

1263/855/4 - © GZA - april 2016



Welkom op onze materniteit!

Onthaalbrochure materniteit

campus Sint-Augustinus
Oosterveldlaan 24
2610 Wilrijk
tel. + 32 3 443 30 11

www.gzaziekenhuizen.be

Sint-Augustinus
GZA . Ziekenhuizen



Inhoud

Inhoud.....	2
Een woordje vooraf	4
Wat te doen vóór opname	5
1. Kamerkeuze	5
2. Erkenning	7
3. Geboortepremie	7
4. Infoavonden.....	8
Opname.....	10
1. Wanneer komt u naar het ziekenhuis?	10
2. Uw aankomst in het ziekenhuis	10
3. Wat brengt u mee?	10
4. Identificatiebandje.....	12
Bevalling.....	13
Uw verblijf op materniteit	14
1. Dagindeling	14
2. Verzorging	15
3. Bezoek van de kinderarts.....	16
4. Bezoek van de kinesist.....	16
5. Bezoekuren	17
6. Overnachting van uw partner.....	17
7. Praktische informatie	18
8. Vallen voorkomen ... ook op materniteit	20
9. Stilte in het ziekenhuis	21
10. Roken is strikt verboden	22
11. Geef diefstal geen kans	22
Terug naar huis	24
1. Algemeen	24
2. Informatie voor u persoonlijk	26
3. Wat u nog moet weten over uw baby.....	28
Wie zijn wij?	30
Belangrijke contactgegevens	31
Vragen	32



Een woordje vooraf

Beste toekomstige ouder(s),

Binnenkort wordt uw/jullie kindje geboren in ons ziekenhuis. Om u duidelijke informatie te verlenen en u te kunnen omringen met de beste zorg hebben wij als verloskundig team deze folder voor u ontwikkeld. Het verloskundig team bestaat uit onze gynaecologen, kinderartsen, anesthesisten, vroedvrouwen, kinderverzorgsters, lactatiekundigen en de kinesisten.

Met deze brochure willen wij u graag helpen zodat u zich optimaal kan voorbereiden op de kraamperiode. U kan een aantal voorbereidingen reeds op voorhand treffen, maar u vindt hier ook informatie over het verblijf op de materniteit en de praktische zaken over de periode na uw verblijf in het ziekenhuis.

Is er iets niet duidelijk omtrent deze informatie, aarzel dan niet om ons extra uitleg te vragen. Wij staan u graag bij met tips en raad. Veel informatie zal ook besproken worden tijdens uw verblijf, maar u kan beter eens iets extra vragen dan onzeker naar huis te gaan.

Graag verwijzen wij ook naar de infoavonden die georganiseerd worden. Meer informatie kan u steeds vinden op de website: www.bevalleninwilrijk.be

Wij hopen alvast dat u mag genieten van een goede zwangerschap om daarna met ons dit avontuur tegemoet te gaan.

*Alvast welkom op onze afdeling!
De vroedvrouwen.*

Wat te doen vóór opname

Er zijn een aantal praktisch zaken die nuttig kunnen zijn om vooraf al in orde te brengen.

1. Kamerkeuze

Op de materniteit zijn er verschillende soorten kamers. Uw kamerkeuze heeft invloed op uw ziekenhuisfactuur. Kiest u voor een eenpersoonskamer, dan betaalt u bovenop de kameropleg en het gewone honorarium van de artsen, een bijkomend ereloon. Deze zogenaamde ereloonsupplementen worden niet door het ziekenfonds terugbetaald. Op een tweepersoonskamer betaalt u kameropleg en het gewone honorarium, maar geen ereloonsupplementen. Bespreek op voorhand met uw arts welke kosten u kan verwachten en neem zeker ook contact op met uw hospitalisatieverzekering om te informeren wat ze al dan niet terugbetalen.

Het prijsverschil tussen de verschillende kamers ligt in een groter kamercomfort. De kwaliteit van de zorg blijft hetzelfde!

Via het vooropnameformulier dat u van uw gynaecoloog of op de infoavond krijgt, kan u uw keuze reeds doorgeven. Deze registratie werkt vlotter als u binnenkomt op verloskamer, maar is geen 'reservatie'! De meeste bevallingen zijn niet gepland en daarom is het onmogelijk om vooraf een kamer vrij te houden. We proberen u steeds uw kamerkeuze te geven. Lukt dit niet, dan krijgt u een kamer die het dichtst aanleunt bij uw keuze. U betaalt slechts de kamer die u gekregen heeft.

Er zijn twee soorten eenpersoonskamers:

- **luxe eenpersoonskamer:** kamersupplement 115€ / dag (Logies inbegrepen)
 - kamer met babybox, badkamer met douche, kitchenette met gootsteen, koelkastje en microgolf;
 - uitklapbed voor de partner.



- **eenpersoonskamer:** kamersupplement 65€ / dag
 - kamer met babymeubel in de kamer, badkamer met douche, kitchenette met gootsteen, koelkastje en microgolf;
 - uitklapbed voor de partner.



