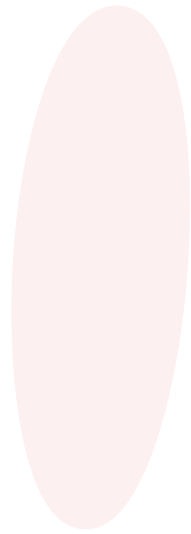


Afdelingsbrochure

Materniteit





Welkom!

Mevrouw, mijnheer

Bent u pas zwanger? Of moet u weldra bevallen?

Voor velen onder u is dit de eerste kennismaking met onze Materniteit.

Om uw verblijf zo vlot en aangenaam mogelijk te laten verlopen, geven wij u graag meer informatie over de werking van onze dienst.

Heeft u nog vragen, aarzel dan niet ze ons te stellen.

De artsen en medewerkers van de dienst Materniteit wensen u een goede zwangerschap, een vlotte bevalling en een aangenaam en zorgeloos verblijf.



Inhoud

Vorbereiding op uw opname	7
Contactgegevens	7
Team Materniteit	7
'Baby Friendly Hospital Initiative' (BFHI) label	8
Vorbereidingen	8
Individuele voorbereiding door de vroedvrouw	8
Informatieavonden tijdens de zwangerschap	10
Geïnformeerde toestemming	11
Zwanger met extra zorgen	11
Prenatale oefeningen	11
Opname, arbeid en bevalling	13
Wanneer komt u naar de verloskamer?	13
Hoe kunt u de verloskamer (campus Moerlandstraat) bereiken?	13
Wat brengt u mee naar de verloskamer?	14
Wat gebeurt er bij opname op de verloskamer?	15
Ingeleide bevalling	15
Pijn	15
De bevalling	16
Navelstrengbloeddonatie	17
Keizersnede	17
De voeding van uw baby	18
Enkele gemeenschappen over borstvoeding	18
Enkele gemeenschappen over flesvoeding	18
Het verblijf op de Materniteit	19
Verzorging van de moeder	19
Verzorging van de baby	19
Multidisciplinair team	20
Neonatologie	21
Ontslag	22
Veilige zorg	23
Patiëntenidentificatie	23
Thuismedicatie	23
Pijn	23
Ziekenhuishygiëne	23
Valpreventie	24
Tromboseprofylaxebeleid	24
Decubituspreventiebeleid	24
Praktische informatie	25
Bezoek van de artsen	25
Kamerkeuze	25
Wat brengt u mee naar de Materniteit?	27
Afspraken voor bezoekers	28
Dagindeling	28
Afspraken voor de partner	28
Aangifte bij de Burgerlijke Stand	29
Algemene informatie	30
Bijlagen	
Bijlage 1 10 vuistregels bij borstvoeding	
Bijlage 2 VALKUIL	



Contactgegevens

AZ Nikolaas | Campus Sint-Niklaas Moerlandstraat
Interne route: straat 715 - 725 - 727
Moerlandstraat 1, 9100 Sint-Niklaas
Materniteit: tel. 03 760 77 00 - optie 4

Team Materniteit

Tijdens uw verblijf komt u met verschillende personen van het multidisciplinair team dat u zal verzorgen in contact. Al onze artsen en medewerkers dragen een identificatiebadge.

AZ Nikolaas is een opleidingscentrum voor arts-specialisten, huisartsen in opleiding en studenten (geneeskunde, verpleegkunde, kinesithérapie, logopedie, enz.). Het is mogelijk dat u tijdens uw verblijf in contact komt met één van deze personen in opleiding.

In deze rubriek lichten we de verschillende zorgverstrekkers en andere medewerkers toe. Indien u vragen heeft, helpen zij u graag verder.

Artsen

Gynaecologen

Dr. M. Coenen | medisch diensthoofd

Dr. L. Damen
Dr. K. De Cleyne
Dr. S. Feys
Dr. W. Nuradi
Dr. P. Vanparijs
Dr. C. Vossen
Dr. K. Witters

Kinderartsen

Dr. A. Covents | medisch diensthoofd

Dr. A. Coppens
Dr. H. Fivez
Dr. M. Maes
Dr. E. Maris
Dr. I. Ryckaert
Dr. J. Thijs
Dr. V. Van Bogaert
Dr. L. Van Damme
Dr. K. Vanlede

Vroedvrouwen

Hoofdvroedvrouw:
Marleen Van Puymbroeck

Adjunct-hoofdvroedvrouwen:
Véronique Mariman (Verloskamer)
Melanie van Trijp (Materniteit)
Dorothy Cooreman (Neonatologie)

Het team van Materniteit bestaat uit vroedvrouwen, pediatriesch verpleegkundigen, zorgkundigen en studenten. Om uw verzorging zo goed mogelijk te laten verlopen, streven wij ernaar om u zoveel mogelijk te laten verzorgen door dezelfde vroedvrouwen. Bij hen kunt u terecht met al uw vragen over de onder-zoeken of behandelingen die u zult ondergaan. Indien nodig brengen zij uw vragen en wensen over aan uw behandelend arts. Over bepaalde ingrepen en behandelingen zijn specifieke informatiebrochures aanwezig met informatie over de voorbereiding, het verloop en de nazorg.

'Baby Friendly Hospital Initiative' (BFHI) label

In 2015 behaalde AZ Nikolaas het internationale kwaliteitskenmerk 'Baby Friendly Hospital Initiative'. Dit kwaliteitslabel is opgesteld door de Wereldgezondheidsorganisatie en wordt gecontroleerd door de Federale Overheidsdienst Volksgezondheid. We kunnen stellen dat we voldoen aan de voorwaarden om elke baby de beste kansen te geven op een optimale gezondheid.

Dit betekent concreet dat AZ Nikolaas:

- De 'Tien vuistregels' (zie bijlage 1) volgt voor het welslagen van borstvoeding.
- Dat er 'moedervriendelijke initiatieven' zijn die aandacht besteden aan de geboortezorg.
- Dat AZ Nikolaas de 'Internationale Code voor het op de markt brengen van kunstvoeding' volgt.



Vorbereidingen

Individuele voorbereiding door de vroedvrouw

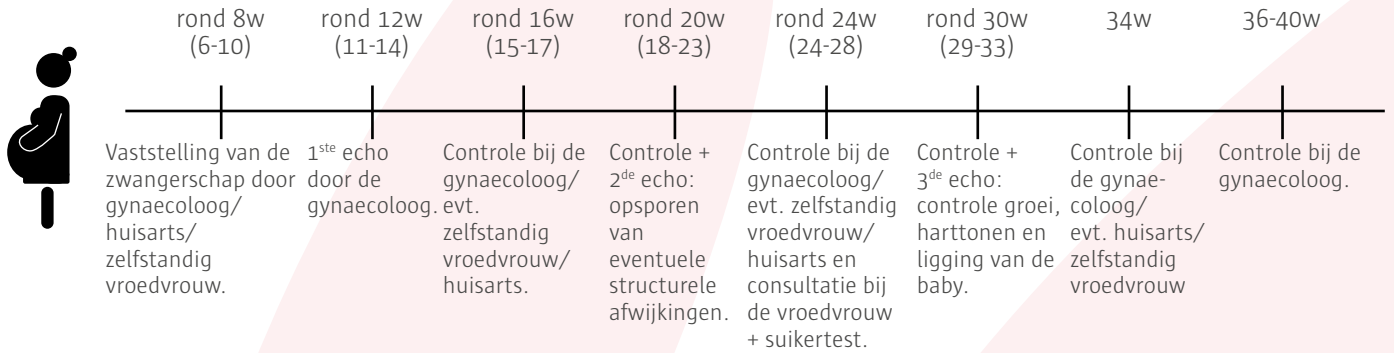
In het kader van de verkorte ligdagduur biedt AZ Nikolaas u en uw partner een individuele voorbereidingssessie aan bij de vroedvrouw. Tijdens deze sessie wordt een suikertest afgenomen.

Daarnaast worden jullie individueel voorbereid op de zwangerschap, de arbeid, de bevalling, het verkorte ziekenhuisverblijf en de kraamperiode thuis. Samen met u wordt er een zorgplan opgesteld rekening houdend met uw individuele noden en wensen.

