



AZ JAN PALFIJN
GENT

Kraamafdeling

Onthaalbrochure


INFORMATIE VOOR PATIËNTEN



INHOUDSTAFEL

INHOUD

1. Voorbereiding tijdens je zwangerschap	5
2. Opname op de verlosafdeling	6
3. Kindje geboren? Licht het Veerleplein op!	13
4. Verblijf op de Kraamafdeling	13
5. Info over verzorging, ook voor thuis	17
6. Bijkomende zorg	20
7. De ziekenhuiskamer	22
8. Algemene informatie over het ziekenhuis	24
9. Terug naar huis	25
10. Patiëntenrechten	27
11. Nuttige telefoonnummers	28



Beste (aanstaande) ouder(s),

Wij wensen jullie van harte welkom in het AZ Jan Palfijn Gent. Met deze brochure willen wij jullie wegwijs maken op onze kraamafdeling (materniteit). Je leest hier wat je kan doen om je goed voor te bereiden op de bevalling en op de borstvoeding, wat je kan meebrengen, waar je naartoe moet bij opname en wat je kan verwachten tijdens je verblijf. Daarnaast geven we ook een aantal praktische tips rond geboorte en thuiskomst.

Een goede voorbereiding van jezelf (en je partner) zal zeker bijdragen om jouw bevalling positief te ervaren, en ook op de borstvoeding zal dit een gunstig effect hebben.

Wij wensen jullie een zeer goede bevalling en een aangenaam verblijf op onze materniteit.

Je kan ons dag en nacht bereiken:

Verlosafdeling: 09 224 83 85

Kraamafdeling: 09 224 83 70

Neonatologie: 09 224 83 82

Hoofdvroedvrouw:

Ann Rotty: 09 224 89 26

Het team van de kraamafdeling

1. VOORBEREIDING TIJDENS JE ZWANGERSCHAP

De artsen en vroedvrouwen van het AZ Jan Palfijn Gent bieden je vier mogelijkheden om je voor te bereiden op de bevalling en het ouderschap, waarbij de borstvoedingsles en de individuele prenatale infosessie zeer sterk worden aanbevolen. Daarnaast raden we je aan een zelfstandige vroedvrouw te contacteren tijdens de zwangerschap voor de opvolging na de bevalling.

1.1. Algemene infoavond i.s.m. Kind en Gezin

- ▶ gratis informatieavonden over bevalling en sociale wetgeving
- ▶ iedere eerste dinsdag van de maand van 19 tot 21.45 uur (behalve in augustus)
- ▶ voor elke zwangere + partner of begeleider

1.2. Vier lessen in groepsverband

- ▶ terugbetaalde lessenreeks over zwangerschap, bevalling en ouderschap
- ▶ data: zie **website www.janpalfijn.be**
- ▶ voor elke zwangere en partner vanaf 20 weken zwangerschap
- ▶ inschrijving noodzakelijk via 09 224 71 01 of prenatale.lessen@janpalfijngent.be of online via de website van AZ Jan Palfijn Gent

1.3. Eénmalige les over borstvoeding

- ▶ in groepsverband door een vroedvrouw/lactatiekundige
- ▶ volledig terugbetaald door de mutualiteit
- ▶ elke tweede en vierde dinsdag van de maand van 19.30 tot 21.30 uur
- ▶ bij voorkeur na telefonische inschrijving via 09 224 71 01 of 09 224 87 81 of per mail via: administratie.materniteit@janpalfijngent.be

1.4. Individuele prenatale infosessie

- ▶ met een vroedvrouw
- ▶ vanaf 30 weken zwangerschap
- ▶ steeds na afspraak via 09 224 87 81 (raadpleging gynaecologie) of afspraak online boeken via onze website
- ▶ voor elke zwangere en partner
- ▶ terugbetaald door de mutualiteit

- ▶ breng je moederboekje en bloedgroepkaart mee
- ▶ aanmelden in straat 370
- ▶ inhoud:
 1. opmaken individueel dossier voor de bevalling
 2. sociale wetgeving
 3. arbeid en bevalling
 4. mogelijkheden voor opvangen van de pijn
 5. inlichtingen en rondleiding op de kraamafdeling en verloskwartier
 6. opstellen geboortepan
 7. voorbereiding eventueel geplande keizersnede

1.5. Thuiszorg

De eerste dagen of weken na je thuiskomst zijn wat extra hulp en ondersteuning meer dan welkom, zeker met de verkorte verblijfsduur in het ziekenhuis. Regel dit best voor je bevalling, rond de 6e maand van je zwangerschap.
 Meer info: www.vroedvrouwen.be

2. OPNAME OP DE VERLOSAFDELING



2.1. Wanneer kom je naar de verlosafdeling?

- ▶ als je weeën of contracties hebt die regelmatig en pijnlijk zijn en in sterkte toenemen
- ▶ bij het breken van de vliezen (duidelijk waterverlies)
- ▶ bij helderrood bloedverlies

Als je onzeker bent en twijfelt, kan je steeds telefoneren naar de vroedvrouw op het nummer **09 224 83 85**.

2.2. Waar aanmelden?

Overdag

De verlosafdeling bevindt zich in straat 385, net voorbij de dienst neonatologie.

In de inkomhal volg je ROUTE 3 (groene route) naar STRAAT 385 (8e verdieping). Je kan aanbellen aan de deur van de verlosafdeling.

Tussen 21u30 en 6u30 uur

U meldt zich aan op de spoedopname. Zij zullen de verlosafdeling op de hoogte brengen van jullie komst.