- **tweepersoonskamer:** kamersupplement 0€ / dag
 - gezamenlijke babybox, gezamenlijke badkamer met douche, apart koelkastje en gezamenlijke microgolf;
 - partner kan NIET blijven slapen.



2. Erkenning

Bij de geboorte volstaat de vermelding van de naam van de moeder in de geboorteakte om de afstamming langs moederszijde te bewijzen. Bent u gehuwd dan staat de afstamming van de vader vast, maar bent u niet gehuwd en wenst u dat de afstamming ten opzichte van de vader komt vast te staan, dan moet hij uw kindje erkennen. Dit kan vanaf het moment dat de zwangerschap door een arts is vastgesteld en gebeurt best vóór de geboorte bij de ambtenaar van de burgerlijke stand van een gemeente naar keuze in België.

De moeder van het kindje moet toestemming geven. Dit wil dus zeggen dat zowel moeder als vader aanwezig moeten zijn op het moment van de erkenning!

3. Geboortepremie

Per kind krijg u een eenmalige geboortepremie, ook wel 'kraamgeld' genoemd. Deze premie wordt uitgekeerd omdat uw baby immers een hele uitzet nodig heeft! De aanvraag kan u indienen vanaf zes maanden zwangerschap en belangrijk hierbij is dat u uw de behandelende arts een zwangerschapsverklaring laat invullen. De premie wordt uitgekeerd vanaf 2 maanden vóór de vermoedelijke bevallingsdatum. Vanaf een tweede geboorte, volstaat het om een geneeskundig attest op te sturen naar uw kinderbijslagfonds met een duidelijke vermelding van uw dossiernummer. Stuur uw aanvraagformulier naar het kinderbijslagfonds van de werkgever (of de laatste werkgever vóór de werkloosheid of de ziekte) van de aanvrager, of naar het kinderbijslagfonds dat behoort tot dezelfde sociale groep als het sociaal verzekeringsfonds van de aanvrager. Vermeld duidelijk het aansluitingsnummer van de (laatste) werkgever, uw dossiernummer of uw rijksregisternummer op het formulier.

Opname

1. Wanneer komt u naar het ziekenhuis?

Wanneer u denkt dat de arbeid is begonnen, komt u naar het ziekenhuis.

Wij raden u aan om zeker ook naar het ziekenhuis te komen wanneer u:

- bloed verliest;
- vocht verliest;
- last hebt van plotse en/of hevige pijn;
- uw kindje niet of veel minder voelt bewegen.

Bij ongerustheid kunt u steeds contact opnemen met uw behandelde arts of met de verloskamer.

2. Uw aankomst in het ziekenhuis

Overdag

Overdag bereikt u ons het best via de hoofdingang in de Oosterveldlaan.

Via route 450 vindt u onze verloskamer. U belt aan en wacht tot de vroedvrouw u begeleidt naar de arbeidskamer.

's Avonds

Tussen 20 uur 's avonds en 6 uur 's morgens verloopt de toegang tot het ziekenhuis uitsluitend via de dienst spoedgevallen. Deze bevindt zich in de Spoorweglaan. U meldt zich steeds aan bij het onthaal. Daar wordt u opgehaald door een vroedvrouw en begeleid tot aan de verloskamer.

3. Wat brengt u mee?

Voor de administratie

- uw vooropnameformulier;
- uw identiteitskaart;
- uw huwelijksboekje of een erkenningsakte;
- telefoonnummer van partner of vertrouwenspersoon;
- uw bloedgroepkaart;
- uw moederboekje;
- uw allergiekaart;
- actuele medicatielijst;

- een verwijsbrief van uw arts: "opname op de dienst verloskamer - MIC". Dit formulier bevat belangrijke informatie;
- informed consent epidurale anesthesie (indien van toepassing);
- een aangifteformulier van uw bijkomende verzekering. Voor Assurcard of DKV, brengt u de kaart van de moeder mee.

Voor uzelf

- deze brochure,;
- voldoende aangepast ondergoed en nachtkleding;
- voedingsbeha's bij borstvoeding;
- pantoffels;
- toiletgerief;
- handdoeken en washandjes;
- wanneer u gebruik wenst te maken van het relaxatie bad, vragen wij u om een badjas en een badlaken mee te brengen;
- T-shirt of korte nachtjapon voor de bevalling;
- comfortabele dagkleding;
- voedingskussen;
- thuismedicatie;
- kersenpittenkussentje;
- eventueel draagdoek.

Kraamverband en borstcompressen zijn op de materniteit aanwezig.

Voor uw baby

- babykleding brengt u zelf mee (body's, pyjama's, kledij);
- een mutsje;
- krabwantjes;
- een kam en borsteltje;
- een eenvoudige babythermometer (Wanneer u dit wenst, kunt u bij ons een thermometer aankopen - richtprijs: € 7,00);
- kleding voor de dag waarop u uw baby mee naar huis neemt (en draagwieg of maxi-cosi);
- eventueel een dekentje.

