

# Kraamzorg de Zorgboog

## Inschrijving en/of informatie

de Zorgboog  
Afdeling Kraamzorg,  
Postbus 16, 5760 AA Bakel  
telefoon 0492 - 504 876 (tijdens kantooruren)  
kraamzorg@zorgboog.nl

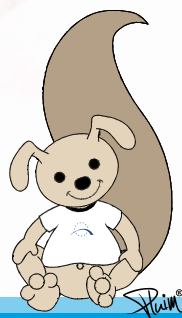
## Bevallingslijn

0900 - 559 35 55  
(24 uur per dag bereikbaar)

## Informatie over de Zorgboog

Bij de Zorgboog staan we klaar voor alle generaties. Iedereen, ongeacht leeftijd, kan bij ons terecht voor een breed pakket aan diensten in wonen, welzijn en zorg in de regio Zuidoost-Brabant. Daarbij werken we intensief samen met andere zorgverleners als huisartsen en ziekenhuizen. U vindt ons in een woonzorgcentrum bij u in de buurt, in de thuiszorgwinkel of we komen bij u aan huis. Zo krijgt u altijd de beste zorg. Dagelijks zetten zo'n 2400 medewerkers en 1000 vrijwilligers zich daarvoor in.

Wilt u meer informatie over de Zorgboog? Kijk dan op onze website [www.zorgboog.nl](http://www.zorgboog.nl) of bel met het Clientcontactcentrum, telefoonnummer 0900 - 899 86 36.



Aan de folder kunnen geen rechten worden ontleend





# Kraamzorg de Zorgboog

**Gefeliciteerd! Je verwacht een kindje! Dat betekent dat je een leuke, maar ook spannende tijd tegemoet gaat. De Zorgboog kan je daarbij van dienst zijn. Wij bieden je een breed zorgpakket rondom je zwangerschap en kraamtijd. Enerzijds om te helpen zonder problemen de zorg voor je kind en je gezin na je kraamperiode weer zelfstandig op je te nemen. Anderzijds om je kindje een optimale bescherming te geven in deze eerste, maar belangrijke fase van zijn of haar leven.**

Inleiding .....	3
Thuis of in het ziekenhuis .....	4
JJWJ, samen in geboortezorg .....	5
Kennismaking .....	5
Wanneer de bevalling begint... ..	6
Wat doet de kraamverzorgende? .....	6
Ben je tevreden? .....	8
Wat doet de Zorgboog nog meer voor jou? .....	8
Aandachtspunten bij hulp vanuit de afdeling kraamzorg .....	11
Advieslijst voor moeder en kind .....	12
Ruimte voor eventuele notities .....	15
Aanmelding .....	16



Negen maanden zwanger lijkt een hele tijd, maar uit de praktijk blijkt dat die maanden echt nodig zijn om je optimaal voor te bereiden op het komende ouderschap. De Zorgboog helpt je daarbij, met een helder boekje dat antwoord geeft op tal van vragen rondom zwangerschap en kraambed. Wij wensen je een voorspoedige en gezellige kraamtijd toe!

## **Inschrijving en/of informatie**

de Zorgboog  
Afdeling Kraamzorg,  
Postbus 16, 5760 AA Bakel  
telefoon 0492 - 504 876 (tijdens kantooruren)  
kraamzorg@zorgboog.nl

## **Bevallingslijn**

0900 - 559 35 55  
(24 uur per dag bereikbaar)





## Kraamzorg

### Thuis of in het ziekenhuis

Al vroeg tijdens de zwangerschap moet je beslissen of je thuis wilt bevallen of in het ziekenhuis. Een keuze waarbij je verloskundige je kan helpen. In Nederland vindt ongeveer een derde van alle bevallingen thuis plaats. Dit kan alleen omdat in ons land hier de kraamzorg zo goed geregeld is. Als je gezond bent en alles wijst op een normale bevalling, staat niets een thuisbevalling in de weg. Dit gebeurt onder leiding van je verloskundige, die daarbij wordt geassisteerd door een kraamverzorgende.