2.3. Wat breng je mee als je komt bevallen?

Mama

- ▶ identiteitskaart
- ▶ badge verzekering (eventueel)
- ▶ bloedgroepkaart
- ▶ moederboekje
- ▶ eventueel verwijsbrief arts en bloedresultaten
- ▶ slaapkleedjes
- ▶ borstvoedingsbeha
- ▶ energierijke drank zoals Aquarius, Isostar ...
- ▶ ondergoed
- ▶ toiletgerief
- ▶ handdoeken en washandjes (ook voor je baby)
- ▶ kamerjas en slippers
- ▶ bij onderwaterbevalling: graag kamerjas (in spons)

Nuttig tijdens arbeid en bevalling

- ▶ massage- of badolie met aroma (lavendel, oranjebloesem ...)
- ▶ losse korte T-shirt of nachtkleed (baby huid op huidcontact na bevalling)
- ▶ cd's met geliefkoosde muziek
- ▶ energierijke drank zoals Aquarius, Isostar ...
- ▶ bananenkussen, kersenpitkussen, kousjes
- ▶ spuitbus voor waterverneveling (Evian, Vichy, Vittel ...)
- ▶ haarband of -elastiekje (liever geen haarspelden)

Papa (bij overnachting op een eenpersoonskamer)

- ▶ toiletgerief + handdoeken en washandjes
- ▶ slaapkleding (verplicht)

Baby

- ▶ 6 hemdjies
- ▶ 6 bovenkleedjies
- ▶ enkele slabbetjies
- ▶ sokjes
- ▶ handdoeken en washandjes
- ▶ 1 paar handschoentjies in katoen tegen krabben
- ▶ verzorgingsprodukten: zeep, baby-olie, zalf en badolie (kan ook aangekocht worden in het ziekenhuis)
- ▶ babykammetje
- ▶ mutsje
- ▶ eigen dekentje

Babyhemdjies, handdoeken, washandjes enz. die gebruikt worden van het ziekenhuis zullen aangerekend worden.

2. 4. Wat moet je niet meebrengen?

Maandverbanden en wegwerpluiers (8 per dag) worden aangeboden door het ziekenhuis. Een fopspeen wordt afgeraden in de eerste weken.

2.5. Inschrijving en kamerkeuze

De administratieve opname gebeurt op het verloskwartier, op de 8ste verdieping van het ziekenhuis.

Bij je opname wordt je gevraagd welk type kamer je verkiest. Vooraf een kamer reserveren is niet mogelijk. Er zijn drie keuzes op de Kraamafdeling:

- ▶ een gemeenschappelijke kamer (tweepersoonskamer)
- ▶ een éénpersoonskamer
- ▶ een suite

De keuze van de kamer heeft geen invloed op de kwaliteit van de verzorging, enkel op de prijs die je uiteindelijk betaalt. Indien je voor een éénpersoonskamer of suite kiest, rekenen de artsen een supplement aan op basis van het ereloon (maximum 100%).

Bij opname in het ziekenhuis wordt een voorschot gevraagd. Gelieve dit bedrag zo snel mogelijk te betalen aan de administratief medewerker materniteit (enkel bancontact) of aan de opnamedienst (bancontact of cash). Tussentijdse voorschotten worden gevraagd na een periode van 7 dagen. Na uw ontslag wordt de definitieve factuur thuis toegezonden. De betaalde voorschotten worden hierop in mindering gebracht.

Wanneer u een hospitalisatieverzekering heeft waarmee AZ Jan Palfijn rechtstreeks samenwerkt, betaalt u geen voorschot. Gelieve deze hospitalisatieverzekering zo snel mogelijk te laten registreren door de administratief medewerker materniteit of aan de opnamebalie.



Wanneer u als partner wenst te overnachten (enkel op een eenpersoonskamer), betaalt u eerst het voorschot van € 50 aan de administratief medewerker of aan de opnamedienst. Meld uw overnachting aan de vroedvrouw op de materniteit.

2.6. Wat gebeurt er bij opname?

De vroedvrouw heet je welkom en praat een aantal zaken met je door. Je wordt geïnstalleerd op een arbeid- en verloskamer waar je blijft tot na de bevalling. Je partner en eventueel nog een derde persoon kunnen met je meekomen, uiteraard enkel als dat voor jou belangrijk is. Zo ben je goed omringd en gesteund voor en tijdens je bevalling. Er gebeurt een vaginaal onderzoek om de ontsluiting van de baarmoederhals te meten.

Een CTG-monitor wordt aangelegd om het hartje van de baby te beluisteren en om de sterkte van je weeën te evalueren. De gynaecoloog wordt intussen op de hoogte gebracht. Eventueel wordt ook een lavement gegeven.

Er wordt gevraagd welke kinderarts je verkiest. Je krijgt informatie over het verloop van de bevalling en je bevallingsplan wordt overlopen. Je hebt nu ook alle tijd om vragen te stellen aan de vroedvrouwen.

Vermeld bij opname ook zeker welke allergieën je hebt en/of medicatie die je neemt.



2.7. Verloop van de arbeid

Er is een regelmatige controle door de vroedvrouw van de foetale harttonen en de contracties (weeën). Je kan tussendoor vrij bewegen en rondlopen. Tijdens de arbeid mag je je houding zelf kiezen.

Er is op geregelde tijdstippen telefonisch contact tussen de arts en de vroedvrouw.

Tijdens de arbeid krijg je een paar keer een vaginaal onderzoek om de vordering van de ontsluiting te controleren.

De vroedvrouw helpt je om de pijn van de weeën op te vangen en geeft daarbij tips aan jou en je partner.

Samen met de gynaecologen waken de vroedvrouwen over de veiligheid van moeder en kind.