De verzorgingsproducten voor uw baby worden u aangeboden door het ziekenhuis. Pampers en vochtige doekjes, alsook flessen voor flesvoeding zijn op de materniteit aanwezig.

Waardevolle zaken brengt u best niet mee naar het ziekenhuis.

4. Identificatiebandje

U krijgt bij opname een bandje om uw pols waarop uw naam, geboortedatum en opnamenummer vermeld staan. GZA staat voor patiëntveilige zorg. Daarom hechten we, voor uw veiligheid, veel belang aan het dragen van het identificatiebandje. Op verschillende momenten tijdens uw verblijf zal u gevraagd worden naar uw naam, voornaam en geboortedatum en zult u het bandje moeten tonen.

Draag dit bandje tijdens uw hele verblijf in het ziekenhuis. Het maakt onder alle omstandigheden duidelijk wie u bent, ook wanneer u dit zelf niet kunt zeggen. Vraag aan de vroedvrouw een nieuw bandje als het losgeknipt werd om bijvoorbeeld een infuus te plaatsen.



Bevalling

Bij een beginnende bevalling dient u zich aan te melden bij het verloskwartier. Hier wordt u onthaald door een vroedvrouw. Zij zal u vragen hoe het verloop van de zwangerschap is geweest, wie de gynaecoloog is etc. Ook zal zij:

- uitwendig voelen hoe de baby ligt;
- de sterkte, de duur en de frequentie van de weeën bepalen (CTG);
- naar het hartje van uw baby luisteren met de monitor (CTG);
- eventueel een vaginaal onderzoek doen om de ontsluiting te bepalen.

Na die eerste evaluatie wordt de gynaecoloog op de hoogte gebracht. Deze beslist of u al dan niet op de verlosafdeling moet blijven.

Indien de arbeid goed gevorderd is, bestaat de mogelijkheid om de contracties op te vangen in bad of op een bal, of om een epidurale verdoving te vragen. Bij de epidurale verdoving of ruggenprik gaat de anesthesist u pijnverdovende medicatie toedienen via een klein buisje in de rug.

Komt u voor een keizersnede, dan zal ook een vroedvrouw u hierin begeleiden. Deze vindt plaats op het operatiekwartier dat zich binnen de verloskamer bevindt.



Uw verblijf op materniteit

Met ongeveer 2 700 geboortes per jaar is onze materniteit één van de grootste in België.

Onze dienst bestaat uit:

- twee verpleegeenheden materniteit (ve20 en ve22);
- een verloskamer;
- een Maternal Intensive Care (MIC);
- een Neonatal Intensive care (NIC).

Daarnaast zorgt een multidisciplinair team van vroedvrouwen, gynaecologen, kinderverzorgsters, kinderartsen, kinesisten, anesthesisten en een psychotherapeut voor begeleiding tijdens uw zwangerschap en bevalling.

Doen er zich tijdens uw zwangerschap complicaties voor, dan kunt u terecht op onze Maternal Intensive Care (MIC), waar we met de modernste middelen waken over de gezondheid van u en uw kindje. Te vroeg geboren kindjes of baby's die intensieve verzorging nodig hebben, worden verzorgd op de dienst neonatologie (NIC)

1. Dagindeling

Zo ziet uw dag eruit

06.30 – 07.00 uur	Dienstoverdracht vroedvrouwen
07.00 – 12.00 uur	Verzorging van moeder en baby Dagelijks bezoek van de kinderarts, de gynaecoloog en de kinesist (indien gewenst) Schoonmaken van de kamer
13.00 – 13.30 uur	Dienstoverdracht vroedvrouwen
14.00 – 20.00 uur	Bezoek
16.00 – 20.00 uur	Verzorging van moeder en baby
21.00 – 21.30 uur	Dienstoverdracht vroedvrouwen

De maaltijden zijn als volgt verdeeld

07.15 – 08.30 uur	Ontbijt
12.15 uur	Middagmaal + koffie/thee
17.30 uur	Avondmaal

Tijdens uw verblijf kan u de maaltijden zelf samenstellen. De papieren dienen ingevuld en afgegeven te worden vóór 11uur.

Maaltijden voor de partners zijn een dag op voorhand aan te vragen aan de dienstkeuken, door op het daarvoor voorziene formulier een kruisje te zetten naast de kamernummer.

Koffie en thee zijn verkrijgbaar tussen 12.30 en 15 uur voor de patiënte en haar partner. Buiten deze uren kan u steeds koffie verkrijgen in de cafetaria op het gelijkvloers.

2. Verzorging

Het verblijf op materniteit is nog maar heel kort. De taak van de vroedvrouw bestaat erin om na te kijken of alles in orde is met moeder en baby, maar vooral in het begeleiden van de ouders en hen voor te bereiden om het thuis alleen te kunnen. Daarom vragen we u om u heel goed te laten begeleiden door de vroedvrouw en haar tips ter harte te nemen.