Voraf inschrijven is noodzakelijk, meer informatie: 03 760 77 00 (optie 4). Deze individuele voorbereiding wordt volledig terugbetaald door de mutualiteit. Deze sessies vinden plaats in AZ Nikolaas campus Sint-Niklaas, Campus Beveren, Campus Sint-Gillis-Waas en Campus Temse.

Op de volgende pagina vindt u een overzicht bij welke zorgverlener u terecht kan doorheen de zwangerschap.

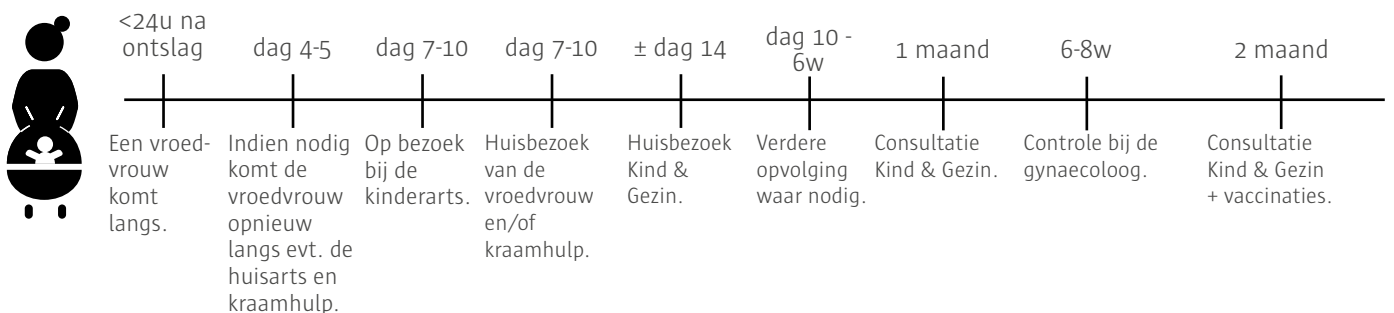
Zwangerschap



Bevalling



Thuis



Informatieavonden tijdens de zwangerschap

Het team van de materniteit wil u optimaal voorbereiden op uw zwangerschap, de arbeid en de bevalling en de kraamperiode op de materniteit en thuis. Daarom organiseren we een aantal begeleidings- en thema-avonden voor aanstaande ouders, die wij zeer warm aanbevelen.

Begeleidingsavonden

Deze avonden staan onder deskundige begeleiding van een vroedvrouw. Er zijn 4 begeleidingsavonden, die telkens een ander thema bespreken. Om u zo goed mogelijk te kunnen voorbereiden, raden wij u aan om deze 4 lessen te volgen.

Zwangerschap

Tijdens deze avond wordt de ontwikkeling van de baby besproken alsook enkele specifieke aspecten van een zwangerschap. Daarnaast komt de zwangerschapshygiëne en de verschillende onderzoeken die gebeuren aan bod.

Kraamperiode

In de avond van de kraamperiode hebben we het over jullie verblijf op de materniteit en de verschillende onderzoeken. We bespreken de opvolging door gynaecoloog, kinderarts en vroedvrouw na de bevalling, de sociale wetgeving (geboorteaangifte, ...) en relationele veranderingen.

Normaal verloop arbeid en bevalling

Er zal toegelicht worden hoe u de start van de arbeid kan herkennen, hoe de arbeid en bevalling verlopen en wat alarmsignalen zijn. Deze avond krijgt u tips voor het opvangen van de weeën.

Daarnaast worden de mogelijke interventies besproken, die een vroedvrouw of gynaecoloog mogelijk tijdens uw arbeid en bevalling verricht. Wat is de reden waarom een vroedvrouw of gynaecoloog een bepaalde ingreep doet?

Arbeid en bevalling met rondleiding

Naast een rondleiding op de materniteit en verloskamer, worden deze avond een aantal praktische zaken toegelicht, zoals hoe u zich moet aanmelden, wat u allemaal moet meebrengen.

Inschrijven

U dient zich voor elke les in te schrijven, dit kan telefonisch via de materniteit tel. 03 760 77 00 (optie 4). Bij de inschrijving kunt u kiezen welk uur uw voorkeur geniet. Er is een vroege groep 18.30 tot 20.00 uur en een late groep 20.15 tot 21.45 uur. Voor data zie www.aznikolaas.be. Voor de start van elke les, meldt u zich eerst aan via de inschrijvingskiosken, zodat u patiëntenetiketten heeft. Deze mag u afgeven aan de vroedvrouw. Deze avonden worden volledig terugbetaald door de mutualiteit. De begeleidingsavonden gaan door in de vergaderzalen van campus Sint-Niklaas, Moerlandstraat (straat 758).

Thema-avonden

De thema-avonden gaan door in AZ Nikolaas, campus Sint-Niklaas – Moerlandstraat, in de Audiovisuele zaal (straat 758). Voor deze gratis thema-avonden is vooraf inschrijven niet nodig. Voor data zie www.aznikolaas.be.

Borstvoedingsavond

Tijdens deze thema-avond wordt u voorbereid op het geven van borstvoeding.

Kind & Gezin

Kind & gezin geeft u meer informatie over de sociale wetgeving met betrekking tot zwangerschap en geboorte, de babyuitzet en kinderopvang.

Geïnformeerde toestemming

AZ Nikolaas respecteert de rechten van de patiënt, het beleid kan worden nagelezen op de website www.aznikolaas.be. Een folder over de rechten en de plichten van de patiënt is eveneens beschikbaar: vraag deze gerust aan de (adjunct-)hoofdvroedvrouw van de afdeling.

Elke behandeling of therapie die u ondergaat, kan enkel gebeuren met uw toestemming. Dit nadat u geïnformeerd bent over de voor- en nadelen, de alternatieven (indien deze er zijn), de mogelijke bijwerkingen, de financiële aspecten, ... Voor sommige behandelingen (bijvoorbeeld het plaatsen van een epidurale verdoving) vraagt uw arts u om dit schriftelijk vast te leggen in een document (Informed consent).

Zwanger met extra zorgen

Door de zwangerschap en geboorte van uw baby verandert er erg veel voor u. U wordt (opnieuw) ouder en dat roept allerlei gevoelens op. Soms gaat het allemaal niet vanzelf, of is het anders dan u zelf verwacht had. Indien nodig kunt u zich laten begeleiden door het infantteam en sociale begeleiders.

Voor meer informatie over de werking van deze diensten, verwijzen wij u graag door naar het hoofdstuk 'Het verblijf op de Materniteit, multidisciplinair team'. U kunt uw arts of vroedvrouw vragen om hen te contacteren.

Prenatale oefeningen

U kunt in ons ziekenhuis prenatale oefeningen volgen. Een lessenreeks omvat naast informatie ook lichamelijke voorbereiding op de bevalling. Ontspanningsoefeningen en algemene lichaams oefeningen komen aan bod. Deze voorbereiding wordt door een kinesitherapeut gegeven.

Voor meer informatie of voor een afspraak kunt u bellen naar het telefoonnummer: tel. 03 760 77 25.





Wanneer komt u naar de verloskamer?

De arbeid kan op verschillende manieren beginnen. In de meeste gevallen begint de arbeid met **weeën**. Wanneer de weeën regelmatig komen (om de 3 à 5 minuten), komt u best naar de verloskamer. Indien er toch meer tijd tussen zit, maar de weeën zijn vrij hevig, hoeft u niet te wachten om te komen.

Soms begint de arbeid met het **breken van de vliezen**. **Waterverlies** dat u niet kunt controleren is een reden om naar de verloskamer te komen. Meestal volgen de weeën vanzelf, soms zal de arbeid moeten gestimuleerd worden.

Helder rood bloedverlies is een **dringende reden** om naar de verloskamer te komen. De toestand van de baby moet zo snel mogelijk worden nagekeken. Het bloedverlies kan veroorzaakt worden door een probleem dat zich stelt bij de moederkoek, maar dikwijls kunnen wij u vrij snel geruststellen.