Enkele tips:

- ▶ Wees geduldig. Blijf in beweging.
- ▶ Vraag uitleg. Laat van je horen.
- ▶ Vertrouw op je intuïtie en geloof in je eigen kracht.

2.8. Hoe omgaan met de weeën

Een positieve instelling vooraf, en een goede dosis zelfvertrouwen zullen je enorm helpen. Het is jouw bevalling, zeg ons dus ook wat je zelf graag wil. In de mate van het mogelijke zullen wij hiermee rekening houden.

De vroedvrouw zal je helpen bij het opvangen van de weeën. Zij zal ontspannings- en ademhalingsoefeningen aanleren, je een comfortabele houding aanraden, een relaxatiebad aanbieden en je moed geven.

Daarnaast is de steun van je partner heel belangrijk. Hij/zij kan je helpen door o.a. massage uit te voeren of door de ademhalingsoefeningen samen te doen.

Op de verlosafdeling hebben we verschillende mogelijkheden om je te helpen tijdens de arbeid:

- ▶ zitbal: minder rugpijn, kan de ontsluiting bevorderen door ontspanning van de bekkenbodem
- ▶ relaxatiebad en douche: warm water ontspant en brengt je tot rust
- ▶ cd-speler: je kan je eigen cd's meebrengen
- ▶ hotpack voor lokale warmte, dit kan de pijn verminderen
- ▶ massageolie voor rug-, benen- en dijenmassage

Indien de arbeid erg lang duurt of zeer hevig is, kan een **epidurale verdoving** gegeven worden via een prik in de rug. Dit gebeurt door de anesthesist. Vraag naar onze informatiefolder over epidurale verdoving. Indien je een epidurale wenst en je geïnformeerd bent door de anesthesist vragen we je een *'informed consent'* (toestemmingsformulier) te ondertekenen.

2.9. Verloop van de bevalling

Bij volledige ontsluiting ga je echt bevallen. Je zoekt samen met de vroedvrouw en/of arts naar de beste houding (rugligging, zijligging, baarkruk, ...). Je kan ook bevallen onder water in het bevallingsbad, dit moet je wel op voorhand afspreken met je gynaecoloog, want in dat geval is extra informatie vooraf noodzakelijk, en moet je een *'informed consent'* (toestemmingsformulier) tekenen.

Na de geboorte wordt de baby onmiddellijk op je borst gelegd, en zal daar blijven gedurende minstens een uur. Dit intens huidcontact (skin-to-skin) bevordert de binding met je baby, het is rustgevend voor moeder en baby, het heeft een positieve invloed op de vitale parameters (pols, bloeddruk, ...) van de baby en het zal de borstvoeding zeer goed op gang brengen. Samen met je partner kan je hier in alle rust van genieten. Het wegen, meten en aankleden van de baby gebeurt nadien.

In bepaalde risicogeveallen zal de kinderarts aanwezig zijn bij de bevalling om je baby direct te kunnen onderzoeken en helpen. Indien de baby te vroeg geboren is of indien het geboortegewicht te laag is, wordt hij opgenomen op de dienst Neonatologie. Deze bevindt zich net naast de verlosafdeling. Als ouder heb je hier dag en nacht toegang.

3. KINDJE GEBOREN? LICHT HET VEERLEPLEIN OP!

Kersverse mama's en papa's kunnen, als ze dat wensen, de lichtjes op het Gentse Veerleplein laten branden! Net voorbij de toegangsdeur van de verlosafdeling hangt een knop. De knop is verbonden met de lantarenpalen op het Veerleplein. Wie op de knop drukt, doet de lichtjes op het Veerleplein langzaam knipperen en laat zo aan elke voorbijganger weten dat er een kindje geboren is.

Het idee komt van de Italiaanse kunstenaar Alberto Garutti. Hij noemt zijn installatie *Ai Nati Oggi: 'aan wie vandaag geboren is'*. Een mooi project waar onze kraamafdeling graag aan meewerkt.

4. VERBLIJF OP DE KRAAMAFDELING

4.1. Kraamperiode

Na het eerste huidcontact met je baby (vlak na de geboorte) kan je een douche nemen en worden jullie samen naar je kamer gebracht op de kraamafdeling (materniteit).

Je baby blijft gedurende dag en nacht bij jou op de kamer zodat je hem goed leert kennen en regelmatig kan aanleggen als hij er om vraagt (dit noemen we *rooming-in*). Ook als er een onderzoek nodig is bij de baby, wordt je gevraagd om mee gaan.

Laat je baby nooit alleen in de kamer zonder dat je de vroedvrouw verwittigd hebt. Op je kamer krijgt alles een plaats en de vroedvrouw geeft je verzorgingsproducten voor baby en mama. Je krijgt ook de volgende documenten terug:

- ▶ identiteitskaart
- ▶ bloedgroepkaart
- ▶ geboorte aangifte
- ▶ moederboekje

4.2. Dagindeling

- ▶ vanaf 7 uur verzorging van mama en baby
- ▶ 8 - 9 uur ontbijt
- ▶ 9.30 uur verzorging
 bezoek van de artsen (gynaecoloog en kinderarts)
 de kamer wordt gepoetst
- ▶ 12 - 13 uur middagmaal
- ▶ 13 - 14.30 uur rust en koffie
- ▶ 15 uur start namiddagverzorging
- ▶ 17 - 18 uur avondmaal
- ▶ 19uur start avondverzorging
- ▶ vanaf 22 uur vroedvrouw met nachtdienst komt langs

Je mag bezoek ontvangen van 11 uur tot 20 uur. (zie ook puntje 7.6 Bezoekuren)

4.4. Overnachten van de partner

Indien gewenst, en enkel bij verblijf op een éénpersoonskamer, kan je partner blijven overnachten om jou en de baby te helpen 's nachts. Dit dien je aan te vragen via de vroedvrouw. De kamers zijn voorzien van een uitklapbed en je krijgt drie maaltijden aangeboden. Je betaalt hiervoor ongeveer 30 euro per dag. Je gaat ten laatste de volgende dag naar de opnamedienst waar een voorschot zal gevraagd worden.