Moeder

- De vroedvrouw controleert meermaals per dag uw baarmoederhoogte, temperatuur, bloeddruk, episiotomie (knipje) of scheurtje en hoeveel bloed u verliest.
- De tweede dag na de bevalling doen we een routine-bloedonderzoek.
- De vroedvrouw begeleidt u in het geven van borst- of flesvoeding. Wanneer u geen borstvoeding geeft, kan u medicatie krijgen om de melkproductie af te remmen. Maar de melkproductie kan ook op een natuurlijke manier afgeremd worden. Voor meer informatie hierover, kan u terecht in onze brochure over flesvoeding.
- Wanneer u dit wenst, geeft onze kinesist(e) u de eerste postnatale oefeningen op uw kamer.

Baby

- De kinderarts van wacht onderzoekt uw baby binnen de 24 uur.
- De vroedvrouw begeleidt u bij de verzorging van uw baby.
- Voor uw vertrek nemen we bij uw kindje een bloedstaaltje om stofwisselingsstoornissen op te sporen (zie brochure “De opsporing van aangeboren metabole aandoeningen”) of we geven het kaartje mee naar huis om het op een later afgesproken tijdstip te laten nemen.

3. Bezoek van de kinderarts

Bij een keizersnede kijkt de kinderarts uw baby onmiddellijk na de geboorte en bij problemen na.

In alle andere gevallen komt de kinderarts uw baby de eerste dag op materniteit nakijken.

Zij controleert de reflexen, de kleur en het hartje van de baby.

Dagelijks komt zij de kleur van de baby nakijken en informeren of er problemen zijn.

Zij houdt ook, samen met de vroedvrouwen, het gewicht van de baby in het oog.

4. Bezoek van de kinesist

U kan vrijblijvend het bezoek krijgen van een kinesist. Bij aankomst op materniteit zal u gevraagd worden of u dat bezoek wenst. De kinesist zal u lichte basisoefeningen aanleren. Deze zet u thuis best verder. Na vijf à zes weken hebt u voldoende spiertonus opgebouwd om te starten met zwaardere postnatale oefeningen (zes weken voor keizersnede).



5. Bezoekuren

De bezoeken op de dienst zijn strikt van 14 tot 20 uur, met uitzondering voor de partners en oudere kinderen. Zij zijn uiteraard altijd welkom buiten de bezoeken. Toch vragen we u om rekening te houden met de rust in het ziekenhuis.

Op een tweepersoonskamer willen we u wel verzoeken dat, omwille van de privacy van de andere patiënte, uw partner ten laatste om 22 uur naar huis gaat.

In de voormiddag en na 20 uur laten wij geen bezoek toe, in het belang van de moeder.

De hoofdingang van het ziekenhuis is gesloten vanaf 20 uur. U kunt het ziekenhuis dan enkel verlaten via de dienst spoedgevallen in de Spoorweglaan.

Wij raden u echter aan om zelf uw bezoek te beperken en de korte tijd op materniteit volledig te benutten om uw baby te leren kennen en zijn verzorging en zijn voeding optimaal onder de knie te krijgen.

Voor de partner is er een badge voorzien om de dienst binnen te kunnen buiten de bezoeken, want dan zijn de deuren van de afdeling op slot. Deze badge kan u verkrijgen bij de vroedvrouwen in ruil voor de identiteitskaart van de mama.

Ook indien uw baby op de neonatale afdeling ligt, wordt deze badge voorzien.

6. Overnachting van uw partner

Uw partner kan enkel blijven overnachten wanneer u op een eenpersoonskamer ligt. Hiervoor rekenen wij een supplement van 15 euro aan. Dit supplement is niet van toepassing wanneer u verblijft op een luxekamer.

Voor de maaltijden gelden volgende supplementen:

- ontbijt: € 4;
- middagmaal: € 10;
- avondmaal: € 6.

7. Praktische informatie

Administratie

Wanneer uw kindje geboren is, moet u dit aangeven. Deze aangifte moet door de wettige ouders gebeuren binnen de vijftien kalenderdagen na de geboorte. De aangifte gebeurt uitsluitend op het stadsloket in het ziekenhuis en niet meer in het districtshuis van Wilrijk.

Wanneer u gehuwd bent, kan één partner het kindje alleen aangeven. Een ongehuwde partner kan alleen de aangifte doen wanneer voorafgaand aan de geboorte een erkenningsakte werd opgesteld. Deze erkenning kan ook tegelijk met de aangifte van de geboorte gebeuren. Hiervoor moet u wel samen aanwezig zijn op het stadsloket in het ziekenhuis. Als de baby niet erkend wordt, moet de moeder de baby zelf aangeven en krijgt de baby haar familienaam.