Naar het einde van de zwangerschap toe kunt u de slijmprop verliezen (rozig, taai slijm). Dit is geen teken van (actieve) arbeid.

Ongerustheid is een goede reden om even langs te komen. U weet niet of wat u voelt nu 'echte' weeën zijn, of misschien voelt u uw kindje opvallend minder bewegen. Sommige mensen krijgen plots (hevige) hoofdpijn, hebben maaglast en zien soms 'bliksemschichten' of vlekjes voor hun ogen. Dit zijn allemaal redenen om even naar het ziekenhuis te komen. Wanneer u langs de spoedopname binnenkomt, kan het zijn dat u eerst gezien wordt door een spoedverpleegkundige en vervolgens doorgestuurd wordt naar de verloskamer. We registreren de harttonen en de weeën, we doen een controle en kunnen u waarschijnlijk gerustgesteld naar huis laten terugkeren.

Wees gerust, u komt nooit 'voor niets'!

Indien u vragen heeft, zijn we dag en nacht bereikbaar op het telefoonnummer 03 760 77 00 optie 1. Er staat altijd een team van artsen en vroedvrouwen voor u klaar.

Hoe kunt u de verloskamer (campus Moerlandstraat) bereiken?

Overdag kunt u best de ondergrondse bezoekersparking kiezen (ingang via de Moerlandstraat). De verloskamer bevindt zich in straat 725. U neemt de eerste lift naar de Materniteit (verdieping 2A). U dient zich niet aan te melden bij de centrale onthaalbalie. U kunt zich ook aanmelden via de dienst Spoedgevallen (de mensen begeleiden u tot de lift). De opnamepapieren worden op de verloskamer voor u in orde gebracht. Indien u enkel komt voor een controle dient u zich wel in te schrijven aan het onthaal. Let op dat u uw wagen slechts tijdelijk op de parking van de dienst Spoedgevallen kan parkeren.

Wat brengt u mee naar de verloskamer?

Wanneer u gaat bevallen en opgenomen wordt op de verloskamer is het handig dat u een kleine tas meebrengt met zaken die u specifiek op de verloskamer nodig hebt. De grotere koffer met alle spullen voor uw verblijf op Materniteit kan gerust nog even in de auto blijven en opgehaald worden, wanneer jullie op de kamer op Materniteit geïnstalleerd zijn.

Wat neemt u best allemaal mee in de kleine tas:

Administratief:

- identiteitskaart;
- bloedgroepkaart
- vaccinatiekaart;
- lijst met allergieën;
- zwangerschapsboekje;
- kaartje of documenten van de hospitalisatieverzekering;
- preanesthesie vragenlijst;
- indien van toepassing, informed consent voor navelstrengbloeddonatie.

Thuismedicatie:

zie Veilige Zorg blz. 23

Toiletgerief:

- kort nachtkleed of t-shirt voor tijdens de arbeid en de bevalling;
- warme antislip sokken;
- kleedjes voor de baby (body, warme pyjama met voetjes, of aparte kousjes, mutsje).

Hulpmiddelen tijdens de arbeid:

- muziek;
- lectuur;
- kersenpitkussen of ander warmtekussen;
- massageolie;
- druivensuiker.

Wat gebeurt er bij opname op de verloskamer?

U en uw partner worden onthaald door de vroedvrouw. Zij begeleidt u naar een arbeidskamer (hier verblijft u tot aan het tijdstip van de bevalling) of een arbeidsverloskamer (op deze kamer maakt u zowel de arbeid als de bevalling door). De vroedvrouw vervolledigt uw verlosdossier. Zij controleert uw bloeddruk, de harttonen van de baby en eventuele contracties. Zij doet een inwendig onderzoek om de vordering van de arbeid te bepalen. De tijd nodig tot de geboorte kan echter zeer verschillend zijn en is moeilijk in te schatten.

Het kan zijn dat de vroedvrouw vergezeld wordt van een student vroedkunde of een arts-stagiair. Indien u daar bezwaar tegen heeft, kunt u dit steeds bespreken met de vroedvrouw en met de gynaecoloog.

De gynaecoloog van wacht wordt op de hoogte gebracht van uw opname en in samenspraak wordt de verdere begeleiding bepaald. Voor het verloskwartier werken de gynaecologen met een wachtsysteem. Hierdoor kan het zijn dat het niet uw eigen gynaecoloog is, die uw bevalling begeleidt. Eens u op de kamer bent, volgt uw vaste arts u verder op.

Ingeleide bevalling

Indien er geen problemen zijn, heeft een natuurlijke bevalling de voorkeur. Tot in de 42ste zwangerschapsweek spreekt men van 'op tijd' bevallen. Het is heel normaal dat de geboorte zich pas na de uiterekende datum aankondigt. Soms is het veiliger voor de moeder en/of de baby om de bevalling in te leiden. Men spreekt dan van een medisch verantwoorde inleiding. De gynaecoloog zal u meer informatie geven over hoe deze inleiding precies verloopt.

Pijn

Het is onmogelijk om te vertellen hoe arbeid en bevalling bij u zullen verlopen. Het is van belang om u voor te bereiden. Door kennis en inzicht te hebben in wat kan gebeuren, wordt de angst voor het onbekende verminderd. U zult minder gespannen naar de verloskamer komen, wat de vordering van uw arbeid ten goede komt.

Elke arbeid gaat gepaard met een zekere pijn. Bij sommige vrouwen is deze pijn beperkt, maar meestal zijn weeën pijnlijk. Het gaat erover wat u met de pijn van de weeën doet. U kunt deze proberen opvangen door een bewuste ademhaling, rugmassage, verschillende houdingen te kiezen, ... Durf creatief te zijn bij het zoeken naar de beste methode en vraag raad aan uw vroedvrouw. Zij zal u, de volledige duur van de arbeid, bijstaan.

Tijdens elke arbeid komt er een moment dat u het gevoel hebt dat de pijn ondraaglijk wordt. Het is zinvol om op dit moment een warm bad te nemen. Warm water geeft een diepere relaxatie, de pijn wordt als minder intens ervaren wat de ontsluiting ten goede komt. Het is een niet-medicamenteuze manier om u door dit moeilijke moment te leiden. Een bevalling is een intense vrouwelijke ervaring die de moeite is om in zijn totaliteit te beleven.

Toch is het zo dat sommige vrouwen een minder pijnlijke manier van bevallen verkiezen. Een medicamenteuze methode van pijnverdooving in de verloskunde is de **epidurale anesthesie**. Bij een bevalling onder epidurale verdooving blijft de moeder zelf bewust. De pijn is quasi volledig verdwenen. Deze interventie vereist een aantal extra controles.

Voor het prikken van de epidurale verdooving hebben wij uw schriftelijke toestemming nodig en moet u een preanesthesie vragenlijst invullen en ondertekenen. Het is van belang dat deze vragenlijst volledig en correct wordt ingevuld, zodat de anesthesist voldoende informatie heeft over uw gezondheidstoestand. Graag verwijzen wij naar de informatiebrochure over epidurale verdooving.

We willen nogmaals stellen dat niemand u kan vertellen hoe u uiteindelijk zult bevallen. U kunt er zich enkel op voorbereiden.

De bevalling

Indien u bepaalde wensen heeft aangaande uw bevalling, is ons team bereid om deze met u te bespreken en zullen we er alles aan doen om in de mate van het mogelijke aan uw wensen te voldoen. Zo is het nemen van foto's geen probleem en mag u naast uw partner één extra persoon meenemen in de verloskamer.

Het is eveneens mogelijk om naast de klassieke bevallingshouding een andere houding aan te nemen om te bevallen (bijvoorbeeld verticaal of in zijligging). Indien u hierover vragen heeft of indien u andere wensen heeft, kunt u deze zeker bespreken met de vroedvrouw en de gynaecoloog.

Uw kindje wordt na de geboorte op uw buik gelegd en blijft in ongestoord huid-huid contact met de moeder tot de eerste voeding. De navelstreng kan door de partner worden doorgeknipt. Uw baby is geboren. Geniet van dit unieke moment! Binnen een korte periode wordt ook de moederkoek geboren.