Nachtkledij is verplicht.

We houden de kamer netjes, dus de maaltijden worden genuttigd bij het opdienen of we vragen de lege plateau zelf naar de keuken brengen. We vragen het uitklapbed voor 9 uur op te bergen.

4.3. Zuigelingenvoedingbeleid

In ons ziekenhuis werd een schriftelijk beleid opgesteld om het geven van borstvoeding aan te moedigen en te begeleiden. Al onze medewerkers werden opgeleid om dit beleid toe te passen en hebben daarvoor de nodige vaardigheden geleerd. Zij verbinden zich ertoe dit beleid te volgen.



Voor het opstellen van ons beleid hebben wij de 10 vuistregels van de WHO en Unicef gerespecteerd. Dankzij de inspanningen van de kraamafdeling verwierf AZ Jan Palfijn Gent in 2008 het label "Babyvriendelijk Ziekenhuis" van het BFHI (Baby Friendly Hospital Initiative).

Meer informatie hierover vind je in onze folder over borstvoeding die je samen met deze brochure ontvangt tijdens je zwangerschap. Ook op het infokanaal van de kraamafdeling (kanaal 28) kan je een film bekijken met alle nuttige informatie over borstvoeding en babyverzorging.

Moeders die geen borstvoeding geven, worden individueel begeleid tijdens hun verblijf op de kraamafdeling. Zij krijgen alle nodige informatie en praktisch tips over flesvoeding.

4.4. Medische en verpleegkundige zorg

Voor mama

De vroedvrouw controleert het bloedverlies, de stand van de baarmoeder en ook de eventuele knip. Het is aangenaam om na de bevalling gebruik te maken van het sproeisysteem in de badkamer. Je kan uiteraard ook douchen.

Je wordt dag en nacht begeleid bij de borstvoeding (zie ook de folder "Borstvoeding is ..."). Kan je geen borstvoeding geven? Dan zullen de vroedvrouw en de kinderarts de nodige informatie bezorgen over de flesvoeding.

Meestal op de tweede dag van je verblijf prikken we bloed om bloedarmoede op te sporen.

Na een keizersnede is de verzorging uitgebreider. Je ontvangt hierover een aparte infofolder.

Voor baby

Dag 0: de dag van de bevalling

Op de dag van de bevalling (dag 0) wordt je baby niet gewassen, zodat de vernix (huidsmeer) in de huid kan dringen, waardoor hij minder afkoelt en zijn lichaamstemperatuur op peil blijft. De navelstreng wordt bloot gelaten boven de luier zodat deze goed kan uitdrogen.

Het is belangrijk om de luier bij elke voeding na te kijken en eventueel te wisselen. Op de luier staat een gele streep. Wanneer je baby plast, verkleurt deze streep naar groen of blauw. Zo kan je zien of je de luier al moet verversen. Zolang de baby meconium (groenzwarte stoelgang) heeft, doe je bij elke luierwissel vaseline aan het stuitje, nadien kan je protectiezalf gebruiken indien je dit wenst.

De temperatuur van de baby wordt twee maal per dag gecontroleerd door de vroedvrouw. Al deze gegevens worden genoteerd door de vroedvrouw. Gegevens i.v.m. de babyvoeding kunnen door de ouders in het babydossier geschreven worden.

Elke dag komt de kinderarts in de voormiddag langs. Op dag 0 of dag 1 en op de dag van ontslag uit het ziekenhuis wordt de baby uitgebreid onderzocht door de kinderarts.

Dag 1: de eerste dag na de bevalling

De dag na de bevalling (dag 1) wordt de baby voor de eerste maal gewassen en gewogen. Je kan, indien je dit wenst, een verzorgingsset voor de baby kopen (dit bevat zeep, olie, crème ...).

Er wordt info gegeven over:

- ▶ de temperatuur van het water (37° C)
- ▶ normale temperatuur bij baby's (36,5° C - 37,5° C)
- ▶ hoe was je de baby (volgorde, vasthouden)
- ▶ verzorging van de baby

De navel wordt gecontroleerd, maar hoeft geen extra verzorging.

Vanaf 24 u na de geboorte wordt er bij elke baby een saturatiecontrole uitgevoerd.

Dag 2: de tweede dag na de bevalling

Op dag 2 mag je zelf je baby wassen, dit onder begeleiding van de vroedvrouw. Indien de navelstreng al voldoende uitgedroogd is, wordt de navelklem verwijderd. De namiddag voor ontslag maakt de vroedvrouw tijd voor een ontslaggesprek.

Dag 3: de dag van het ontslag

Op deze dag was je zelf je baby. De vroedvrouw weegt de baby en neemt de temperatuur. Er wordt een ontslagbrief opgesteld en meegegeven voor verdere opvolging thuis door de zelfstandige vroedvrouw.

De kamer dient **voor 14 uur** te worden verlaten.

Vanaf 72 uur na de geboorte

We doen een bloedafname bij de baby ter opsporing van metabole aandoeningen. Indien je het ziekenhuis vroeger verlaat, regelt de vroedvrouw deze bloedafname bij u thuis.

BELANGRIJK:

Laat je baby nooit alleen op het verzorgingskussen.

Wanneer je baby jonger is dan 3 maand is en de rectale temperatuur 38°C of meer is, moet je een arts raadplegen of naar de spoedopname komen 's nachts.

