

# Complete zorg voor jou en je baby

## ABC-boekje



**Geboortezorg**

**ST ANTONIUS**

een santeon ziekenhuis

Beste cliënt/gast,

Namens het team van St. Antonius Geboortezorg heten wij je van harte welkom.

Het professionele team van Geboortezorg biedt alle zorg rondom zwangerschap en geboorte. Op onze verlos- en kraamafdeling geven wij zorg aan vrouwen rond hun bevalling. Wij zorgen samen met jullie voor de beste start voor jou en je baby. Wij zullen ons inzetten om je verblijf bij ons zo prettig mogelijk te maken en betrekken daar graag je eventuele partner bij. In deze informatiemap kun je lezen wat wij belangrijk vinden en welke (eventuele) zorg en diensten wij verlenen. Dat gaat van borstvoedingsadviezen tot vazen en van bezoek tot roomservice. In de vorm van een ABC staat alles overzichtelijk uitgelegd. Heb je nog vragen, aarzel dan niet om die aan ons te stellen.

Wij wensen jullie een prettig verblijf en een plezierige kraamtijd toe!

De medewerkers van team St. Antonius Geboortezorg

## Wat bieden wij?

Wij bieden gezinsgerichte zorg, ook wel Family Centered Care genoemd.

## Wat houdt dit in?

Het gezin staat centraal. Dat betekent dat je baby, in principe na de geboorte bij je op de kamer blijft, zodat jullie direct een hechte band kunnen opbouwen. Verder betrekken we jullie actief in de zorg voor je baby, net zoals je dat thuis zou doen. Op welke tijden wil je voeden? Hoe wil je de dag indelen? Welke verzorging wil je zelf doen? Welke hulp verwacht je van ons? Al deze vragen kun je met de verpleegkundige of kraamverzorgende bespreken. Zij zullen binnen hun mogelijkheden zoveel mogelijk rekening houden met jullie wensen. Voorop staat dat jullie je baby leren kennen en zelf de zorg geven die je kunt. Wij helpen daarbij, waar nodig.

Ga snel naar:

**A B C D E F G H I J K L M N O P Q R S T U V W X Y Z**

# A

## Aangifte van geboorte

- Binnen 3 werkdagen na de geboorte moet je je baby aangeven bij het gemeentehuis. Hierbij is geen bewijs van geboorte nodig. Vraag naar de informatie hierover op de afdeling.

## Afstandsbediening

- Op alle suites van St. Antonius Geboortezorg is een televisie beschikbaar. De bijbehorende afstandsbediening is kosteloos verkrijgbaar bij de balie (het secretariaat) bij de ingang van de afdeling. Bij het in ontvangst nemen van de afstandsbediening vragen wij je een formulier te ondertekenen voor een eenmalige machtiging van 20 euro. Wanneer je de afstandsbediening weer inlevert, zullen wij deze machtiging vernietigen. Als wij de afstandsbediening niet retour ontvangen, dan zijn wij helaas genoodzaakt 20 euro in rekening te brengen.

## Antonius Apotheek

- Hier kun je terecht met recepten voor medicijnen, verbandmiddelen en dergelijke.
- Openingstijden:  
Maandag t/m vrijdag: 08.00 - 22.00 uur  
Zaterdag: 08.00 - 22.00 uur  
Zon- en feestdagen: 09.30 - 22.00 uur

# B

## Badkamer

- Alle suites hebben een eigen badkamer met bad of douche en toilet. Op al onze bevallingslocaties zijn er mogelijkheden om je weeën op te vangen in bad of te bevallen in bad.

## Beeldschermen

- Op de afdeling zie je op diverse plaatsen beeldschermen, zoals in de verloskamers en bij de teamposten. Via deze schermen kunnen de medewerkers op de afdeling alle zwangere vrouwen controleren die zijn aangesloten op een CTG-apparaat.

## Beschuit

- Na de geboorte van jullie baby krijg je beschuit met muisjes.

## Bezoek

- Bezoektijden staan niet vast, je bepaalt zelf de bezoektijden. Wel vinden wij het belangrijk dat je elke dag een rustmoment neemt; jij en je baby kunnen dan even bijkomen of slapen.

