



# Geboorteplan checklist

Hebt je gedacht aan de volgende onderdelen?

Voor de geboorte:

- Echo's?
- Inwendig onderzoek? (look iets voor tijdens geboorte)

Tijdens de geboorte:

- Inleiden?
- Routine infuus? (ziekenhuis)
- Geboortekomgeving? (muziek, geur, eten, schemer)
- Wie zijn er aanwezig bij de geboorte?
- Continu monitoren van het hartje? (CTG = ziekenhuis)
- Houding? (wil je liggen op bed, baarkruk, yogabal, bevalbad, alle van deze opties?)
- Vliezen breken?
- Coachen? (wil je dat ze je "helpen" met persen?)
- Film/foto?

Na de geboorte:

- Oxytocine prik?
- Vitamine K voor de baby?
- Gelijk huid op huid contact
- Borstvoeding
- Vernix laten intrekken?
- Uit laten kloppen van de navelstreng