5. INFO OVER VERZORGING, OOK VOOR THUIS

5.1. Het badje

Je mag je baby elke dag een badje geven, het tijdstip speelt geen rol, maar een avondbadje kan je baby tot rust brengen. Bij een droge huid mag je badolie in het water doen en eventueel de huid insmeren met body lotion (geen zeep gebruiken). Het neusje en/of oogjes kunnen gereinigd worden met fysiologisch water (staat klaar in de babybox in de ziekenhuiskamer). Het afvallen van de navel gebeurt meestal gedurende de eerste week, uitzonderlijk kan dit tot 35 dagen duren. De nageltjes mogen omwille van infectiegevaar niet geknipt worden voor de baby 6 weken oud is.

De ruimte waarin je je baby een badje geeft, moet warm genoeg zijn (minstens 23°C). Dit om afkoeling van de baby te vermijden.

5.2. Gewicht

Het is normaal dat de baby de eerste dagen aan gewicht verliest, nadien komt de baby geleidelijk aan terug bij, om na ongeveer 2 weken het geboortegewicht terug te hebben.

5.3. Stoelgang

De eerste dagen heeft de baby meconium (zwarte stoelgang), deze verandert geleidelijk aan van kleur en consistentie (geel, dun, korrelig of brij).

Het is volkomen normaal dat je baby bij borstvoeding 8 à 10 keer per dag een dunne ontlasting heeft. Dit is geen diarree. Ook het tegengestelde is mogelijk: de baby heeft soms enkele dagen geen stoelgang.

5.4. Huilen

Om je baby goed te leren kennen, is het belangrijk om hem dicht bij je te houden. Plaats je baby bij voorkeur naast je bed zodat je de hongersignalen beter kan herkennen. Wacht niet tot hij weent om hem te voeden! Je baby kan ook nog om andere redenen huilen: een vuile luier, te warm of te koud, te moe zijn, koorts hebben of ziek zijn...

De eerste weken is het vaak moeilijk om te ontdekken waarom jouw baby huilt. Geleidelijk aan zal je hem echter beter leren kennen. Een baby die huilt, mag gerust geknuffeld worden. Hem te lang laten wenen heeft geen zin: de baby wordt dan zeer prikkelbaar (ouders ook) en ontoestbaar. Je kan je kindje niet verwennen tot de leeftijd van ongeveer 6 maanden.

Enkele tips bij huilen:

- ▶ rustig blijven en de baby dicht bij je nemen (huidcontact)
- ▶ met je baby in een draagzak rondwandelen
- ▶ de baby op je voorarm nemen en wiegen
- ▶ warme doek of hotpack op het buikje (boven de kleertjes, niet rechtstreeks)
- ▶ inbakeren

5.5. Temperatuur

De normale lichaamstemperatuur van jouw baby ligt tussen 36,5 en 37,5°C. Je hoeft dit thuis niet dagelijks te controleren. Gebruik liefst een digitale thermometer en neem de temperatuur rectaal. Een lichaamstemperatuur van meer dan 38°C bij een baby van minder dan drie maand is een alarmsignaal. Verwittig dan onmiddellijk een arts.

Je kan je baby best niet te warm toedekken (afhankelijk van de omgevingstemperatuur). De temperatuur in de slaapkamer van de baby is ideaal rond 18° C, dit ter preventie van wiegendoed. Je kinderarts zal je bij je ontslag een infofolder over veilig slapen overhandigen.

5.6. Fysiologische icterus (gele huidskleur)

Op verzoek van de kinderarts kan een bloedstaal van je baby worden genomen omdat zijn huidskleur te geel is. Als de bilirubinewaarden te hoog zijn, krijgt de baby fotherapie (blauwe lamp) gedurende minimum 24 uur. Je baby blijft dan bij jou op de kamer in het ziekenhuis.

Ter bescherming van de oogjes wordt een brilletje opgezet. De volgende dag wordt nogmaals een bloedafname uitgevoerd ter controle. Je kan je baby gewoon blijven voeden. Is de baby nog wat geel bij thuiskomst, zet dan het wiegje bij het raam (let op voor rechtstreeks zonlicht en controleer de omgevingstemperatuur).



6. BIJKOMENDE ZORG

6.1. Screening metabole aandoeningen

Er wordt sterk aanbevolen een bloedafname uit te voeren om metabole aandoeningen (zeldzame stofwisselingsziekten) op te sporen. Dit gebeurt 72 uur na de bevalling, kort na de voeding, door het aanprikken van een adertje op de hand. Als je geen 72 uur blijft, komt de vroedvrouw thuis langs voor de bloedafname. Je ontvangt hierover een informatiefolder. Enkel als de test een probleem aanwijst, brengt de kinderarts je op de hoogte.

6.2. Geboorteaangifte

De aangifte van de geboorte dien je binnen de 15 kalenderdagen te doen bij de Burgerlijke Stand van de Stad Gent. Je hebt daarvoor volgende documenten nodig:

- ▶ identiteitskaarten
- ▶ trouwboekje (indien gehuwd)
- ▶ eventueel het bewijs van 'erkenning van vaderschap'
- ▶ bij Belgische nationaliteit van je baby: verklaring naamkeuze eerste kind
- ▶ het medisch geboortecertificaat (geboorteaangifte) dat je van de vroedvrouw krijgt

De aangifte is mogelijk op de materniteit van AZ Jan Palfijn, straat 372 lokaal 18. De ambtenaar van de burgerlijke stand is aanwezig op maandag, woensdag en vrijdag telkens van 14u tot 16u.

De aangifte is ook nog steeds mogelijk in het administratief centrum van de Stad Gent (Woodrow Wilsonplein) maar **enkel op afspraak**.