Na het huid-huid contact van minstens een uur, wordt uw baby gewogen, gemeten en aangekleed. De oogjes van de baby worden ontsmet (gele ontsmettingsstof). De baby krijgt Vitamine K toegediend.

Zowel tijdens de arbeid als na de bevalling is bezoek in de verloskamer NIET toegelaten. Zolang de pas bevallen mama op de verloskamer vertoeft, vragen we om haar niet alleen te laten. Wanneer de partner toch de verloskamer verlaat, moet de vroedvrouw op de hoogte gebracht worden. Daarnaast vragen we het gsm-gebruik in de verloskamer te beperken tot het nemen van foto's. Ongeveer twee uur na de bevalling gaan jullie samen naar jullie kamer op Materniteit, waar bezoek natuurlijk welkom is.

AZ Nikolaas is een babyvriendelijk ziekenhuis en binnen deze criteria worden ook moedervriendelijke initiatieven genomen.

Dit betekent concreet dat:

- Het toegelaten is dat er tijdens de arbeid en bevalling buiten de partner nog één extra persoon aanwezig is die een positieve invloed kan hebben. Dit met het oog op emotionele ondersteuning van het gezin.
- Het toegelaten is dat vrouwen drinken en indien gewenst iets licht eten tijdens de arbeid.
- Vrouwen worden aangemoedigd om medicijnvrije methodes te overwegen om de pijn te verzachten. De voorkeur van de vrouw wordt uiteraard gerespecteerd.
- Vrouwen worden aangemoedigd om rond te wandelen tijdens de arbeid en de houding van hun keuze aan te nemen tijdens de bevalling.
- Er zorg wordt aangeboden waarbij onnodige medische interventies vermeden worden, zoals het inleiden van de bevalling (inductie), het kunstmatig breken van de vliezen, het geven van een 'knip', het versnellen van de arbeid, kunstverlossing en keizersnede. We hanteren hierbij de richtlijnen die opgesteld zijn door de wetenschappelijke cel van onze overheidsinstanties.

Navelstrengbloeddonatie

Het ziekenhuis werkt samen met de navelstrengbloedbank van het UZ Gent. Als u aan bepaalde criteria voldoet, kunt u navelstrengbloed doneren. Voor meer informatie verwijzen we naar de informatiebrochure die te verkrijgen is bij de vroedvrouw en bij de gynaecoloog.

AZ Nikolaas past de wetgeving inzake orgaan-en weefseldonatie toe: het beleid kan worden nagelezen op de website www.aznikolaas.be.

Keizersnede

Niet alle baby's worden via de natuurlijke weg geboren. Soms is een keizersnede medisch noodzakelijk. Een keizersnede gebeurt in de operatiezaal door de gynaecoloog. Naast de anesthesist en operatieverpleegkundigen zijn een vroedvrouw en een kinderarts aanwezig om uw baby op te vangen. Nadien verblijft u op de recoveryafdeling. Van zodra u daar geïnstalleerd bent, brengt de vroedvrouw uw baby en partner bij u.

Wanneer uw arts op voorhand beslist dat het een keizersnede zal worden, spreken we over een geplande keizersnede. Het is niet altijd mogelijk om op voorhand te bepalen of een keizersnede noodzakelijk is. Soms zal tijdens de arbeid pas beslist kunnen worden of een keizersnede veiliger is voor moeder of kind. Dit wordt een niet-geplande keizersnede genoemd.

Keizersnede onder epidurale verdoving geniet de voorkeur. De moeder ziet en hoort de baby onmiddellijk, de partner mag aanwezig zijn en het herstel verloopt meestal vlotter. Indien gewenst, kan u uw baby zien geboren worden (gentle sectio, venster in afdekdoek). De baby geniet meteen van huid-op-huid-contact.

Soms kan een keizersnede echter zó dringend zijn, dat een algemene verdoving noodzakelijk is. In dit geval mag de partner niet aanwezig zijn in de operatiekamer.

Wanneer u een geplande keizersnede dient te ondergaan, geven we u graag enkele praktische richtlijnen mee:

- U wordt verzocht vanaf middernacht niets meer te eten, te snoepen of te roken.
- U mag heldere vloeistoffen (water, koffie of thee zonder melk) drinken tot twee uur voor opname.
- Gelieve kunstgebit, bril, hoorapparaat, contactlenzen, juwelen en uurwerk uit te doen voor de ingreep. Letsels en/of schade ten gevolge van het niet naleven van dit punt vallen ten laste van de patiënt.
- Er wordt verzocht geen make-up, juwelen en piercings te dragen voor de ingreep.
- U draagt bij voorkeur geen gelnagels of nagellak.

Het niet naleven van deze richtlijnen kan ervoor zorgen dat de keizersnede uitgesteld wordt.

De voeding van uw baby

Sinds 2015 is AZ Nikolaas in het bezit van het internationale kwaliteitskenmerk 'Babyvriendelijk Ziekenhuis'. Naast een aantal moedervriendelijke initiatieven, volgt AZ Nikolaas **de 10 vuistregels** (zie bijlage) voor het welslagen van de borstvoeding en de internationale code voor het op de markt brengen van flesvoeding. Wij doen ons best om u de beste zorgen te geven tijdens uw verblijf op de Materniteit.

Borstvoeding is voor de baby de beste voeding. Uiteraard bent u vrij te kiezen welke voeding u aan uw baby wilt geven. De eigen keuze is immers de beste keuze voor het welslagen ervan. Denk erover na, informeer u en lees erover. Welke voeding u ook gaat geven, we staan achter uw beslissing.

Enkele algemeenheden over borstvoeding

Indien u iets wenst te lezen over borstvoeding verwijzen we naar de folder over borstvoeding van Kind en Gezin. De vroedvrouwen organiseren tevens informatieavonden over borstvoeding. De data vindt u terug in de folder 'Aanbod begeleidingssessies tijdens zwangerschap'.

We streven ernaar om uw baby zo snel mogelijk aan de borst te leggen na de bevalling. Dit wordt bevorderd door het direct ongestoord huid-huidcontact na de bevalling. Uw baby toont signalen van honger en dit moment wordt optimaal benut om de eerste voeding te starten. De volgende dagen is het van groot belang om in alle rust borstvoeding te kunnen geven met begeleiding van ons team.

Enkele algemeenheden over flesvoeding

Ook als u voor flesvoeding kiest, wordt snel na de geboorte het eerste flesje aan uw baby gegeven. Een vroedvrouw of verpleegkundige begeleidt u bij het geven van het flesje. Wij vragen u om uw eigen flesjes en speentjes mee te brengen naar de Materniteit. Zo kan uw baby hiermee leren drinken. De verantwoordelijke van de melkkeuken zal u alle informatie geven inzake de praktische en hygiënische aspecten van flesvoeding.

Het verblijf op de Materniteit

Wanneer u vaginaal bevallen bent, verblijft u minstens 2 uur op de verloskamer. Wanneer alles normaal verloopt, wordt u onder begeleiding van een vroedvrouw naar de Materniteit gebracht. Bij een keizersnede verblijft u eerst op de dienst recovery, voor u naar uw kamer gaat op de Materniteit. De Materniteit is gelegen op de tweede verdieping (straat 725) en op de derde verdieping (straat 715). De verdieping waar u naartoe gaat, is afhankelijk van uw kamerkeuze en de toestand van u en uw baby.

Verzorging van de moeder

Op de Materniteit komt de vroedvrouw verschillende keren bij u langs om u te verzorgen. Tijdens deze verzorging worden verschillende parameters gecontroleerd, zoals uw bloeddruk, het bloedverlies, de wondheling, ...

Na een vaginale bevalling

Alle kamers op de Materniteit beschikken over een douche. Wij raden u aan om hier zoveel mogelijk gebruik van te maken.

