geboren, dan mag het hoofdje niet meer onder water. Let er ook op dat je niet te hard aan de baby trekt, je weet natuurlijk niet hoelang de navelstreng is en deze moet niet afscheuren.



Wist je dat aan in bad bevallen in het ziekenhuis kosten verbonden kunnen zijn?

Bad uitkomen

Er zijn redenen waarom we je zullen vragen om uit het bad te komen. Voorbeelden hiervan zijn:

- Er zijn zorgen over de conditie van de baby, bijvoorbeeld omdat de hartslag van de baby omlaag of omhoog gaat.
- De bevalling vordert niet genoeg.
- Als je teveel bloedverlies dreigt te gaan hebben.
- Wanneer de baby met het hoofdje geboren is en het lijfje wil niet goed komen.

Tot slot

In bad bevallen kan een hele fijne ervaring zijn voor zowel moeder als kind. Om het goed en veilig te laten verlopen is een goede voorbereiding nodig. We hopen dat deze informatie je helpt bij het maken van de juiste keuze en de nodige voorbereiding.

Wanneer je na het lezen van deze informatie nog vragen hebt, beantwoorden wij deze natuurlijk graag op de praktijk.

Bovenheigraaf 170 • 8091 BZ Wezep
T. 038 - 376 16 74 • I. www.vkmami.nl