Verder is het belangrijk om te weten dat bezoek niet is toegestaan als de bezoeker last heeft van verkoudheid, keelpijn, koortslip, diarree, uitslag etc. Overleg bij twijfel met de verpleegkundige. Dit doen we om jullie baby te beschermen.

## Borstvoeding

- Als je borstvoeding gaat geven, weet dan dat iedere verpleegkundige en kraamverzorgende je daarbij kan helpen en instrueren. Mocht je vragen hebben, stel deze dan gerust. St. Antonius Geboortezorg heeft al jaren het WHO/UNICEF borstvoedingscertificaat. Onze lactatiekundige is van maandag t/m vrijdag tijdens kantooruren aanwezig om je te begeleiden metgeven van borstvoeding (zie ook Lactatiekundige).

## Broodbuffetwagen

- Je krijgt dagelijks ontbijt en lunch op je kamer. Als je partner blijft overnachten, ontvangt hij/zij ook een ontbijt. Hier zijn geen kosten aan verbonden. Onze roomservicemedewerker gebruikt hiervoor de broodbuffetwagen. Als je buiten ontbijt- en lunchtijd iets wilt eten, vraag dan even de roomservicemedewerker. Het assortiment vind je op een informatiekaart in een plastic houder op je kamer.

# C

## Catering

- Dranken die niet binnen ons standaard assortiment vallen (zoals bepaalde frisdranken) kun je tegen betaling bestellen bij de roomservicemedewerker, verpleegkundige of kraamverzorgende. Het assortiment vind je op een informatiekaart in een plastic houder op je kamer.

## CTG (Cardiotocografie)

- Als zwangere kun je worden aangesloten op een cardiotocografie apparaat. Deze CTG meet en registreert:
  - de frequentie van de hartslag van de baby
  - de frequentie van de weeën
  - de bewegingen van het baby

# F

## Facebook

- Als je het leuk vindt, kun je ons (blijven) volgen via onze Facebookpagina: <https://www.facebook.com/AntoniusGeboortezorg/>

## Familiekamer

- Op onze bevallingslocaties is er een speciale (wacht) ruimte voor familie en bezoekers.

## Fysiotherapie

- Heb je een keizersnee gehad, dan komt de fysiotherapeut (op werkdagen) bij je langs om je te helpen met ademhalingsoefeningen, uit bed gaan en dergelijke.

## G

### Geestelijke verzorging

- Wanneer je behoefte hebt aan deze zorg, kun je terecht bij medewerkers van de afdeling Geestelijke Verzorging of Maatschappelijk Werk. Laat ons weten als je met een van hen contact wilt leggen.
- Onze ziekenhuizen beschikken over een stiltecentrum waar je dag en nacht terecht kunt. Deze ruimte is ook bedoeld als gebedsruimte voor moslims.
- Elke zondag is er een oecumenische kerkdienst die je kunt bezoeken.
- Pastores en maatschappelijk werkers kunnen bij je langskomen. Natuurlijk kun je ook je eigen pastor ontvangen.

### Gevonden voorwerpen

- Mocht je iets vergeten zijn bij ons, dan bewaren wij dat uiteraard. Wanneer je er thuis achter komt dat je iets hebt laten liggen, neem dan contact op met onze afdeling via 088 - 320 64 05.

## I

### Identificatieprotocol

- Je baby krijgt na de geboorte een polsbandje om met zijn of haar naam, onder andere om persoonsverwisseling te voorkomen. Bij ontslag checken wij het polsbandje van je baby en ondertekenen het identificatieformulier.

### Informatie

- Op onze website [www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg](http://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg) en op de afdeling is informatie verkrijgbaar over verschillende onderwerpen, zoals borstvoeding en geboorteaangifte. Vraag de verpleegkundige of kraamverzorgende naar onderwerpen waarover je meer wilt weten.

## J

### Jouw mening

- Bij St. Antonius Geboortezorg staat topzorg en gastvrijheid voorop. We stellen je mening dan ook zeer op prijs, zodat we onze cliënten nog beter van dienst kunnen zijn. Heb je een tip of suggestie? Ben je ergens niet of juist enorm tevreden over? Vertel het ons! Je kunt dit doen via de digitale vragenlijst of mail ons via [geboortezorg@antoniusziekenhuis.nl](mailto:geboortezorg@antoniusziekenhuis.nl). Je ontvangt, indien je daarvoor akkoord hebt gegeven, na ontslag per mail een digitale vragenlijst. Deze kun je heel gemakkelijk online invullen.