Na een keizersnede

Wanneer u de recovery mag verlaten en aankomt op de Materniteit, wordt u verfrist. Zolang u een infuus, een pijnpomp en een blaassonde heeft, krijgt u hulp bij uw persoonlijke hygiëne. Ter preventie van 'flebitis' (aderontsteking) krijgt u steunkousen en bloedverdunners. De dag na de keizersnede helpt men u om uit bed te komen. Vroege mobilisatie na een ingreep is belangrijk om vlotter te herstellen. Wanneer u pijn heeft, mag u dit steeds melden aan de vroedvrouw, zodat zij voor pijnstilling kan zorgen. Voor meer informatie over pijnbestrijding binnen AZ Nikolaas verwijzen we naar de informatiebrochure 'Pijn en pijnbehandeling na een operatie'.

Verzorging van de baby

Uw baby blijft 24 uur op 24 uur bij u op de kamer. Tijdens uw verblijf begeleidt de vroedvrouw u dagelijks bij de voeding en verzorging van uw baby. Luier verversen, lichaamstemperatuur nemen, navelverzorging, het babybadje en het toedienen van vitaminen wordt u aangeleerd. Zij zal u stimuleren om dit zo snel mogelijk zelf te doen, zodat de verzorging thuis vlotter verloopt.



Multidisciplinair team

Kind & Gezin

Bent u zwanger en wilt u goed voorbereid zijn? Surf dan naar de website van Kind & Gezin: <https://mijn.kindengezin.be/inloggen> waar u zich kunt registreren. Zo kan de verpleegkundige van Kind & Gezin u contacteren voor de bevalling.

Het ziekenhuis bezorgt een beperkt aantal gegevens betreffende u en uw kind (uw naam, adres en telefoonnummer en de naam, het geslacht en de geboortedatum van uw kind) aan Kind en Gezin, zodat een verpleegkundige van Kind en Gezin u kan contacteren om hun dienstverlening aan te bieden. Deze gegevens worden via een document bezorgd. Wenst u dit niet, geef het dan door. Bijkomende informatie bezorgen we indien we dit nodig achten aan de Kind en Gezin, steeds na overleg met u.

De verpleegkundige van Kind & Gezin komt niet meer langs in het ziekenhuis.

Infantteam

Soms ontstaan er tijdens de zwangerschap gevoelens, gedachten of belevingen die men niet voorzien had. Soms verloopt de bevalling anders dan men had gehoopt, of ervaart de moeder de periode na de bevalling helemaal anders dan verwacht. Soms krijgt jullie baby extra medische verzorging (bv. opname op neonatologie). Dit kunnen redenen zijn, waarbij de moeder een nood ervaart aan een gesprek. Hiervoor kan men een beroep doen op het infantteam. Dit team bestaat uit een kinderpsychiater, twee kinderpsychologen en een psychomotorisch therapeut. Soms is één gesprek voldoende, maar vaak zal het infantteam ouders en baby meerdere keren ontmoeten. Deze gesprekken kunnen plaatsvinden tijdens het verblijf op materniteit/neonatologie of tijdens een raadpleging op de polikliniek van de dienst kinder- en jeugdpsychiatrie.

Sociale dienst

De medewerker van de Sociale dienst neemt, indien nodig, het voortouw om u te ondersteunen op verschillende vlakken. Zij kunnen hulp bieden bij administratieve, financiële en/of praktische vragen, de hulp inroepen van ondersteunende diensten (bijvoorbeeld kraamzorg) en doorverwijzen naar andere interne en externe hulpverlening.

Postnatale kinesitherapie

Tijdens uw opname op de Materniteit komt de kinesitherapeut langs om u op weg te helpen bij het herstel van uw lichaam. Zij/hij informeert naar het verloop van de zwangerschap en de bevalling en naar eventuele klachten die ontstaan zijn in de zwangerschap of tijdens de arbeid en bevalling.

Zij/hij geeft u advies en tips hoe u opnieuw uw bekkenbodemspieren en diepe buikspieren kunt voelen en oefenen in de eerste weken na de bevalling. De oefeningen worden aangeleerd om dit dan de eerste zes weken thuis zelf verder te zetten.

Na het controlebezoek bij de gynaecoloog kan er dan bij een gespecialiseerde kinesitherapeut gestart worden met de postnatale oefeningen. Het voorschrift wordt bij die controle door de arts voorgeschreven.

Schoonmaak

Orde en netheid zijn belangrijk in een ziekenhuis. Dagelijks komen de mensen van de schoonmaakdienst hiervoor langs op uw kamer.

AZ Nikolaas heeft een afvalbeleid. Zo kunt u op de verschillende afdelingen materniteit PMD-zakken vinden en wordt papier, karton en glas gerecycleerd. Vraag gerust aan mensen van de schoonmaakdienst waar u met uw afval terecht kunt. Indien u de kamer versiert, gelieve deze dan op te ruimen voordat u het ziekenhuis verlaat.

Neonatologie

... wanneer er extra verzorging nodig is ...

Soms heeft uw baby extra verzorging nodig, en kan hij/zij niet bij u op de kamer verblijven.

Er zijn verschillende redenen waarom uw baby kan opgenomen worden op neonatologie; uw baby is te vroeg geboren, heeft een te laag geboortegewicht, heeft een infectie, moet even bekomen na de geboorte of komt terug van een universitair ziekenhuis. U bent als ouder altijd welkom op Neonatologie en wij betrekken u continu in de zorg voor jullie baby.

Als u bevalt voor de 34ste zwangerschapsweek, wordt u doorverwezen naar een universitair centrum. Indien transport niet meer mogelijk is, bevalt u hier en wordt uw baby, zo nodig, doorverwezen naar een universitair centrum.

Ontslag

Het aantal dagen dat u na een bevalling in het ziekenhuis mag blijven is ingekort. In samenwerking met huisartsen, vroedvrouwen werkzaam in de thuiszorg, Kind en Gezin, kraamzorgcentra, kinesisten, ... stemmen we de thuisverzorging zo goed mogelijk af op de nieuwe situatie.

In **AZ Nikolaas** verblijft u **na de bevalling 3 dagen** op de Materniteit. Indien u **via een keizersnede bevalt verblijft u 4 dagen** op de Materniteit.

Loopt alles vlot en wenst u al voor de derde dag na uw bevalling naar huis te gaan? Dit is mogelijk mits er aan een aantal voorwaarden voldaan is:

- Uw zwangerschap verliep normaal, de bevalling ging vlot en er zijn geen verwickelingen in de eerste dagen op de Materniteit.
- U had een natuurlijke bevalling en geen keizersnede.
- Tijdens de zwangerschap of de bevalling maakt u afspraken met zorgverleners die u na de bevalling thuis verder opvolgen (huisarts, vroedvrouw, kraamzorg, ...).
- U voelt zich, zowel fysiek als psychisch, klaar om naar huis te gaan. Thuis is alles geregeld zodat u voldoende rust kunt nemen en ondersteund zult worden.

Indien aan deze voorwaarden voldaan is, zullen de gynaecoloog en de kinderarts nagaan of de gezondheidstoestand van u en uw baby het toelaat om het ziekenhuis vervroegd te verlaten. Indien u vervroegd het ziekenhuis verlaat, zal er binnen 24 uur een vroedvrouw van uw keuze actief in de thuiszorg aan huis komen. Op de dag van ontslag nemen wij contact op met haar. U kiest een vroedvrouw die actief is in uw regio. Een lijst met alle vroedvrouwen uit de thuiszorg vindt u op www.vroedvrouwen.be. Een verwijsbrief wordt aan u meegegeven, alsook een verwijsbrief voor de huisarts.

Mogen wij u vragen om de dag van uw ontslag de kamer vóór 14.00 uur te verlaten. Vooraleer u het ziekenhuis verlaat, meldt u zich aan de onthaalbalie van de Materniteit om uw administratief ontslag te regelen. U hoeft geen verdere stappen te ondernemen voor uw ontslag. Enkele weken na uw ziekenhuisopname ontvangt u uw ziekenhuisfactuur.