Jan Palfijn – 7^e verdieping Straat 372, kamer 18	Administratief centrum Stad Gent
Openingsuren: Maandag : 14.00 - 16.00 Woensdag : 14.00 - 16.00 Vrijdag : 14.00 - 16.00	Openingsuren: Afspraak maken of Gentinfo (09/210.10.10): www.stad.gent/producten/geboorteaangifte Donderdag : gesloten

Je ontvangt na de aangifte één uittreksel van de geboorteaakte nodig voor de kinderbijslag en de geboortepremie, één voor inschrijving bij het ziekenfonds en één voor inenting van het kind (tegen polio).

6.3. Kinesitherapie

Patiënten die postnatale oefeningen wensen te volgen, kunnen dit na de bevalling op de afdeling aanvragen. De kinesist(e) komt dan in de voormiddag bij je langs om je te helpen om je buik- en bekkenbodemspieren opnieuw in vorm krijgen.

6.4. Kind en gezin

K&G wil je graag reeds ontmoeten tijdens de zwangerschap voor een kennismakingsgesprek. Je kan je aanmelden op www.kindengezin.be (*Zwanger? Maak kennis met ons*) of op de K&G-lijn 078 150 100.

AZ Jan Palfijn Gent werkt samen met Kind en Gezin. Indien je bezwaren hebt tegen de uitwisseling van informatie in functie van de opvolging van je kindje, kan je dit melden aan de vroedvrouw.

Het betreft hier een opvolging op lange termijn waarbij de gezondheid van je kindje centraal staat. Je kan ook met alle vragen bij deze verpleegkundige terecht. De diensten van Kind en Gezin zijn gratis.

6.5. Sociale dienst

Onze afdeling heeft een eigen sociaal verpleegkundige. Deze kan jou, indien gewenst, begeleiden bij persoonlijke, sociale, financiële, administratieve en psychische problemen. Alle problemen worden steeds discreet behandeld. Je kunt een bezoek aanvragen via de vroedvrouw van de kraamafdeling of via de vroedvrouw van de polikliniek (tijdens de zwangerschap).



6.6. Intercultureel bemiddelaar en tolkdiensten

Het ziekenhuis beschikt over een Turkssprekende interculturele bemiddelaar en verschillende tolken (Frans, Engels, Duits, Bulgaars, Russisch...). Via de vroedvrouw kan je op deze personen een beroep doen bij taalproblemen, voor overleg of bemiddeling.

7. DE ZIEKENHUISKAMER

De kraamafdeling bevindt zich in STRAAT 371 en STRAAT 372.

Alle kamers van de afdeling werden voorzien van eigentijds meubilair en een frisse uitstraling. Er zijn overal elektrisch bedienbare bedden voor de moeder en comfortabele zetels voor de partner. Elke moeder- en kindkamer is voorzien van een babybox voor de verzorging van de baby, een douche, een kluis en een ijskastje.

Naast dit basiscomfort, kan je ook kiezen voor wat meer luxe in één van de twee suitekamers. Deze kamers zijn ruimer dan de gewone kamers, met een aparte zithoek, een minikeuken en een badkamer met douche.

7.1. Telefoon

Alle informatie over het verkrijgen van een telefoon op de kamer kan verkregen worden bij de hoofdverpleegkundige. Het gebruik van GSM is toegelaten, behalve in de kamers op het verloskwartier en op neonatologie.

7.2. Internet

In het ziekenhuis is er gratis wifi, dit vind je via AZJP- GUEST.

7.3. Televisie

Op elke kamer staat een TV toestel. De kosten hiervoor zijn inbegrepen in de kamerprijs. Het infokanaal van de kraamafdeling vind je op kanaalnummer 28.

7.4. Kluis

Het verpleegkundig personeel kan geen toezicht houden op persoonlijke zaken van patiënten, breng dus geen grote geldsommen of kostbare voorwerpen mee!

Elke kamer heeft een kluis met een persoonlijke code. Het ziekenhuis is niet aansprakelijk voor eventueel verlies of diefstal.

7.5. Algemene regels

In het ziekenhuis primeren rust en stilte. Wederzijds respect onder patiënten en bezoekers helpt ons hierbij. Daarom wordt de kamerdeur tijdens het bezoek gesloten.

Aan patiënten en hun partners die blijven overnachten, wordt gevraagd hun kamertas aan te trekken bij het verlaten van de kamer. Verwittig de vroedvrouw telkens als je de afdeling verlaat. Het ziekenhuis voorziet geen bewaking van je baby. Laat je baby niet alleen achter in de kamer.

In de verpleegeenheden en in je eigen kamer geldt een streng rookverbod. Alleen in de rookruimte, gelegen aan de hoofdingang van het ziekenhuis, kan eventueel gerookt worden. Ook voor de bezoekers geldt het rookverbod. Wij vertrouwen er op dat je hiervoor begrip zult opbrengen.

De bezoekers worden verzocht de kamer te verlaten wanneer de arts zijn rondgang maakt of de vroedvrouw de verzorging begint.

Om hygiënische redenen worden geen dieren toegelaten. Wel wordt een uitzondering gemaakt voor begeleidingshonden.

Ontslag: gelieve voor 14 uur de kamer te verlaten.

Alle voeding en drank die je meeneemt naar het ziekenhuis, is op eigen risico. Het ziekenhuis is niet verantwoordelijk voor schadegevallen als gevolg van het nuttigen van zelf meegebrachte voeding of drank. Je controleert de vervaldatum en bewaart het eten en het drinken koel in de persoonlijke koelkast in de patiëntenkamer. Voedsel mag niet gedeeld worden met andere patiënten. Vergeet achteraf het afval niet op te ruimen.