## K

### Kinderarts

- Als je bevalt op medische indicatie onder begeleiding van de gynaecoloog, komt na de bevalling de kinderarts langs om je baby te onderzoeken. Wanneer dit plaatsvindt, hangt af van de medische situatie of van het moment waarop je naar huis gaat met je baby. Ook een arts-assistent of klinisch verloskundige kan dit onderzoek uitvoeren. Als je langer dan een dag in het ziekenhuis moet blijven, komt de kinderarts nog even langs voordat je naar huis gaat. Als de kinderarts je baby later nog een keer wil terugzien op de polikliniek, hoor je dat van de kinderarts.

### Kinderen

- Broertjes, zusjes en andere kinderen zijn van harte welkom om op bezoek te komen. Ze kunnen alleen niet blijven slapen. Heeft een van hen een kinderziekte, overleg dan vooraf even met ons vanwege besmettingsgevaar.

### Klachten

- Ben je ontevreden over de gang van zaken of over bepaalde personen, dan kun je jouw onvrede bespreken met de direct betrokkene. Je kunt ook terecht bij de klachtenfunctionaris van het ziekenhuis. De verpleegkundige kan je helpen aan zijn of haar telefoonnummer of e-mailadres geven. Op de afdeling kun je ook informatie krijgen over het afhandelen van een klacht. Meer informatie is ook te vinden op [www.antoniusziekenhuis.nl](http://www.antoniusziekenhuis.nl).

### Kluisje

- Op je kamer is een kluisje aanwezig voor waardevolle spullen. Denk eraan de sleutel achter te laten als je weer naar huis gaat.

## Koelkast

- Op de afdeling is een koelkast voor cliënten beschikbaar. Die kun je gebruiken voor zelf meegebrachte etenswaren. Vergeet niet bij vertrek jouw spullen uit de koelkast te halen. Je dient je producten te voorzien van een sticker met je naam en de datum. Deze stickers kun je in de koelkast vinden.

## Koffie, thee en water

- In de koffiecorner op de afdeling kunnen jij en je partner de hele dag gratis koffie, thee en water halen (zelf-service).

## Kraamzorg

- Bel na de bevalling zelf je kraamzorg, zodat ze alvast kraamzorg voor je kunnen inplannen.

## L

### Lactatiekundigen

- Voor gespecialiseerde hulp bij borstvoeding kun je advies vragen aan de lactatiekundigen die bij Geboortezorg werken. Vraag de verpleegkundige, kraamverzorgende of polimedewerker.

### Lunch

- Je krijgt dagelijks lunch op je kamer. Partners en eventuele gasten kunnen een lunch kopen. Men kan hiervoor terecht bij restaurant Vermaat. Kosten zijn afhankelijk van je bestelling.

## M

### Maaltijden

- Bij de roomservicemedewerker kun je opgeven wat je wilt eten bij de warme maaltijd. Partners en eventuele gasten kunnen een warme maaltijd bestellen bij restaurant Vermaat in het ziekenhuis tegen een vergoeding. De werkwijze en kosten hiervan vind je op een informatiekaart in een plastic houder op je kamer.

### Mobiele telefoon

- Het is toegestaan je mobiele telefoon bij Geboortezorg te gebruiken.
- We verzoeken jou/jullie wel om deze niet te gebruiken tijdens gesprekken, uitleg en verzorging door zorgverleners.
- Wij raden je aan, bijvoorbeeld tijdens het geven van borstvoeding, je telefoon niet te gebruiken zodat je alle aandacht en concentratie hebt voor je baby.

## Mothermates

- Mothermates zijn gelpakkingen ter verzachting van tepelkloven. Je kunt ze kopen bij een thuiszorgwinkel. In ons ziekenhuis kun je de thuiszorgwinkel van LM Orthopedie vinden. Ze zijn tevens tegen een vergoeding verkrijgbaar bij de polikliniek van Geboortezorg.

## N

### Naambordje

- Naast de deur van de suite hangt een glazen bordje met daarop je naam en die van je baby. Bij de entree van de afdeling staan jullie namen ook op een overzichtsbord.
- In de suite hangt een bordje met daarop de namen van de zorgverleners die voor jou (en je baby) zorgen.