Het kan gebeuren dat de verloskundige je tijdens je zwangerschap verwijst naar de gynaecoloog in het ziekenhuis. Er is dan sprake van een medische indicatie. Dat wil zeggen dat er een medische reden is waardoor het beter is dat de gynaecoloog je zwangerschap controleert en dat je onder leiding van een gynaecoloog in het ziekenhuis bevalt. Als je wat langer in het ziekenhuis moet blijven, kun je in veel gevallen toch kraamzorg krijgen. Wil je weten of je dan nog in aanmerking komt, bel dan met de afdeling kraamzorg.

Als je de voorkeur geeft aan een poliklinische bevalling in het ziekenhuis, is dit ook mogelijk zonder medische indicatie. De bevalling vindt plaats onder leiding van je eigen verloskundige, geassisteerd door een kraamverzorgende. Normaal gesproken ga je met de baby binnen enkele uren na de bevalling naar huis om daar de rest van je kraamtijd door te brengen.

### Centrum voor Geboorte & Gezin Elkerliek

Het Centrum voor Geboorte & Gezin Elkerliek biedt een prettige plek om te bevallen. In dit geboortecentrum werken alle betrokkenen bij de geboortezorg in de Peelregio nauw samen (JIIWIJ). Ideaal voor de aanstaande ouders, omdat de bevalling kan plaatsvinden in de integrale verloskamers. Je hoeft dus niet meer van kamer te wisselen en alle zorg is op elkaar afgestemd. Je mag na de bevalling naar huis of als je wat langer moet blijven wordt je naar een gezinssuite gebracht waar je, zelfs als je kindje in een couveuse ligt bij je kindje kunt blijven. Moeder en kind worden dus nooit meer gescheiden. Bij het Centrum voor Geboorte & Gezin Elkerliek kunnen ouders dag en nacht terecht. Meer informatie vind je op [www.elkerliek.nl/centrumgeboortegezin](http://www.elkerliek.nl/centrumgeboortegezin).

Iedereen kan gebruik maken van het Centrum voor Geboorte & Gezin Elkerliek. Vraag bij je zorgverzekeraar na of je in aanmerking komt voor een (gedeeltelijke) vergoeding.

### JIIWIJ, samen in geboortezorg

In JIIWIJ werken alle geboortezorgverleners in de Peelregio samen: verloskundigen, gynaecologen, de kraamzorg, maar ook anesthesisten, echoscopisten en kinderartsen. Wij stemmen onze zorg nauwkeurig af op jouw persoonlijke omstandigheden, voorkeuren en wensen. Bevallen kan thuis of in het ziekenhuis. Bij JIIWIJ sta JIJ centraal.

### JIJ houdt de regie

Hoewel de verloskundige begeleiding meestal dicht bij huis plaatsvindt, loopt het soms anders en is ziekenhuiszorg nodig. In ons teamoverleg bespreken Wij iedere aanstaande moeder en wisselen we medische gegevens uit. Doordat zo ook de gynaecologen, verloskundigen en kinderartsen in het ziekenhuis goed op de hoogte zijn, kunnen we bij risico's, complicaties of acute situaties snel schakelen. Bovendien werken we allemaal op dezelfde manier. Dat geeft duidelijkheid en rust; JIJ houdt de regie. Wij bieden jou de beste en veiligste begeleiding voor, tijdens en vlak na je zwangerschap.



## Kennismaking

In de zevende maand van je zwangerschap heb je contact met de consulente kraamzorg. Tijdens dit contact worden voorlopige afspraken gemaakt over het aantal uren kraamzorg dat je gaat ontvangen. Zeker als je voor de eerste keer gaat bevallen, heb je vast nog een groot aantal vragen. Stel ze gerust aan de consulente kraamzorg, die op basis van haar uitgebreide ervaring je vragen kan beantwoorden. Ook als je bepaalde verwachtingen en/of wensen hebt met betrekking tot de kraamzorg, kun je deze in alle openheid met haar bespreken.

