

## KRAAMBED

Na de bevalling breekt een spannende tijd aan, met allemaal nieuwe gebeurtenissen.

Bij een thuisbevalling blijft de kraamverzorgende de eerste uren na de bevalling bij jullie om jullie op weg te helpen. Zij verzorgt jou, doet controles, leert jullie welke verzorging de baby nodig heeft en helpt bij het voeden. Bij thuiskomst uit het ziekenhuis zal zij de eerste opvang verzorgen. Ook tijdens de eerste week zal zij een aantal uren per dag bij jullie in huis zijn.

De eerste vier dagen van het kraambed komen we elke dag langs, daarna komen we om de dag, totdat de kraamverzorgende het kraambed afsluit. We zijn medisch eindverantwoordelijk voor het verloop van het kraambed. We zullen met de kraamverzorgende overleggen of het kraambed normaal verloopt en indien nodig zal onderzoeken uitvoeren bij jou of de pasgeboren baby. Je kunt ook nu, net als in de zwangerschap, altijd bellen als er vragen, problemen of bijzonderheden zijn.

Na de bevalling zullen wij (of de verpleegkundige uit het ziekenhuis) een bevallingsverslag naar de huisarts opsturen. Een aantal huisartsen kiest tijdens de kraamperiode voor een huisbezoek, anderen leggen telefonisch contact of sturen een kaartje. In principe gaat de zorg wat betreft de gezondheid van de baby na de kraamweek over naar de eigen huisarts van de moeder.

Tussen de vijfde en de achtste dag komt de wijkverpleegkundige voor de hielprik en de gehoorscreening. Na de kraamweek neemt zij de zorg voor de baby over en na twee weken komt ze langs om een aantal zaken met je/jullie door te nemen.

### **Hielprik**

In de eerste week na de geboorte van jullie baby worden een paar druppels bloed afgenomen uit de hiel van jullie kind. Daarna onderzoekt een laboratoriummedewerker het bloed op een aantal ernstige, zeldzame aangeboren ziekten.

Bekijk de korte video [De hielprik bij ouders thuis](#).  
Of bekijk het [beeldverhaal](#).

Via het hielprikonderzoek kunnen ernstige ziekten worden ontdekt. De ziekten komen niet vaak voor. Wel is het belangrijk dat deze ziekten snel na de geboorte worden ontdekt.

Het is belangrijk dat deze ziekten snel na de geboorte worden ontdekt. Daarmee kan ernstige schade aan de lichamelijke en geestelijke ontwikkeling van uw kind voorkomen of beperkt worden. De meeste ziekten zijn niet te genezen. Ze zijn wel te behandelen, bijvoorbeeld met medicijnen of een dieet.

Het is dan ook in het belang van jullie kind dat je meedoet aan de hielprik.

Meedoen aan de hielprik is vrijwillig. Je beslist zelf of jullie kind meedoet aan de hielprik screening. De hielprikmedewerker vraagt jullie om toestemming, voordat hij of zij de hielprik uitvoert. Meedoen aan de hielprik is in het belang van jullie kind. De hielprik is gratis.

### **Neonatale gehoorscreening**

Tegelijk met de afname van de hielprik wordt ook het gehoor van je baby getest. De test duurt enkele minuten en doet geen pijn.

Een goed gehoor is belangrijk. Als een kind niet goed hoort, leert het bijvoorbeeld niet goed praten. Hoe eerder wordt ontdekt dat je baby niet goed hoort, hoe sneller de behandeling kan beginnen. Daarom wordt het gehoor snel na de geboorte getest.

Storingen kunnen optreden doordat er teveel lawaai was gedurende het onderzoek, doordat de baby te onrustig was, of doordat er misschien nog wat vocht in het oor van de baby zat. De gehoortest wordt dan herhaald.

De wijkverpleegkundige kan verdere vragen beantwoorden. Op de site van het RIVM is ook meer informatie te vinden

### **Nacontrole**

Zes weken na de bevalling zien we elkaar nog eens voor een laatste controle. We kijken dan samen terug naar de zwangerschap, de bevalling en kraambed. We vinden het leuk om jou en je jonge gezin nog eens te ontmoeten!

We zijn benieuwd hoe het met jullie gaat. Onderwerpen die aan bod komen in dit gesprek zijn: het gezin (partner, kinderen, seksualiteit, werk), het gedrag van de baby, de voeding van de baby en de controle door het consultatiebureau. We hebben het verder over het lichamelijke herstel na de bevalling, het verloop van het bloedverlies, of je continent bent voor urine en ontlasting, etc. Indien nodig controleren we de bloeddruk, het ijzergehalte in je bloed, de buik en het perineum. We bespreken nogmaals de anticonceptie en we geven advies voor een eventuele volgende zwangerschap.

Leestip: *Perfecte moeders bestaan niet* van Diana Kosters

Leestip: *Slapen als een baby* van Sylvie Zuidam

Leestip: *Veilig slapen met je baby* van James McKenna