### Neonatologie

- Wanneer je baby te vroeg geboren wordt, ziek is of meer zorg nodig heeft dan zullen wij jou en je ba verzorgen op een speciale suite (neosuite). Hier krijgen jullie de zorg die jullie nodig hebben. Speciale kinderartsen (Neonatologen) zullen dan nauw betrokken worden bij de verzorging van jou en je baby.

### Niet storen

- Als je op je kamer even niet gestoord wilt worden, zeg dat dan tegen de verpleegkundige of kraamverzorgende. Zij hangen dan een bordje met 'niet storen' aan je deur. Dit kun je uiteraard ook door bijvoorbeeld je partner laten doen.

## O

### Ontslag

- De meeste vrouwen mogen na de bevalling binnen 24 uur weer naar huis. Het tijdstip van ontslag is meestal rond 10.00 uur 's morgens.

### Opnameduur

- Indien medisch gezien noodzakelijk kun je langer op de suite blijven. Indien er geen medische indicatie is dan kan je verblijf in overleg ook worden verlengd. Check dit wel bij je zorgverzekeraar.

# P

## Parkeren

- In de parkeergarage van het ziekenhuis kun je (betaald) parkeren.
- Op [www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg](http://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg) kan je bezoek een routebeschrijving vinden.
- Je kunt bij Geboortezorg een parkeerkaart krijgen waarmee je tijdelijk op de invalidenparkeerplaatsen kunt staan.
- Voor minder validen zijn er speciale parkeerplaatsen, bij de ingang van het ziekenhuis.

## Partner

- We betrekken je partner (of een andere naaste) graag bij de verzorging van je baby. Je partner kan gedurende je verblijf hier overnachten. Op elke suite is een bedbank aanwezig. Vraag je partner om zelf het bed op te maken en ook weer op te ruimen.

## Pijnstilling

- St. Antonius Geboortezorg beschikt over diverse vormen van pijnstilling. Wanneer je pijnstilling wilt, wordt in overleg met jou en de verloskundige of gynaecoloog bepaald wat op dat moment de beste pijnstilling is voor jou. Je kunt daarover in je Geboorteplan al je wensen kenbaar maken. De anesthesie die ons ondersteunt in het verlenen van pijnstilling, is dag en nacht beschikbaar. Pijnstilling kan op je eigen suite gegeven worden.

## Pin

- Tijdens kantooruren kun je met pin betalen bij de balie van polikliniek Geboortezorg. Daarnaast kun je op de dag van vertrek ook contant afrekenen bij de roomservicemedewerker.

## Plattegronden/routewijzers

- Verkrijgbaar bij de informatiebalie in de centrale hal en bij de balie van onze afdeling.
- De route naar zowel locatie Nieuwegein als locatie Utrecht is te vinden op [www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg](http://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg).

## Privacy

- Onze suites bieden privacy en rust. De medewerkers van Geboortezorg zullen jullie privacy zoveel mogelijk bevorderen en respecteren.

## Professioneel

- St. Antonius Geboortezorg bestaat uit een team van gynaecologen, (klinisch) verloskundigen, arts-assistenten, gespecialiseerde verpleegkundigen, kraamverzorgenden, lactatiekundigen, verpleegkundig specialisten,

roomservicemedewerkers, polikliniekmedewerkers, echoscopisten, administratief medewerkers en anderen. De teamleden die dienst hebben staan vermeld op een fotobord bij de teampost, zodat je weet wie er die dag voor jullie zorgt. De namen staan overigens ook vermeld op het naambordje in de suite.

- Daarnaast werken we uiteraard intensief samen met andere disciplines uit het St. Antonius Ziekenhuis zoals maatschappelijk werker, fysiotherapeut, internist, anesthesist etc.

## Post bezorging + brievenbus

- Brieven en kaarten die anderen jullie sturen bezorgen wij op je kamer.

# R

## Rooming-in

- Dit betekent: je baby blijft 24 uur per dag bij je op de kamer.

## Roomservicemedewerker

- Onze roomservicemedewerker zorgt voor de maaltijden, houdt de voorraden in de suites bij en maakt je verblijf zo aangenaam mogelijk.