De documenten die u moet meenemen bij de aangifte zijn: het aangifteformulier dat u krijgt in het ziekenhuis, de identiteitskaarten van zowel de moeder als de vader, het trouwboekje als u gehuwd bent of het erkenningsbewijs (als u dit in uw bezit heeft). De ambtenaar van de Burgerlijke Stand maakt de geboorteakte op. U krijgt formulieren voor de aanvraag van de geboortepremie, de kinderbijslag, de aansluiting van uw kindje bij het ziekenfonds en het bewijs voor de verplichte inenting tegen polio. Al deze formulieren moet u bezorgen aan de juiste instanties.

U krijgt een bericht van de opname dienst als de formulieren voor de geboorteaangifte klaar zijn. Die kan u afhalen aan de inschrijvingskiosk in de hal van het ziekenhuis bij voorkeur tussen 11 en 15 uur. Neem daarvoor de identiteitskaart van beide ouders mee.

Als de baby de familienaam van de moeder heeft, kan enkel zij de papieren afhalen.

U kan op dinsdag en donderdag de baby in het ziekenhuis aangeven. Daarvoor krijgt u een afspraak als u de formulieren gaat ophalen.

Aan de inschrijvingskiosk worden ook de verzekeringspapieren in orde gebracht en zal gevraagd worden om het bewijs voor de opleg van uw kamer te ondertekenen.

Indien u geen hospitalisatieverzekering heeft, zal gevraagd worden om een voorschot te betalen.

Gsm

Op de afdeling materniteit mag u uw gsm gebruiken. Wanneer u gebruik wenst te maken van het telefoontoestel op uw kamer, vraagt u een code aan op het onthaal van het ziekenhuis. Bij ontslag vernietigt u de code.

Internet

Om toegang te bekomen tot internet, kan u inloggen op GZA-public met als gebruikersnaam en paswoord 'welkom'. Toegang tot internet is gratis.

Kind en Gezin

Op de afdeling komt een verpleegkundige langs van Kind en Gezin. Bij problemen bezoekt ze u reeds op de kamer. Na uw ontslag uit de materniteit wordt u binnen de twee weken telefonisch gecontacteerd en wordt er een eerste bezoek afgesproken, alsook de gehoortest.

Doopsel

Het doopsel van uw baby gebeurt bij voorkeur in uw parochiekerk. In bijzondere omstandigheden kan dit in de kapel van het ziekenhuis. De afdeling zorgt dan voor een afspraak met onze pastorale dienst.

Parkeren

Er kan een 10-beurtenkaart voor de parking bekomen worden aan de balie van de inkomhal. Dit houdt in: Parkeren zonder tijdslimiet voor € 20. Deze kaart blijft ook nog geldig na het ontslag van de mama.

Bezoekerstoiletten

Bezoekerstoiletten bevinden zich in de gang aan de liften.

8. Vallen voorkomen ... ook op materniteit

Omdat u kort na de bevalling (door vermoeidheid, lage bloeddruk, bloedverlies en duizeligheid) meer risico loopt om te vallen, willen we u graag enkele tips meegeven. Daarmee willen we proberen te voorkomen dat u of uw baby zou vallen.

Voor de mama

- Kom de eerste keer niet zonder begeleiding uit bed.
- Kom langzaam uit bed (eerst op de rand van het bed gaan zitten, pas daarna rechtstaan).
- Doe geen enkele deur op slot.
- Zet de douche niet te warm en doe de badkamerdeur best niet volledig dicht.
- Zorg dat de rem van het bed steeds op staat.
- Zet het bed steeds in de laagste stand, tenzij het noodzakelijk is om het hoger te zetten om de baby beter te kunnen bereiken (blijf er dan wel alert op dat het bed zo hoog staat als u zich omdraait of eruit komt).
- Het nachtkastje en het babybed zijn geen stevig materiaal om je aan vast te houden!
- Zorg dat u steeds uw nachtkastje, bel of andere benodigdheden binnen handbereik hebt.
- Zet uw infuusstandaard steeds aan de uitstapkant van het bed (let wel op voor het elektriciteitssnoer bij een infuus pomp).
- Draag schoenen of pantoffels met een goede anti slip zool.

Voor de baby

- Laat de baby nooit alleen achter op het bed van de moeder of het verzorgingskussen zonder extra bescherming (bedsponden en kussens rond de baby).
- Neem de baby enkel op als je zelf stabiel staat.
- Zorg dat de hoogte van het babybed en van het bed van de moeder op elkaar afgestemd zijn.
- Zorg dat het plexiglazen kuipje van het babybed vast staat.
- Als de baby mee in het bed van de mama ligt, moet de bedsonde omhoog aan de kant waar de baby ligt en naast / achter de baby een matras of (worst) kussen zodat de baby beschermd ligt of gebruik een kangoeroedoek of T-shirt om de baby in vast te steken.
- Als je met de baby buiten de kamer gaat, leg je hem steeds in het babybedje.

Algemeen

- Zorg voor orde en netheid op de kamer.
- Laat geen materiaal rondslingeren op de grond.
- Zorg voor voldoende verlichting op de kamer.

9. Stilte in het ziekenhuis

Respecteer de rust van uw medepatiënten en beperk lawaaihinder.