Nazorg bij borstvoeding

Wanneer u borstvoeding geeft, is het aanbevolen dat een vroedvrouw uit de thuiszorg langskomt om u extra ondersteuning te bieden. Sommige vroedvrouwen uit de thuiszorg zijn gespecialiseerd in borstvoedingsproblematiek, de zogenaamde lactatiekundigen. Informatie vindt u via de websites www.bvl.be en www.vroedvrouwen.be

Naast de zorg die vroedvrouwen uit de thuiszorg kunnen geven in verband met de voeding en zorg voor uw baby zijn er in Vlaanderen een aantal oudergroepen die de focus leggen op ervaringsuitwisseling bij borstvoeding. Meer informatie vindt u via de websites www.vbbb.be, www.borstvoedingvzw.be en www.lalecheleague.be.

Patiëntenidentificatie

Bij het toedienen van medicatie en bij medische/verpleegkundige handelingen is het belangrijk dat uw identiteit gecontroleerd wordt om elke vergissing uit te sluiten. U wordt meermaals gevraagd om uw naam en geboortedatum te formuleren (telkens opnieuw bij een eerste contact met een nieuwe zorgverlener). Dit is een standaardprocedure in ons ziekenhuis, die mee een veilige zorg garandeert. Het is dan ook belangrijk om gedurende uw hele ziekenhuisverblijf steeds uw identificatiebandje te dragen. Als het toch zou loskomen, verloren zou gaan of het identificatiebandje niet meer leesbaar is, gelieve dit dan zo snel mogelijk te melden aan een vroedvrouw.

Thuismedicatie

Het bekomen van een actueel overzicht van uw thuismedicatie is een gedeelde verantwoordelijkheid tussen u en uw zorgverlener. Bij opname is het belangrijk dat u uw thuismedicatie meebrengt (in de originele verpakking, met vermelding van de in te nemen dosis en het tijdstip van inname). Geef deze thuismedicatie af aan de vroedvrouw. Tijdens uw verblijf levert de ziekenhuisapothek uw medicijnen. Het kan zijn dat hierdoor overgeschakeld wordt op een gelijkaardig product aanwezig in het ziekenhuis. Parafarmacie (vitamines, supplementen, ...) kunt u van thuis meebrengen en gebruiken. Het gebruik van andere thuismedicatie wordt enkel toegestaan in uitzonderlijke gevallen. Indien u nog vragen heeft, aarzel dan niet om uw arts of vroedvrouw hierover aan te spreken.

Pijn

Tijdens uw verblijf is het mogelijk dat u pijn heeft. Deze pijn kan gerelateerd zijn aan uw opname of reeds langer aanwezig zijn (rugklachten, hoofdpijn, ...). De (pijn)verpleegkundige en/of uw arts zullen uw pijn regelmatig bevragen. De ernst van de pijn wordt het best aan de hand van een cijfer van 0 (geen pijn) tot 10 (onhoudbare pijn) of op een speciale meetlat aangegeven. Het is echter belangrijk om pijn zelf direct te melden. U hoeft niet te wachten tot een zorgverlener bij u komt. Hoe langer u wacht, hoe moeilijker het is om de pijn onder controle te krijgen. Aanhoudende pijn is namelijk een belangrijke oorzaak van een vertraagd herstel. Meer informatie hierover vindt u terug in de brochure 'Pijnbehandeling na een operatie' of op de website www.aznikolaas.be.

Ziekenhuishygiëne

Een goede handhygiëne is belangrijk om de overdracht van ziektekiemen te voorkomen. Uw zorgverstrekkers ontsmetten hiervoor de handen met handalcohol. U kunt ook helpen door uw handen regelmatig te wassen met water en zeep (bv. vóór de maaltijd, na toiletgebruik, na hoesten, niezen of snuiten, bij vuile handen). Sommige patiënten zullen van de arts de raad krijgen om de handen ook te ontsmetten. Bepaalde kiemen worden ook verspreid via de lucht. Daarom is het belangrijk om te hoesten, niezen of snuiten met een afgewend gezicht en de mond en neus af te dekken met een papieren zakdoekje. Dit papieren zakdoekje wordt na gebruik weggegooid en daarna worden de handen gewassen.

Voor sommige kiemen worden in het ziekenhuis extra voorzorgsmaatregelen genomen. U wordt dan 'in isolatie' verzorgd. De ziekenhuismedewerkers dragen bij uw verzorging handschoenen, een masker of een schort. Aan uw kamerdeur hangt ook een fiche met deze informatie.

Indien u nog vragen heeft, kunt u steeds terecht bij de verpleegkundige van de afdeling of bij de dienst Ziekenhuishygiëne (tel. 03 760 27 09).

Valpreventiebeleid

In AZ Nikolaas zijn we zeer waakzaam voor valincidenten van onze (pasbevallen) moeders en pasgeboren baby's. Hiervoor werd een valpreventiebeleid uitgewerkt. Van belang is dat u steeds valincidenten uit het verleden bespreekt met de vroed-vrouw en/of arts. Indien u hierover meer vragen heeft, verwijzen we u graag naar de brochure rond valpreventie op Materniteit.

Aan de hand van het woord VALKUIL geven wij u alvast vaak voorkomende risico-factoren en factoren die u best vermijdt om zo minder valincidenten te hebben. Deze tips zijn eveneens terug te vinden op de kamer op Materniteit en in bijlage 2 van deze brochure.

Tromboseprofylaxebeleid

Wanneer tijdens uw verblijf van toepassing, wordt u door uw behandelend arts en/of verpleegkundige geïnformeerd over wat u als patiënt kunt doen om het krijgen van een diep veneuze trombose (bloedklonter) te voorkomen.

Ook wanneer u hier in het verleden reeds voor behandeld werd, wordt bekeken of de eventuele medicatie die u hiervoor inneemt voor uw verblijf (tijdelijk) dient te worden stopgezet en wanneer hiermee terug kan gestart worden.

Decubituspreventiebeleid

In AZ Nikolaas passen we een beleid toe dat het ontstaan van doorligwonden bij onze patiënten dient te voorkomen. U leest meer hierover in de brochure 'Preventie decubitus'.

Deze vindt u op www.aznikolaas.be.

Praktische informatie

Bezoek van de artsen

Gedurende uw verblijf komt uw eigen gynaecoloog langs. Er wordt samen met u besproken of u nog medicatie of speciale verzorging nodig heeft. Uiteraard kunt u met al uw vragen terecht bij uw arts. De kinderarts (wachtsysteem) komt dagelijks op bezoek om de evolutie van uw kindje na te kijken. Op zondag komt hij of zij enkel langs indien hier een indicatie voor is.

Kamerkeuze

Voor uw verblijf op de Materniteit kunt u kiezen tussen een éénpersoonskamer en een tweepersoonskamer. Indien u kiest voor een éénpersoonskamer, dan betaalt u naast het remgeld ook een supplement op de kamer en op de erelonen. Indien u kiest voor een tweepersoonskamer zijn er geen erelonen of kamersupplementen aangerekend.

Wanneer u kiest voor een eenpersoonskamer, zal men bij inschrijving een voorschot vragen. U kunt cash of met de bankkaart betalen. AZ Nikolaas heeft een overeenkomst met DKV, Assurcard, MediLink en Medi-Assistance om de factuur rechtstreeks tussen het ziekenhuis en de verzekeraar te regelen. In dat geval betaalt u geen voorschot. Indien u vragen heeft over de tussenkomst van uw hospitalisatieverzekering raden we u aan om hiermee contact op te nemen. Indien u vragen hebt over de ziekenhuisfactuur kunt u terecht bij het Financieel aanspreekpunt (tel. 03 760 79 18) van AZ Nikolaas.



Kamersupplement

Onze dienst Materniteit biedt vier verschillende types eenpersoonskamers aan (zie hieronder). De prijzen vindt u op de website www.aznikolaas.be.

Standaard eenpersoonskamer | Deze kamer beschikt over een douche.



Comfortkamer | De voorzieningen zijn dezelfde als bij de standaard eenpersoonskamer met douche, maar de kamer is ruimer en heeft een aparte babybox.



Luxekamer | De voorzieningen zijn uitgebreider en bevatten o.a. een babybox en microgolfoven. Er is eveneens een uitklapbed voor de partner aanwezig.



Super-de-luxekamer | Deze kamer is ingericht met kitchenette en salon en biedt de mogelijkheid aan de partner om te overnachten. De maaltijden van de partner zijn eveneens inbegrepen in het kamersupplement.