Om de brandveiligheid te waarborgen vragen we om geen versiering aan de deur en deurlijst van de kamer aan te brengen. Enkel een geboortekaartje ter hoogte van het kamernummer op de muur is mogelijk.

Bij het niet respecteren van bovenvermelde regels kan de verantwoordelijke van de afdeling tussenkomen.

7.6. Bezoekuren

Kraamafdeling: van 11 tot 20 uur

Om vermoeidheid te voorkomen, raden we aan om het bezoek in de voormiddag te beperken, zeker gedurende de twee eerste dagen.

Als je in alle rust borstvoeding wil geven, vraag dan aan je bezoek om de kamer te verlaten of hang een brief op je deur (te krijgen bij de vroedvrouwen).

De partner is welkom tussen 8 en 22 uur, maar discretie is gewenst op een tweepersoonskamer.

Verloskwartier: geen bezoek toegelaten

In het verloskwartier kunnen enkel de partner en een vertrouwenspersoon bij de bevalling aanwezig zijn.

Er wordt vriendelijk gevraagd dat het bezoek op de materniteit wacht tot wanneer de kersverse ouders op de kamer zijn.

Neonatologie: dag en nacht voor de ouders

Voor familie, vrienden en broers en/of zussen geldt een beperkte bezoekregeling. Deze wordt je medegedeeld wanneer je baby op neonatologie ligt.

8. ALGEMENE INFORMATIE OVER HET ZIEKENHUIS

8.1. Parking

Er zijn betalende ondergrondse en bovengrondse parkings voorzien op het terrein van het ziekenhuis.

Op de website van AZ Jan Palfijn Gent vind je de parkeertarieven.
www.janpalfijn.be/bereikbaarheid

8.2. Cafeteria

Hier kan je terecht voor broodjes of een kleine snack, warme dranken en frisdranken. De cafeteria is van maandag tot vrijdag open van 8 tot 19.30 uur. Zaterdag en zondag kan je er van 12 tot 19.30 uur terecht.

8.3. Restaurant

Hier kunnen bezoekers een middagmaal nuttigen. Het restaurant bevindt zich naast de bovengrondse parking en is iedere dag open van 11.30 tot 14 uur. Dit is vanuit het ziekenhuis bereikbaar via de ondergrondse doorgang aan het Onthaal.

8.4. Kapper, hand- en voetverzorging

In geval van langdurige opname op de kraamafdeling kan je gebruik maken van kapper, pedicure, haar-, hand- en voetverzorging. Informatie bekom je bij de vroedvrouwen.

9. TERUG NAAR HUIS

9.1. Verblifsduur

Na een normale bevalling verblijf je maximaal 3 dagen in het ziekenhuis. Na een keizersnede mag je 5 dagen blijven. Op dag 3 of dag 5 verlaat je het ziekenhuis vóór 14 uur.

Sommige mama's willen graag vroeger naar huis, dat kan na bespreking met je gynaecoloog en kinderarts. Probeer thuiszorg voor de bevalling reeds te regelen (zie 9.4 Thuiszorg).

Ook poliklinisch bevallen is mogelijk, in dat geval mag je het ziekenhuis ten vroegste 24 uur na de geboorte verlaten, na akkoord van de kinderarts en de gynaecoloog.

Zijn er complicaties bij mama of baby, dan zal je uiteraard langer moeten blijven.

Verblijft je baby op neonatologie, dan kan je indien je dit wenst langer verblijven in een "moeder-kind-kamer". U betaalt eerst het voorschot van € 50 aan de opnamedienst.

Breng de vroedvrouw van dienst op de hoogte wanneer je naar huis vertrekt en contacteer ook je zelfstandige vroedvrouw om een eerste thuisbezoek af te spreken. Let op, het babydossier behoort tot het medisch dossier en mag je niet meenemen.

9.2. Nazorg

Twee tot drie weken na de geboorte ga je op controle bij de kinderarts of naar de zuigelingenraadpleging van Kind en Gezin. Zes weken na de bevalling ga je naar je gynaecoloog voor controle en bespreking van de contraceptie (anticonceptie).

9.3. Handig om weten: moedermelk bewaren

Hoe melk invriezen ?

Invriezen mag in het flesje waarin men afkolft, voorzien van een afsluitdopje en een etiket met naam, datum en uur. Gekolfde melk moet je zo snel mogelijk invriezen, na afkoeling in de ijskast (tussen 2 en 6°C). Invriezen gebeurt op -18°C.

Gebruik dozen of zakjes die geschikt zijn voor het invriezen van levensmiddelen en vries kleine porties in. Vermeld de datum op het zakje. Ingevroren moedermelk is 3 tot maximum 6 maanden houdbaar. Moedermelk voor direct gebruik vries je niet in, maar geef je binnen de 6 uur op kamertemperatuur of berg je onmiddellijk op in de koelkast (maximum 72 uur).

Kleine hoeveelheden kan je in de loop van de dag bijvullen na ze eerst te hebben afgekoeld. Voor de kraamafdeling wordt de ingevroren moedermelk bewaard in de diepvries op de neonatologie of op de kraamafdeling. Ouders die melk mee willen nemen naar huis, moeten voor een koelbox met koelelementen zorgen.

Hoe melk ontdooien?

Ingevroren melk ontdooit u geleidelijk. Plaats ze eerst in de koelkast en verwarm de ontdooide melk au bain-marie of in een flessenverwarmer. Als u de melk toch snel moet ontdooien, hou ze dan onder stromend water en klim op van koud naar warm.