- Sluit uw kamerdeur om geluidsoverlast voor uw burens te voorkomen.
- Beperk het aantal bezoekers zodat dit geen overlast veroorzaakt voor eventuele kamergenoten.
- Voer geen lange gesprekken in de gang.
- Laat kinderen niet in de gangen en traphallen spelen. Op materniteit is er een lokaal waar bezoekers (met kinderen) terecht kunnen.
- Demp het geluid van uw radio of televisie, zeker na 21 uur.
- Voer geen lange gsm- of telefoongesprekken na 21 uur.

Als u hinder hebt van medepatiënten of bezoekers, meld dit dan aan een vroedvrouw.

Wij vragen respect voor onze zorgverleners.

In GZA trachten we u de beste zorg te geven met respect voor de eigenheid van elke patiënt en haar familie. Ook omgekeerd vragen wij u als patiënt of bezoeker om het nodige begrip en respect voor onze zorgverleners.

*“Respect is net als een glimlach: het kost niets en iedereen stelt het op prijs.”
(Vagner Fernandes Lobosco)*

10. Roken is strikt verboden

In GZA geldt een absoluut rookverbod. Dit is wettelijk bepaald door het KB van 31 maart 1987, o.a. omwille van brandveiligheid. Daarnaast hoeven we u niet te vertellen dat roken slecht is voor uw gezondheid en die van uw baby.

Het is verboden te roken op uw terras. U kan steeds terecht in de zomertuin waar een rokersruimte voorzien is.

11. Geef diefstal geen kans

- Breng bij opname in het ziekenhuis geen geld, juwelen, huissleutels of andere waardevolle voorwerpen mee of geef ze aan familie of vrienden mee.
- U kunt uw waardevolle zaken opbergen in de kluis op uw kamer. Laat uw portefeuille, handtas of andere bezittingen niet onbewaakt achter bij het verlaten van de kamer.
- Het ziekenhuis kan niet verantwoordelijk worden gesteld voor eventueel verlies of diefstal.
- Denkt u toch bestolen te zijn, aarzel dan niet om zo snel mogelijk een vroedvrouw hiervan op de hoogte te brengen.



Terug naar huis

1. Algemeen

Wanneer

Op de derde dag na de bevalling (bij een keizersnede op de vijfde dag), gaat u naar huis.

Wanneer er complicaties optreden kan deze opnameduur met goedkeuring van uw gynaecoloog verlengd worden.

De kinderarts en uw gynaecoloog komen op de dag van ontslag nog bij u langs. Ook komt uw eigen gynaecoloog nog bij u langs voor u naar huis gaat. Tijdens het weekend of op een feestdag zal dit de gynaecoloog van wacht zijn of één van de assistenten gynaecologie.

Wij vragen u om nog te wachten op deze twee belangrijke visites in de kamer.

Administratie

Belangrijk wanneer u het ziekenhuis verlaat, is dat u de badge die u kreeg bij opname terug inlevert bij de vroedvrouwen.

Ook dient u de papieren voor de geboorteaangifte reeds opgehaald te hebben.

Hoe en waar u dit kan doen, werd eerder al besproken bij “praktische informatie” op pagina 18.

Verder dient u niets te doen bij ontslag. Geef enkel een seintje aan de vroedvrouwen bij uw vertrek. Wij zullen u op dat moment uitschrijven op onze dienst.

Financiën

De geboortepremie wordt uitbetaald vanaf de zesde maand zwangerschap. Wanneer dit nog niet gebeurde, kunt u dit alsnog aanvragen via uw werkgever.

Onze opnamedienst zorgt ervoor dat uw gegevens goed worden ingevoerd in het geautomatiseerd systeem van het ziekenhuis. Zo ontvangt u na een tweetal maanden een correcte afrekening.

Zorg ervoor dat de formulieren van de eventuele hospitalisatieverzekering in orde zijn. Als u de geboortepapieren afhaalt op de opnamedienst, kan u ook de nodige regelingen treffen i.v.m. rechtstreekse facturatie aan de hospitalisatieverzekering.

Sociale rechten

Er zijn verschillende verlofmogelijkheden voor zwangeren of jonge ouders.

Moederschapsverlof, verlenging van moederschapsverlof bij de hospitalisatie van het kindje na de geboorte, vaderschapsverlof, borstvoedingsverlof, borstvoedingspauzes, ouderschapsverlof, tijdskrediet, enzovoort.

Voor informatie over deze vormen van werkonderbreking, kunt u terecht bij uw werkgever, bij Kind en Gezin of bij de mutualiteit. Wanneer u dit wenst, kunt u ook informatie verkrijgen via onze sociale dienst. Spreek gerust een vroedvrouw hierover aan als u dat wenst.

Hulp thuis

Thuis kunnen er nog heel wat vragen opduiken. Daarom kunt u een beroep doen op een zelfstandige vroedvrouw of op een andere hulpverlener. Uiteraard kunt u steeds bij ons terecht voor telefonisch advies en raadgevingen. De telefoonnummers van de afdelingen en de hoofdvroedvrouwen vindt u achteraan in deze brochure.