De luxekamers en de super-de-luxekamers zijn enkel beschikbaar op Materniteit straat 715 (3^{de} verdieping). In bepaalde omstandigheden (bijvoorbeeld wanneer u bevalt en minder dan 37 weken zwanger bent) is er de noodzaak om op straat 725 te verblijven (2^{de} verdieping) en kunnen we u geen luxekamer of super-de-luxekamer toekennen.

Kamercomfort

Het kamercomfort is een combipakket internet, telefoon en televisie. Bij een eenpersoonskamer is dit in de prijs inbegrepen. Bij een tweepersoonskamer betaalt u een extra bijdrage van 2,75 euro per dag.

Afspraken voor op een tweepersoonskamer

Wanneer u kiest voor een tweepersoonskamer worden de kasten gemarkeerd met cijfers 1 en 2. Het is de bedoeling dat u deze kasten en ruimtes gebruikt voor bijvoorbeeld uw doopsuiker en dat u hiervoor niet de gemeenschappelijke tafel gebruikt.

Daglicht is onontbeerlijk voor een pasgeboren baby. Vandaar dat wij vragen om het gordijn tussen de twee bedden zoveel mogelijk open te laten. Uitzondering zijn natuurlijk verzorgings- en voedingsmomenten. Gelieve elkaars rust en privacy te respecteren.

Tot slot vragen wij dat bezoek en partners gebruik maken van de bezoekerstoiletten en niet van het toilet op de kamer.

Wat brengt u mee naar de Materniteit

Administratief:

- identiteitskaart;
- bloedgroepkaart;
- vaccinatiekaart;
- lijst met allergieën;
- zwangerschapsboekje.

Thuismedicatie

- Bij opname is het belangrijk dat u uw thuismedicatie meebrengt (in de originele verpakking met vermelding van de in te nemen dosis en het tijdstip van inname).

Toiletgerief:

- voldoende handdoeken en washandjes;
- voldoende slaapkleding en ondergoed;
- bij borstvoeding: voedingsbeha's;
- zeep, shampoo, tandpasta, ...

Voor de baby:

- kleding voor het verblijf op de Materniteit, graag ook een mutsje voorzien en eventueel krabwantjes;
- bij kunstvoeding: eigen flesjes;
- een katoenen wikkeldoek voor de baby.

Eventueel:

- flessenopener en kurkentrekker;
- pen en papier;
- schaar en aardappelmesje;

Hoeft niet meegebracht te worden:

- kraamverband;
- wegwerpluiers, er is 1 pak wegwerpluiers inbegrepen in de ligdagprijs;
- verzorgingsgerief bij borstvoeding;
- babyverzorgingsproducten worden standaard aangeboden, tenzij u dit niet wenst.

Afspraken voor bezoekers

Zoals reeds vermeld, is bezoek op de verloskamer niet toegelaten. Het bezoekuur op de dienst Materniteit is van 14.30 tot 20.00 uur. Uw partner mag ook buiten de bezoeken komen. Bezoek ontvangen is echter vermoeiend. Wanneer er teveel bezoek is, kunt u de hulp in roepen van de vroedvrouw. Op het einde van het bezoekuur, zal de vroedvrouw de bezoekers aanspreken om hun bezoek af te ronden en de Materniteit te verlaten. Aan het bezoek wordt gevraagd telkens de kamer te verlaten tijdens verzorgingsmomenten, voeding van de baby en bezoek van de arts. Gezien de kwetsbaarheid van een pasgeboren baby, mag u vragen aan uw bezoek om niet langs te komen wanneer zijzelf of hun kinderen ziek zijn.

Dagindeling

07.00 uur:	Patiëntenbespreking door het team van vroedvrouwen
07.15 uur:	Start verzorging
08.15 uur:	Ontbijt
08.45 tot 12.00 uur:	Verdere verzorging
12.15 uur:	Middagmaal
12.45 tot 14.30 uur:	Mogelijkheid tot middagrust
14.00 tot 15.00 uur:	Patiëntenbespreking door het team van vroedvrouwen
14.30 uur:	Start bezoekuur
17.30 uur:	Avondmaal
19.00 uur:	Avondverzorging en voorbereiding op ontslag indien u de volgende dag naar huis mag
20.00 uur:	Bezoekuur is afgelopen
21.45 uur:	Patiëntenbespreking door het team van vroedvrouwen
22.00 uur:	Nachtrust onder toezicht van de vroedvrouwen met nachtdienst

De patiëntenbesprekingen vinden plaats om 07.00 uur, 14.00 uur en om 21.45 uur. De vroedvrouwen bezorgen hierbij alle nodige informatie aan de collega's die de zorg overnemen, zodat deze op de hoogte zijn van uw toestand, de ingestelde behandeling en eventuele problemen of vragen. Om deze besprekingen zo efficiënt mogelijk te laten verlopen, vragen we u vriendelijk om niet te storen tijdens deze besprekingen en even te wachten met uw vragen. Voor dringende zaken kunt u uiteraard wel steeds een vroedvrouw bereiken.

Afspraken voor de partner

De aanwezigheid van de partner is erg belangrijk voor de pas bevallen moeder en de baby. Wanneer de moeder op een éénpersoonskamer verblijft, dan kan de partner blijven overnachten op de kamer. Hierdoor krijgt de partner de mogelijkheid om actief te participeren in de nachtelijke zorg voor de baby. De partner leert zijn pasgeboren baby beter kennen en is in de mogelijkheid zijn vrouw te ondersteunen tijdens de nacht. Wanneer de moeder op een tweepersoonskamer verblijft, is overnachten niet mogelijk en vragen we aan de partners om het ziekenhuis ten laatste om 22.00 uur te verlaten.

Graag willen we toch vermelden dat de Materniteit geen hotel is. De pas bevallen moeders en baby's moeten de kans krijgen om uit te rusten en te herstellen. Daarnaast moeten wij in staat zijn om hen de nodige zorgen te kunnen geven. Daarom wordt u vriendelijk gevraagd om enkele afspraken op te volgen:

- Wanneer u blijft slapen vragen wij om gepaste nachtkleding te voorzien. Daarnaast vragen wij u om tijdig op te staan (voor 09.00 uur), uw bed zelf op te maken en gekleed te zijn, zodat de werking van de Materniteit niet in het gedrang komt.
- Roomservice is mogelijk mits toeslag. Warme maaltijden en broodjes zijn te koop in de cafetaria van het ziekenhuis. Wanneer u een maaltijd haalt in de cafetaria en deze op de kamer nuttigt, gelieve dan uw plateau zelf terug naar de cafetaria te brengen.

Aangifte bij de Burgerlijke stand

Het ziekenhuis werkt met de elektronische geboorteaangifte, eBirth. Dit houdt in dat de burgerlijke stand van de stad Sint-Niklaas alle gegevens van het verloskwartier heeft ontvangen om de geboorteaangifte in orde te maken. U krijgt een brief mee met praktische informatie. Voortaan werkt de dienst Burgerlijke stand in het stadhuis op afspraak. U kunt een afspraak maken via de website <https://afspraken.sint-niklaas.be> of telefonisch op het nummer 03 780 33 21.

Het is belangrijk om uw kindje tijdig aan te geven. U heeft hiervoor 15 dagen de tijd, de dag van de bevalling wordt niet meegerekend. De aangifte gebeurt steeds in de stad of gemeente waar de geboorte plaatsvond.

Indien u ongehuwd bent, is het aan te raden dat u al tijdens de zwangerschap met uw partner een document van erkenning gaat afhalen op het stadhuis of gemeentehuis waar u woont. Wanneer dit in orde is, kan de partner de baby alleen aangeven. Indien dit nog niet gebeurd is, moet de aangifte door beide ouders gebeuren.