## Wanneer de bevalling begint...

Als de baby zich aandient, neem je contact op met de verloskundige die de bevalling begeleidt.

## Bij een thuisbevalling

De verloskundige waarschuwt de afdeling kraamzorg van de Zorgboog. De afdeling kraamzorg is dag en nacht bereikbaar via het nummer van de 'bevallingenlijn' dat bij je wordt achtergelaten in het kennismakingshuisbezoek. Houd er rekening mee, dat je - buiten kantooruren - doorgeschakeld wordt naar de dienstdoende planner kraamzorg.



## Bij een (poli)klinische bevalling

Als het tijdstip waarop moeder en de baby thuishkomen bekend is, geef dit dan zo spoedig mogelijk aan de afdeling kraamzorg door. Dit kan ook 24 uur per dag. In dit telefonisch contact wordt afgesproken wanneer de kraamverzorgende bij je thuis komt.

## Wat doet de kraamverzorgende?

De kraamverzorgende assisteert de verloskundige bij de thuisbevalling en de (poli)klinische bevalling in het ziekenhuis. Als de afdeling kraamzorg op de hoogte is gesteld van de komende bevalling, komt een kraamverzorgende zo snel mogelijk naar je toe.

Eenmaal bij je thuis informeert zij naar de situatie bij de verloskundige. Indien deze niet aanwezig is, vraagt zij je welke instructies er achtergelaten zijn. Zij zet daarna alle benodigdheden voor de bevalling klaar (kruiken in de wieg, kleertjes voor de baby, ondersteek schoonmaken, wieg opmaken). Ondertussen houdt zij steeds in de gaten hoe het met je gaat en helpt je desgewenst bij het opvangen van de weeën. Tijdens de bevalling is het haar taak om de verloskundige te assisteren en de instructies uit te voeren. Na de bevalling verzorgt de kraamverzorgende jou en je baby. Zij houdt gedurende de eerste twee uur na de geboorte de gezondheidssituatie van moeder en kind extra goed in de gaten. Als je in het ziekenhuis bevalt, komt de kraamverzorgende bij je thuis op de dag dat jij en je baby naar huis mogen.

Bij aanvang van de kraamzorgperiode gaat zij met je na op welke tijdstippen zij de komende dagen in het gezin aanwezig is. In eerste instantie wordt dit gebaseerd op de vastgelegde uren in de 'zorgovereenkomst'. Indien het verloop van de bevalling daartoe aanleiding geeft, vindt er uiteraard bijstelling plaats. Tijdens de gehele kraamzorgperiode worden alle bevindingen bijgehouden in het kraamzorgplan. Elke dag stemmen we de zorg af op je behoefte.

De verzorging van jou en je baby is het belangrijkste onderdeel van het werk van een kraamverzorgende. Daarbij horen ook hulp bij borst- of flesvoeding, zorg dragen voor voldoende rust en hygiëne. Ze geeft begeleiding en instructie tijdens de verzorging en verder zoveel mogelijk voorlichting voor de eerstkomende tijd, als zij zelf niet meer aanwezig zal zijn. Bij alles wat de kraamverzorgende doet, neemt zij de instructies van de verloskundige in acht. Voordat de kraamverzorgende naar huis gaat, neemt ze de nodige instructies met je door voor de periode dat zij afwezig is. Naast de verzorging van jou en je baby verzorgt ze zo nodig ook andere gezinsleden. De kraamverzorgende heeft een gastvrouwrol in je gezin en het ontvangen van je bezoek behoort tot haar taak. Jouw rusttijden en die van je baby worden door haar zo goed mogelijk in acht genomen. Dit gebeurt in overleg.