Een zelfstandige vroedvrouw staat niet alleen in voor medische zorgen bij de moeder maar geeft ook advies, begeleiding en ondersteuning. Bovendien zorgt zij ook voor uw baby. Zij voert een hielprik uit, weegt uw kindje, ... Indien nodig kan zij u doorverwijzen naar uw huisarts, gynaecoloog en/ of kinderarts.

Gedurende het eerste levensjaar van uw baby heeft u recht op tien visites door een vroedvrouw aan huis. Zij kan u verder begeleiden gedurende deze periode en bijstaan in het geven van tips en advies. Deze tien huisbezoeken worden volledig terugbetaald door de mutualiteit (behalve de verplaatsingskosten) indien de vroedvrouw geconventioneerd is. Dit betekent dat zij zich houdt aan de tarieven, vooraf opgelegd door het RIZIV.

U regelt best zelf deze afspraken met de vroedvrouw. Sommige van onze eigen vroedvrouwen zijn ook deeltijds zelfstandig (en allen geconventioneerd) en kunnen dus gebeld worden voor thuisbezoek.

U vindt hun namen, adressen en telefoonnummers op het losse blad in deze brochure. Ook kan u terecht bij het vroedvrouwenteam van het Wit-Gele Kruis via de website www.witgelekruis.be/thuisverpleging-en-thuishulp/vroedvrouw-aan-huis of tel. 014 24 24 14. Of u kan een vroedvrouw zoeken via www.kraamvogel.be, kies het tabblad “kraamzorg” en klik dan door op “kaartje”.

Soms is er hulp nodig van een kraamverzorgster die een paar uurtjes per dag de zorg voor het gezin op zich neemt. Dit kan bijvoorbeeld zijn na een keizersnede, als u moeder bent geworden van een meerling, meerdere kinderen in het gezin hebt, alleenstaand bent, polyklinisch bevalt, ... De kraamverzorgster voert huishoudelijke taken uit en geeft sociale ondersteuning.

Kraamhulp wordt door verschillende instanties aangeboden. De hulp is niet gratis maar wordt berekend op basis van uw inkomsten. U kunt dit best navragen bij de mutualiteit, Kind en Gezin, Familiehulp of een expertisecentrum voor kraamzorg. Telefoonnummers en websites vindt u achteraan in dit boekje.

2. Informatie voor u persoonlijk

Normaal verloop kraamperiode

U kan zich tot ongeveer zes weken na de bevalling verwachten aan vaginaal bloedverlies. Uiteraard zal dit gedurende de weken afnemen en van kleur veranderen. Indien u toch het gevoel heeft dat u te veel bloed en/of klonters verliest, kan u best contact opnemen met uw vroedvrouw en/of gynaecoloog of huisarts.

Wij raden u aan om te zorgen voor een goede hygiëne: de eerste weken regelmatig spoelen met water, zeep best te vermijden. Neem douches en geen zitbaden, ga niet zwemmen in chloorwater en gebruik geen tampons, dit alles aangezien u meer vatbaar bent voor infecties.

Seksuele betrekkingen en zwemmen zijn af te raden zolang u bloedverlies hebt.

Kind en Gezin zal u contacteren en alvast een datum voor een kennismakingsgesprek vastleggen. Ook de gehoortest en afspraken voor de vaccinaties worden, in samenspraak met u, vastgelegd.

Wondverzorging

Als u een knipje (episiotomie) of een scheurtje hebt, zal uw arts of uw vroedvrouw u tips geven voor de verzorging. Deze wonde geneest wanneer de hechtingsdraad vanzelf verteerd is, na zeven à tien dagen.

Wanneer u beviel met een keizersnede, gaat u waarschijnlijk naar huis met de hechtingen of nietjes nog in de wonde. Spreek met uw arts af door wie en wanneer de nazorg zal gebeuren.

Voorschriften

Zorg ervoor dat uw arts de nodige formulieren heeft klaargemaakt en ondertekend:

- een vertrouwelijk formulier voor de mutualiteit;
- een formulier voor de hospitalisatieverzekering;
- een attest voor uw werkgever;
- een voorschrift voor de postnatale oefensessies.

Waarschijnlijk hebt u nog medicatievoorschriften nodig van uw arts. Zorg ervoor dat de dokter u een voorschrift meegeeft voor een ijzerpreparaat (indien nodig), eventuele pijnstillers, onstekingsremmers of anticonceptie. Bespreek met de gynaecoloog ook de dosering en de duurtijd van de medicatie.

Afspraken

U maakt best zo snel mogelijk een afspraak bij uw arts voor de nacontrole, dit rond zes weken na de bevalling.

Indien u een vroedvrouw aan huis wenst, kan u haar best ook al tijdens uw verblijf (of vooraf) contacteren voor het maken van een afspraak.

Anticonceptie

Spreek hierover met uw arts voordat u vertrekt.