Algemene informatie

- Op de terreinen van het AZ Nikolaas geldt een algemeen rookverbod, behalve in enkele specifieke rooklokalen. Er bevindt zich een rookpaviljoen op alle campussen. Algemeen wordt aangenomen dat roken en overmatig gebruik van alcohol schadelijk zijn voor uw gezondheid. Bij sommige therapieën of behandelingen wordt roken of het gebruik van alcohol absoluut afgeraden. Indien u hierover specifieke vragen heeft, aarzel dan niet om uw arts aan te spreken.
- 10 duidelijke afspraken over uw en onze veiligheid vindt u terug in het Reglement inwendige orde, raadpleegbaar op de website: www.aznikolaas.be.
- Uitleg over de financiële aspecten van uw opname vindt u terug in de **financiële infogids**, beschikbaar aan het onthaal van het ziekenhuis of via onze website (www.aznikolaas.be/patiënt). De meerkost van een éénpersoonskamer (o.a. het aanrekenen van een voorschot bij opname en de hieraan verbonden supplementen) wordt hierin toegelicht.
- Indien u over een **hospitalisatieverzekering** beschikt, is het raadzaam om uw verzekeraar vooraf op de hoogte te brengen van uw opname en u goed te informeren over de zaken die (al dan niet) opgenomen zijn in uw polis.
- Ons ziekenhuis neemt deel aan de **uitwisseling van gezondheidsgegevens**. Meer informatie kunt u terugvinden op www.mijngezondheid.belgie.be of in de specifieke folder, beschikbaar aan het onthaal van het ziekenhuis.
- De Ombudsdienst van het ziekenhuis bevindt zich in de nabijheid van de hoofdingang campus Sint-Niklaas - Moerlandstraat. Meer informatie over de werking van de ombudsdienst en de rechten die u heeft als patiënt vindt u op onze website: www.aznikolaas.be.
- Het ziekenhuis is niet verantwoordelijk voor behandelingen uitgevoerd door zelfstandige artsen en paramedici (o.a. kinesisten) in het ziekenhuis (afwijzing centrale aansprakelijkheid). Zij sluiten hiervoor zelf een verzekering voor af.
- Het ziekenhuis is niet verantwoordelijk voor diefstal en verlies van waardevolle voorwerpen. We raden u aan om geen waardevolle voorwerpen mee te brengen naar het ziekenhuis.
- Bijkomende informatie over ziekenhuisopnames en verwante thema's kunt u ook opvragen bij uw plaatselijk **ziekenfonds**.
- Tips en opmerkingen om de zorg verder te verbeteren zijn steeds welkom. U kunt deze aangeven op het kaartje 'Uw mening telt', te verkrijgen via een vroedvrouw.
- Meer informatie over deze en andere algemene items vindt u op onze website: www.aznikolaas.be. Raadpleeg zeker de items onder 'Praktisch' en 'Zorgethiek en regelgeving'. Indien u niet over internet beschikt, kunt u deze informatie op papier bekomen aan het onthaal van het ziekenhuis.
- Levensbeschouwelijke zorg: Een ziekenhuisverblijf kan heel wat vragen en bezorgdheden met zich meebrengen die raken tot aan de kern van ons bestaan en wie we zijn. U kunt hiervoor een beroep doen op de medewerkers van het levensbeschouwelijk supportteam. Indien u dit wenst, kunnen onze levensbeschouwelijke begeleiders tijdens uw verblijf bij u langskomen voor een vertrouwelijk gesprek, waarbij ze luisteren met een open visie en u proberen bij te staan op de moeilijke momenten. De levensbeschouwelijke begeleiders zijn er voor iedereen. Wilt u één van hen spreken, vraag dan aan een vroedvrouw om hen te contacteren. Desgewenst kunnen zij u tevens in contact brengen met een vertegenwoordiger van uw geloofsgemeenschap. Uw vraag wordt steeds in alle discretie en met het nodige respect behandeld.

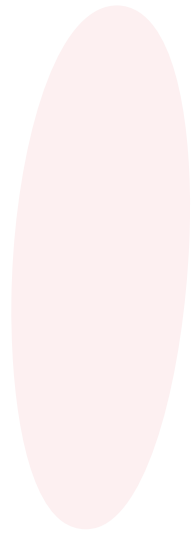
Bijlagen



1. Het AZ Nikolaas heeft een voedingsbeleid voor de pasgeborene uitgeschreven dat bekend gemaakt wordt aan al haar medewerkers.
2. Alle betrokken medewerkers moeten het beleid kennen en vaardigheden aanleren om het beleid te implementeren.
3. Alle zwangere vrouwen worden ingelicht over de voordelen en de praktijk van het geven van borstvoeding.
4. Moeder en kind hebben onmiddellijk na de geboorte minstens gedurende één uur ongestoord huidcontact. De moeder wordt aangemoedigd om de hongersignalen van haar baby te herkennen en wordt geholpen bij de voeding.
5. Aan de vrouwen wordt uitgelegd hoe ze hun baby moeten aanleggen en hoe zij de melkproductie in stand kunnen houden, zelfs als de baby van de moeder moet worden gescheiden.
6. De pasgeborene krijgt geen andere voeding dan borstvoeding, noch extra vocht, tenzij op medische indicatie.
7. Moeder en kind blijven dag en nacht bij elkaar. 24 uur op 24 uur rooming-in.
8. Borstvoeding op verzoek wordt nagestreefd.
9. Er wordt geen speen of fopspeen gegeven aan pasgeborenen die borstvoeding krijgen.
10. De vorming van borstvoedingsbegeleidingsgroepen (moedergroepen) wordt aangemoedigd. Vrouwen worden bij het verlaten van het ziekenhuis doorverwezen naar deze groepen.

VALPREVENTIE OP MATERNITEIT

<p>V</p>	<p>Veilige(re) omgeving</p> <p>Laat de badkamerdeur los bij het douchen en vermijd warm water (vermijden van flauwte) Wees voorzichtig bij het verlaten van de douche of het bad. Vermijd verplaatsing over een gladde (natte) vloer, na reiniging. Vermijd rondslingerend materiaal en speelgoed in de kamer. Neem de baby niet bij u in bed om te slapen. Dit is ter preventie van wiegendood, om te vermijden dat de baby uit bed valt of dat iemand op de baby gaat liggen. Maak gebruik van de co-sleeper.</p>
<p>A</p>	<p>Alles binnen handbereik</p> <p>Laat de baby nooit alleen achter op het bed of het verzorgingskussen. Laat de baby nooit onbewaakt achter in een open couveusekast. Het is veiliger om de baby op te pakken wanneer men zelf stabiel staat.</p>
<p>L</p>	<p>Langzaam uit het bed (in laagstand)</p> <p>Plaats het bed op de laagste stand. Wees zeker dat het bed op de rem staat. Kom rustig uit het bed. Blijf even op de bedrand zitten. Verminder zo de kans op draaiierigheid door een lage bloeddruk.</p>
<p>K</p>	<p>Kousen en slecht schoeisel vermijden</p> <p>Vermijd rondwandelen op kousen. Enkel antislipsokken zijn aanbevolen. Draag stevig, omsluitend schoeisel met een platte zool. Vermijd langere kleding die over de grond sleept.</p>
<p>U</p>	<p>Uitstekende hulp(middelen) gebruiken</p> <p>Zorg voor begeleiding als u de eerste keer uit bed komt. Uw partner wordt gevraagd bij u te blijven tot ten minste 2 uur na de bevalling. Bij een epidurale verdoving is het noodzakelijk hulp te vragen om uit het bed te komen. Vraag hulp aan de vroedvrouw.</p>
<p>I</p>	<p>In remstand plaatsen van rollend materiaal</p> <p>Steun nooit op rollend of onveilig materiaal (vb. nachtkast, babybedje, deurklink). Controleer of de zetel en/of het bed op de rem staan.</p>
<p>L</p>	<p>Licht voorzien</p> <p>Laat 's nachts eventueel een lichtje aan voor een betere oriëntering of om veilig naar het toilet te gaan. Open 's morgens de gordijnen.</p>







AZ Nikolaas

Moerlandstraat 1 - 9100 Sint-Niklaas
tel. 03 760 60 60 - fax 03 760 60 70
www.aznikolaas.be - info@aznikolaas.be

Materniteit

AZ Nikolaas - Campus Sint-Niklaas Moerlandstraat
Interne route: straat 715 - 725 - 727
tel. 03 760 77 00 - optie 5