Ontdooi nooit op kamertemperatuur of onder een hete waterstraal of in de microgolfoven. Ontdooide melk moet binnen de drie uur worden verbruikt. Nooit opnieuw invriezen. Goed schudden voor gebruik.

9.4. Thuiszorg

De eerste dagen of weken na je thuiskomst zijn wat extra hulp en ondersteuning meer dan welkom.

Er zijn 3 mogelijkheden (je kan deze ook combineren):

- ▶ **DE VROEDVROUW:** biedt controle van moeder en baby, advies en begeleiding thuis. Er zijn zelfstandige vroedvrouwen of organisaties voor thuisverpleging die dit aanbieden. Dit is ten eerste aan te raden en wordt deels terugbetaald door de mutualiteit. Een lijst van zelfstandige vroedvrouwen die in je buurt wonen kan je vinden op www.vroedvrouwen.be. Contacteer deze zeker al vooraf rond je zesde zwangerschapsmaand!
- ▶ **KRAAMHULP:** biedt hulp in het huishouden (koken, poetsen, boodschappen...) en bij de zorg voor de baby, waardoor je van de nodige rust kunt genieten en voldoende tijd hebt voor jouw baby. Je kan deze hulp aanvragen via je mutualiteit of via de verschillende thuishulporganisaties (zie lijst achteraan). Dit moet rond de zesde zwangerschapsmaand aangevraagd worden.
- ▶ **MOEDERGROEP:** een speciale vorm van ondersteuning vormen de 'moedergroepen' of 'mamacafés'. Dit zijn bijeenkomsten van aanstaande en voedende moeders met hun baby. Ook vaders zijn natuurlijk welkom. Naast concrete oplossingen vinden moeders hier steun door het uitwisselen van ervaringen met elkaar. Om aan te sluiten bij een moedergroep in je buurt kan je terecht bij de verschillende verenigingen voor borstvoeding. (zie lijst achteraan)

10. PATIËNTENRECHTEN

Als patiënt heb je recht op:

- ▶ een kwaliteitsvolle dienstverlening;
- ▶ vrije keuze van de zorgverstreker;
- ▶ informatie over je gezondheidstoestand;
- ▶ het geven van toestemming voor starten of verderzetten van een behandeling;
- ▶ een goed bijgehouden patiëntendossier;
- ▶ bescherming van de persoonlijke levenssfeer;
- ▶ klachtenbemiddeling.

Indien je klachten hebt omtrent de zorgverlening of aanverwante diensten van het ziekenhuis, kan je bij de ombudspersoon terecht. Deze werkt neutraal en onafhankelijk en is gebonden aan het beroepsgeheim.

Het doel van een ombudspersoon is te informeren, te bemiddelen en aanbevelingen te doen voor het vinden van een oplossing, indien mogelijk. Anonieme klachten kunnen niet behandeld worden.

Het ziekenhuis sluit haar aansprakelijk voor alle medewerkers en artsen niet uit. De rechtsverhoudingen voor de verschillende categorieën van beroepsbeoefenaars zijn:

- ▶ artsen: zelfstandigen
- ▶ verzorgenden, vroedkundigen en verpleegkundigen: werknemers
- ▶ apothekers: werknemers
- ▶ paramedici (kinesisten, logopedisten, ergotherapeuten, ...): deels zelfstandigen, deels werknemers

Individuele informatie over de rechtsverhouding tussen het ziekenhuis en de beroepsbeoefenaar kan schriftelijk en mondeling bekomen worden door een e-mail te sturen naar: info@janpalfijngent.be of telefonisch via 09 224 70 43.

Contact met de ombudspersoon kan je aanvragen via de hoofdvroedvrouw, je arts of via het onthaal van het ziekenhuis. Je kan ook contact opnemen door een e-mail te sturen naar: ombudspersoon@janpalfijngent.be, of telefonisch via 09 224 70 11.

11. NUTTIGE TELEFOONNUMMERS

- | | |
|--|--------------|
| ▶ Kraamafdeling | 09 224 83 70 |
| ▶ Verlosafdeling | 09 224 83 85 |
| ▶ Neonatologie | 09 224 83 82 |
| ▶ Kind en Gezin | 078 15 01 00 |
| ▶ Meldpunt voor Consumenten
<i>(problemen met kwaliteit van kindervoeding)</i> | 0800 13 550 |
| ▶ Expertisecentrum Kraamzorg
<i>(zwangerschap, bevalling, kraamperiode, borstvoeding)</i> | 070 22 23 54 |

Voor hulp van een vroedvrouw bij je thuis:

- | | |
|-------------------------------|--|
| ▶ Zelfstandige vroedvrouwen | www.vroedvrouwen.be |
| ▶ Solidariteit voor het gezin | 070 23 30 28 |
| ▶ Vida | 0472 09 02 58 |

Voor bijkomende informatie over borstvoeding thuis of voor aansluiting bij een moedergroep:

- ▶ Belgische Vereniging voor Lactatiekundigen:
www.bvl-borstvoeding.be of 0474 58 56 80
- ▶ La Leche League Vlaanderen:
www.lalecheleague.be of 015 55 79 43
- ▶ Vereniging voor Begeleiding en Bevordering van Borstvoeding:
www.vbbb.be of 03 281 73 13
- ▶ Vzw Borstvoeding:
www.vzwborstvoeding.be of 051 77 18 03
- ▶ MammaCafé:
www.mammacafé.be



**AZ JAN PALFIJN
GENT**

Kraamafdeling

T +32 (0)9 224 83 70

Verlosafdeling

T +32 (0)9 224 83 85

Watersportlaan 5 - 9000 Gent

T +32 (0)9 224 71 11 - F +32 (0)9 224 70 42

info@janpalfijngent.be - www.janpalfijn.be