

Bevalbad

In Gelre ziekenhuizen kun je zowel poliklinisch als klinisch in bad bevallen. In deze folder lees je meer over een badbevalling.

Bevallen in bad

Een badbevalling is een bevalling die gedeeltelijk of helemaal in het water plaatsvindt. Al tijdens de ontsluitingsfase kun je in het water gaan zitten. Het warme water zorgt voor ontspanning, wat bevorderlijk is voor het bevallingsproces. Bespreek vooraf met je verloskundige of gynaecoloog dat je graag in bad wil bevallen. Hij/zij zal beoordelen of dit in jouw geval mogelijk en medisch verantwoord is.

Het beste moment om in bad te gaan, is wanneer je krachtige, regelmatige weeën hebt. Het effect van het warme water is dan het grootst. Wanneer je in bad zit, dient je partner en/of begeleider (hierna wordt gesproken over partner) altijd bij je in de buurt aanwezig te zijn. Soms neemt het ontspannende effect na ongeveer twee uur af. Het kan dan helpen om even uit het bad te gaan. Na deze onderbreking zal het effect van het warme water weer merkbaar zijn. Mocht het water afkoelen, dan kan je partner het afgekoelde water wegpompen en aanvullen met warm water. Dit kan gedaan worden terwijl je in bad zit of als je even uit bad bent.

De voordelen van een badbevalling

Het warme water zorgt voor ontspanning en rust. Dit kan zorgen voor meer afgifte van het hormoon oxytocine, wat leidt tot sterkere en effectievere weeën. Een badbevalling kan daardoor zorgen voor een kortere bevalling. Ook maakt het lichaam dan meer endorfine aan. Dit werkt pijnstillend, zodat je de weeën beter kan opvangen. Daardoor verlaagt de behoefte aan pijnstilling door medicatie. In het water kan je gemakkelijker bewegen en veranderen van houding. Het voordeel hiervan is dat de ontsluiting, maar ook de uitdrijving vaak vlotter verloopt. Een badbevalling geeft een rustigere overgang van jouw baby vanuit de baarmoeder. De baby wordt in een voor hem/haar bekende omgeving geboren, met weinig prikkels en direct huid-op-huidcontact met de moeder.

De nadelen van een badbevalling

Bij een badbevalling zijn er een aantal dingen waar wij en jij extra op moeten letten. We houden jou en je baby extra in de gaten, omdat we weten dat door warm water de temperatuur van de moeder kan stijgen. We zullen regelmatig de temperatuur meten en de hartslag van de baby in de gaten houden. Ook is het belangrijk dat je voldoende blijft drinken in verband met transpiratie. In een spoedsituatie is het lastiger om snel te handelen. Daarom zijn er afspraken over wanneer je niet meer in bad mag bevallen.

De rol van je partner

Vaak blijft je partner naast het bad om jou te ondersteunen. Net als bij een gewone bevalling zal je partner continu aanwezig zijn en jou ondersteunen.

Randvoorwaarden voor een veilige badbevalling

Om een badbevalling zo veilig en goed mogelijk te doorlopen zijn er een aantal randvoorwaarden:

- We moeten voldoende zeker zijn dat de baby in goede conditie is.
- De bevalling moet actief op gang zijn.
- Als de verloskundig zorgverlener om welke reden dan ook inschat dat het veiliger is om uit bad te gaan, vragen wij je om dit advies op te volgen.
- De aanwezige zorgverlener moet zich bekwaam en comfortabel voelen bij het begeleiden van een badbevalling.
- Het is belangrijk om voldoende te drinken, te bewegen en regelmatig te plassen.
- Gebruik enkel kraanwater en voeg geen zeep, badzout of oliën toe.

Praktische zaken

Beschikbaarheid

In Gelre Apeldoorn zijn twee bevalbaden aanwezig. Deze kun je niet van tevoren reserveren. Wanneer je gaat bevallen en aankomt op de afdeling verloskunde kan je vragen naar de beschikbaarheid van een bevalbad.

Als je het bevalbad wilt gebruiken, moet je een pakket met bijhorende materialen aanschaffen. Deze pakketten zijn op de afdeling aanwezig. De kosten voor het pakket zijn € 90,- en kun je terplekke met pin betalen. Ons bevalbad is een 1-persoons bad, je partner past hier niet bij.

Gang van zaken rondom een badbevalling in het ziekenhuis

Bij een badbevalling is je partner verantwoordelijk voor het opzetten en afbreken van het bad. Het opzetten van het bad kan zodra je bent aangekomen op de verloskamer. Het opzetten en vullen van het bad duurt ongeveer een half uur tot drie kwartier. Het is belangrijk dat het water tijdens de bevalling zo schoon mogelijk blijft, hier zullen we samen voor zorgen. Na de bevalling is je partner ook weer verantwoordelijk voor het leegmaken, schoonmaken en opruimen van het bad. Een handleiding voor het opzetten en opruimen van het bevalbad vind je op de verloskamer, of kijk een filmpje door onderstaande QR-code te scannen.



**Scan de QR-code voor een uitleg
over het opzetten van het
bevalbad.**

Wat moet je meenemen?

- Slippers
- Badjas
- Badhanddoek als je dat wenst
- Een bikinitop als je dat fijn vindt

Contact

Heb je na het lezen van de informatie nog vragen, dan kan je contact opnemen met:

- afdeling Verloskunde
- tel: 055 - 581 15 17