Bij moeders die borstvoeding geven, kan de eisprong uitgesteld blijven. Dit is echter geen veilige methode voor anticonceptie.

Postnatale oefeningen

Na vijf à zes weken (bij een keizersnede zes weken) kan u starten met oefeningen. U bent vrij om een kinesist te kiezen. U kunt terecht op onze dienst fysische geneeskunde en revalidatie voor gemeenschappelijke oefensessies (zie telefoonnummers verder in deze infobundel).

De kinesiste die u eventueel op de kamer hebt gezien, geeft u de nodige informatie mee zodat u thuis van start kunt gaan met enkele lichte oefeningen.

Wanneer u na een tijdje nog steeds last ondervindt van een zwakke bekkenbodem (urineverlies, zwaar gevoel), contacteer dan uw arts en maak een afspraak voor bekkenbodentrainingen. Het volledige herstel van deze spieren is namelijk zeer belangrijk, ze ondersteunen de buikorganen.

Het eventueel huren van een afkolftoestel

Indien u thuis nog verder moet afkolven omdat uw kindje nog is afgefallen of verblijft op de neonatale dienst, dient u een afkolftoestel in huis te hebben op de dag van ontslag. Deze kan u op verschillende plaatsen huren zoals bij de mutualiteit, sommige apotheken of in ons ziekenhuis. Wij werken hiervoor samen met de organisatie “Boobs & Burps” en geven u dan een huurtoestel mee, identiek aan het toestel dat u in het ziekenhuis gebruikte.

Het is belangrijk u goed te informeren over een afkolftoestel, want soms is het belangrijk welke mogelijkheden het afkolftoestel heeft, vooral om de melkproductie op gang te brengen.

3. Wat u nog moet weten over uw baby

Verzorging

U leerde tijdens uw verblijf hoe u uw kindje best kan verzorgen en observeren. U leerde de temperatuur te nemen, navel te verzorgen en hoe u best kunt verluieren of een badje geven. Neem uw tijd om al deze zaken nogmaals met de vroedvrouw te overlopen voor u vertrekt.

Voeding

Wanneer u borstvoeding geeft, raden we u aan om onze brochure “Borstvoeding” voor u vertrekt na te lezen en met de vroedvrouw te overlopen.

Wanneer u flesvoeding geeft, neemt u de brochure “Flesvoeding” door met uw vroedvrouw.

Zorg ervoor dat u weet welke melk uw baby krijgt, hoe u een flesje moet bereiden, hoe u de flessen moet steriliseren en hoe de voeding moet opgewarmd worden. Het opklimschema voor de volgende vier weken staat ook in die brochure. Zorg ervoor dat het melkpoeder is aangekocht voor thuis, u krijgt immers geen voeding mee. Kies water (voor het oplossen van de poeder) dat geschikt is voor babyvoeding. Dit moet op het etiket van de fles vermeld staan. De flessen en spenen staan best gesteriliseerd klaar als u thuiskomt.

Verder voedingsadvies krijgt u via de zelfstandige vroedvrouw, Kind en Gezin, uw kinderarts of uw huisarts.

Algemeen

Voor meer informatie over uw baby, raadpleeg onze brochure “Naar huis met uw baby” die u bij uw aankomst op materniteit ontvangt. Daar vindt u veel nuttige en praktische informatie in terug.



Wie zijn wij?

Materniteit

Hoofdvroedvrouw: Grit Verkinderen 03 443 42 27
Adjunct-hoofdvroedvrouw: Marian Van de Sande

Verloskamer - MIC

Hoofdvroedvrouw: Annick Cools 03 443 58 39
Adjunct-hoofdvroedvrouw: Gerd De Backker

Coördinator

Leen Adriaenssens 03 443 58 40

Belangrijke contactgegevens

Telefoonnummers

Onthaal campus Sint-Augustinus 03 443 30 11
Materniteit
Ve 20 (kamers 3202 – 3227) 03 443 35 20
Ve 22 (kamers 3301 – 3314) 03 443 35 22
Verloskamer 03 443 35 39
Spoed 03 443 39 00
Neonatale dienst 03 443 35 17
Consultatie pediatrie 03 443 38 96
Dienst fysische geneeskunde en revalidatie 03 443 38 65

Websites

van de kraamafdeling www.bevaleninwilrijk.be
van de kinderafdeling www.augustientje.be
van vroedvrouwen (algemeen) www.kraamvogel.be
van Kind & Gezin www.kindengezin.be

Kinderartsen campus Sint-Augustinus

Raadpleging na afspraak via:
tel. 03 443 30 11 (centrale)
tel. 03 443 38 96 (secretariaat kindergeneeskunde)
dr. Myriam Carrette
dr. Florence Slap
dr. Ann van de Castele
dr. Christine Van Mol
dr. Christine Vandeputte
dr. Ann Vander Auwera
dr. Els Verlinden
dr. Sascha Van Nuijs
dr. Katrien Vanrykel
dr. Kathleen Plaskie
dr. Lara Garabedian
dr. Elke Dierckx