Het aantal uren kraamzorg dat wij je kunnen bieden is afhankelijk van de voorwaarden van je zorgverzekeraar. De omvang van zorg wordt vastgesteld aan de hand van een aantal criteria. Deze criteria zijn vastgelegd in het Landelijk indicatie protocol voor kraamzorg. Dit protocol hanteren wij in opdracht van je zorgverzekeraar. De basiszorg waarop je mag rekenen bedraagt 49 uur bij borstvoeding en 45 uur bij flesvoeding. Bij medische noodzaak en bij bijzondere gezinsomstandigheden bepaalt je verloskundige in overleg met ons en je zorgverzekeraar mogelijke uitbreiding van uren.

Indien er tijdens de verzorging bijzonderheden zijn, geeft de kraamverzorgende dit door aan de verloskundige en aan een planner kraamzorg van de afdeling kraamzorg. Ze zorgt ook voor de overdracht van gegevens naar de wijkverpleegkundige jeugdgezondheidszorg om de zorg aan je baby na de kraamtijd voort te zetten.

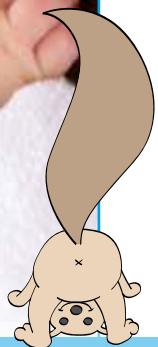
Tenslotte kan de kraamverzorgende vele vragen over de verzorging van jou en je baby beantwoorden. Gedurende de kraamzorgperiode wordt kraamzorg in principe verleend door een en dezelfde kraamverzorgende. Wisselingen proberen wij uiteraard tot een minimum te beperken.

### Ben je tevreden?

Om een optimale kwaliteit te waarborgen, willen wij graag van je weten hoe je onze kraamzorg waardeert. Op de derde dag van je kraambed bellen wij je op om te informeren hoe het gaat. Daarnaast ontvang je van de kraamverzorgende gedurende de kraamzorgperiode een enquêteformulier. Dit kun je invullen en opsturen in de antwoordvelop. Mocht de kraamperiode niet naar wens verlopen, dan horen wij dat graag zo snel mogelijk van je. Zodat we je toch nog zo optimaal mogelijk kunnen helpen in de kraamperiode.

### Wat doet de Zorgboog nog meer voor je?

De kraamzorg is een onderdeel van het brede zorgpakket dat de Zorgboog rondom de zwangerschap en de kraamtijd aanbiedt.



### Thuiszorgwinkel

In de thuiszorgwinkel van de Zorgboog vind je een groot assortiment aan artikelen, die tijdens het kraambed en bij de verzorging van je baby goed van pas komen, bijvoorbeeld het kraampakket en talrijke 'kindveilige' artikelen. In de winkel kunnen verplegings- en verzorgingsartikelen worden geleend of gehuurd. Je wordt geadviseerd door deskundige medewerkers die een verpleegkundige opleiding hebben gevolgd. Kijk op [www.zorgboog.nl](http://www.zorgboog.nl) voor het adres en de openingstijden van de thuiszorgwinkel in Helmond. Hier vind je ook foto's met de producten en uitleenartikelen van de thuiszorgwinkel.

### Uitleenartikelen

Als je thuis gaat bevallen, maar ook als je in het ziekenhuis gaat bevallen en de kraamperiode thuis doorbrengt, wordt verwacht dat je de volgende artikelen in huis hebt: klossen om het bed voor de kraamverzorgende op werkhogte te brengen (70 cm), een ondersteek en wegwerpbekkentjes. Je kunt deze artikelen

ongeveer vier weken voor de uitgerekende datum bij de Zorgboog lenen.

### Zwangerschapsbegeleiding

Speciaal voor aanstaande ouders biedt de Zorgboog je een pakket cursussen aan die je goed voorbereiden op de bevalling en de kraamtijd. Met een zwangerschapscursus ga je de bevalling en het aanstaande ouderschap ontspannen en vol vertrouwen tegemoet waardoor je nog meer kunt genieten van je zwangerschap.