## Rolstoelen

- Op een aantal vaste plekken in het ziekenhuis staan rolstoelen die je kunt gebruiken, bijvoorbeeld bij de parkeergarage of de ingang.
- Met een muntje van 1 euro kun je de rolstoelen loskoppelen en gebruiken, bijvoorbeeld als je met ontslag gaat en naar de uitgang gebracht wilt worden.

# S

## Skippybal

- Voor het opvangen van de weeën kun je gebruik maken van een skippybal. Ook zijn er andere mogelijkheden om je weeën op te vangen, zoals een douche met massagestraal of een verwarmde knuffelmuur. Vraag bij je verpleegkundige naar de mogelijkheden.

## Smiley

- De Vereniging Kind en Ziekenhuis heeft ons ziekenhuis kwaliteitskeurmerken toegekend (Smileys).

## Suite

- Of je nu bevalt met je eigen verloskundige of onder begeleiding van de gynaecoloog: alle bevallingen vinden plaats in een van onze privé-suites. Onze suites zijn comfortabel en huiselijk ingericht en hebben een vaste bedbank voor je partner.
- Wij vinden het belangrijk dat jullie je thuis voelen bij ons. Alle medische apparatuur is weggeborgen achter kastdeuren, maar is wel – heel veilig – in een handomdraai beschikbaar. Ook pijnbestrijding kan op de suite worden gegeven. Na de bevalling blijf je met je baby en partner op je eigen suite en kun je zelf bepalen wanneer je bezoek ontvangt.
- Ook zijn er speciale suites (neosuites) waar je met je baby kunt verblijven als het te vroeg is geboren, ziek is of extra zorg nodig heeft.

## T

### Taxi

- Een taxi kun je reserveren via de informatiebalie in de centrale hal of via de afdeling.

### Telefoonnummer

- Wanneer je iemand nodig hebt, druk je op de bel. Wanneer het langer duurt dan gewenst, kun je het telefoonnummer van de dienstdoende verpleegkundige bellen dat aanwezig op de suite.

### Televisie

- Op iedere suite is een televisie met afstandsbediening. Neem ook gerust je eigen muziek mee.

### Tepelhoedjes

- Tepelhoedjes zijn verkrijgbaar bij de thuiszorgwinkel, bijvoorbeeld bij LM Orthopedie in het St. Antonius Ziekenhuis. Ze zijn ook tegen een vergoeding verkrijgbaar bij de polkliniek van Geboortezorg.

### Tolken (telefoon)

- Via de verpleegkundige of kraamverzorgende kun jij of je partner het Tolk- en Vertaalcentrum inschakelen voor het (telefonisch) vertalen van bijvoorbeeld een gesprek met arts, verpleegkundige of kraamverzorgende.

## V

### Vazen

- Als je een bloemenvaas nodig hebt, kun je zelf een vaas pakken of laten halen uit de bloemenhoek halverwege de gang.

## Verschon

- In de suite zijn luiers, verband en dergelijke aanwezig voor verschoning van jou en je baby.

## Verpleegkundig oproepsysteem

- Als je hulp nodig hebt, druk dan op de rode knop (de bel) van het bedieningspaneel. Er komt dan zo snel mogelijk een verpleegkundige of kraamverzorgende naar je toe.

## Vervoer baby

- Mocht je de Maxi-Cosi nog niet klaar hebben staan op de suite, vergeet deze dan niet mee te nemen evenals een warm truitje/jasje en mutsje voor je baby..

## Verzorgen

- Verzorg je baby zoveel mogelijk zelf, samen met je partner. De kraamverzorgende of verpleegkundige assisteert en coacht je daar graag bij.

## W

### Website

- Als je meer informatie wilt, kun je terecht op de volgende websites:  
[www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg](http://www.antoniusziekenhuis.nl/geboortezorg),  
[www.gezondebaby.nl](http://www.gezondebaby.nl),  
[www.borstvoeding.com](http://www.borstvoeding.com),  
[www.kiesbeter.nl](http://www.kiesbeter.nl).

### Wifi

- In het St. Antonius Ziekenhuis is wifi beschikbaar.

## Z

### Zorg

- Ons doel is om onze zorg af te stemmen op je (jullie) individuele behoeften (psychosociaal, lichamenlijk en spiritueel), je ontwikkeling en je culturele achtergrond. We helpen je graag bij je vragen, wensen en keuzes.