Op [www.zorgboog.nl](http://www.zorgboog.nl) en in de folder 'Zwanger, bevallen en je baby' van de Zorgboog staat een uitgebreid aanbod van cursussen van vóór en ná de bevalling. Kies thuis op je gemak de cursus die het beste bij je past. Heb je nog vragen of wil je advies over een cursus neem dan telefonisch contact met ons op.

### Zorgboogextra

De Zorgboog biedt (aanstaande) ouders naast zwangerschapsbegeleiding een aanvullend



pakket aan zorg, cursussen en diensten. Ben je deelnemer van Zorgboogextra? Dan heb je een streepje voor en krijg je extra korting op de cursusprijs. Zorgboogextra is de ledenorganisatie van de Zorgboog en biedt een breed pakket diensten op het gebied van extra zorg, persoonlijk comfort, voorlichting & begeleiding. Kijk voor meer informatie op [www.zorgboogextra.nl](http://www.zorgboogextra.nl) of neem contact op met Zorgboogextra via 0900 899 86 36.

### Hielprrik en gehoorscreening

Als je baby ongeveer een week oud is en thuis verblijft, komt een medewerkster van de screeningsdienst bij je op bezoek voor het afnemen van de hielprrik en de gehoortest bij je kindje.

### Het consultatiebureau/ jeugdgezondheidszorg

Tijdens de afspraken op het consultatiebureau wordt gelet op de groei, de algehele ontwikkeling en gezondheid van je kind. Ook voor ondersteuning op het gebied van voeding, verzorging en opvoeding staat het consultatiebureau voor je klaar. Het team op het consultatiebureau wordt gevormd door de consultatiebureauarts, de JGZ-verpleegkundige, de verpleegkundig specialist en de consultatiebureauassistente. Op basis van hun bevindingen en je vragen geven zij voorlichting en advies. Een afspraak op het consultatiebureau duurt ongeveer 45 minuten, inclusief het wegen, meten en omkleden van je kind en het inplannen van een nieuwe afspraak. Hiervan is een kwartier gereserveerd voor het gesprek met de arts of verpleegkundige. In het eerste levensjaar van je kind word je, indien gewenst, een aantal keer op het consultatiebureau uitgenodigd. Daarnaast zijn groepsconsultaties mogelijk.

Voor meer informatie helpen onze medewerkers op het consultatiebureau je graag verder. Soms zijn er vragen die niet binnen de tijd van het bezoek aan het consultatiebureau kunnen worden beantwoord. Bijvoorbeeld als je kind problemen heeft met eten of slapen of als hij/zij erg veel huilt. Je kunt dan een extra afspraak maken met de verpleegkundige voor een huisbezoek. Indien nodig kan de verpleegkundige je naar andere instanties doorverwijzen.



## Aandachtspunten

### Annulering

Er kunnen zich natuurlijk altijd onvoorziene omstandigheden voordoen, waardoor je toch geen gebruik wilt of kunt maken van kraamzorg van de Zorgboog. Het is belangrijk dat je ons daarvan zo spoedig mogelijk in kennis stelt. Dat kun je doen door de afdeling kraamzorg te bellen.

### Verplichte artikelen

Bedklossen en wegwerpbekentjes vormen een verplicht onderdeel van je uitrusting voor de bevalling en kraamtijd. Je bed moet worden verhoogd tot 70 cm (verplichting vanuit ARBO-wetgeving). Dit is nodig om je zo goed mogelijk te kunnen helpen en om rugklachten van de kraamverzorgende te voorkomen. Deze verhogingen moeten onder het bed zijn aangebracht voordat de bevalling begint of - als je in het ziekenhuis

bevalt - voordat je thuiskomt. Bedklossen en een ondersteek kun je lenen in de thuiszorgwinkel van de Zorgboog. Als je onder je bed geen klossen kunt plaatsen, dan zijn kratten of houtblokken een goed alternatief.

### Nazorg door de verloskundige of huisarts

Als zwangerschap en bevalling onder behandeling van een gynaecoloog plaatsvinden, moet je tijdig de medische nazorg met de verloskundige of huisarts tijdens je kraamtijd regelen.

### Aansprakelijkheid

De Zorgboog aanvaardt alleen aansprakelijkheid voor materiële schade, die door de kraamverzorgende of stagiaire wordt veroorzaakt als er sprake is van schuld of nalatigheid. In zo'n geval kun je bij de afdeling kraamzorg een schriftelijke claim indienen. Dit kun je het



beste tijdens de kraamzorgperiode doen; anders kan de schade niet meer in behandeling worden genomen. Samen met jou wordt dan bekeken of je in aanmerking komt voor een vergoeding die maximaal de hoogte heeft van de dagwaarde.

## Tarieven

De tarieven voor kraamzorg worden jaarlijks vastgesteld en goedgekeurd door het College Tarieven Gezondheidszorg. Informeer tijdig bij je zorgverzekeraar naar de vergoeding van verloskundige en kraamzorg. Je komt dan later niet voor verrassingen te staan.

## Vervoerskostenregeling

De vervoerskosten van de kraamverzorgende van en naar het gezin zijn voor rekening van de Zorgboog. Het is niet gebruikelijk dat de kraamverzorgende haar eigen auto gebruikt ten behoeve van het gezin. Als dit bij wijze van uitzondering toch mocht voorkomen, wordt je een kilometervergoeding volgens het tarief in rekening gebracht. Deze kosten kun je direct met de kraamverzorgende afrekenen.



## Je privacy

De Zorgboog gaat uiterst zorgvuldig om met al je persoonlijke gegevens. Regels die hiervoor worden gehanteerd zijn opgenomen in een privacyreglement. Een folder met de spelregels betreffende het privacyreglement kun je vinden op [www.zorgboog.nl](http://www.zorgboog.nl).

## Klachten

Ondanks de zorgvuldigheid die onze kraamverzorgenden nastreven, kan het gebeuren dat je niet tevreden bent. Mocht je het probleem niet rechtstreeks kunnen oplossen met de betrokken medewerker, of de planner kraamzorg van de Zorgboog, dan kun je gebruik maken van de klachtenregeling van de Zorgboog. Kijk hiervoor op [www.zorgboog.nl](http://www.zorgboog.nl).

## Advieslijst voor moeder en kind

Hieronder tref je een lijst met benodigdheden aan voor de bevalling en de kraamtijd. Wij adviseren je om deze artikelen uiterlijk in de achtste

maand van je zwangerschap in huis te halen. Zorg er dan eveneens voor dat de babyuitzet is gewassen. Gebruik daarbij geen wasverzachter, omdat het babyhuidje hiervoor mogelijk overgevoelig kan zijn.

In de kraamkamer moet een goed bed met een stevige matras aanwezig zijn. De ruimte moet goed verlicht en verwarmd kunnen worden. Het is handig om een tafeltje bij de hand te hebben, waar de verloskundige haar/zijn spullen neer kan leggen.



## Benodigdheden voor de kraamvrouw

- 100 gram witte watten (evt. 1 pak extra)
- 2 pakken steriele gazen (8,5 x 5)
- 5 steriele gazen (10 x 10)
- 100 ml alcohol 70%
- 5 onderleggers (bij thuisbevalling 5 extra)
- 2 pakken kraamverband
- 1 steriele navelklem
- 1 à 2 kraammatrassen
- evt. 1 pak maandverband

Verder heb je voor de kraamtijd thuis nodig:

- desinfecterende zeep (pompje)
- 2 emmers
- fles of maatbeker om te spoelen
- toiletpapier
- 4 bedklossen
- ondersteek (po)
- matrasbeschermer
- plastic waskom
- 3 wegwerpbekentjes (verkrijgbaar in de thuiszorgwinkel)
- plastic zakken (groot en klein)
- flesje desinfectans (in overleg met je verloskundige)



