

# Informatiefolder

## Badbevalling

**Wanneer je overweegt om in bad te bevallen kan dat zowel thuis als in het ziekenhuis. Vrijwel iedereen kan in bad bevallen. Het is niet altijd mogelijk om daadwerkelijk je kindje in bad geboren te laten worden, maar het is wel mogelijk om tijdens de ontsluiting in bad je weeën op te vangen.**

### Hoe werkt een badbevalling?

Je kunt zowel voor thuis als in het ziekenhuis een bevalbad huren. Tijdens de bevalling in het ziekenhuis kan een opblaasbaar bevalbad in de kraamsuite worden opgezet. In het bad wordt een persoonlijke hoes geplaatst voor de hygiëne. Binnen 45 minuten is het bad helemaal gevuld. Het water wordt op een constante aangename temperatuur gehouden. Thuis kun je uiteraard het bad al in de laatste weken van je zwangerschap opzetten. Je kunt het dan vullen met water op het voor jou gewenste moment.

### De voordelen van een badbevalling •

- Veel vrouwen merken al in de zwangerschap dat ze goed kunnen ontspannen in bad. Het zwaarder wordende lichaam voelt in water gewichtsloos. Spieren en banden die in de zwangerschap extra belast zijn, worden even ontzien. Tijdens de bevalling is ontspannen essentieel! Ook dan kan warm water je helpen om te ontspannen en spieren te verzachten waardoor ze minder pijnlijk zijn. •
- Warm water werkt daarnaast bloeddruk verlagend en stress verlagend. Daardoor komen er makkelijker endorfines (lichaamseigen pijnstillers) vrij. •
- In het water kun je gemakkelijker bewegen. Hierdoor is het zoeken van een andere houding minder zwaar.

### De nadelen van een badbevalling •

- Bevallen in bad is in principe veilig. Heel af en toe krijgt uw kind onbedoeld een beetje water in de longen en treedt er een infectie op. •
- Soms heb je wel de lasten, maar niet de lusten. Je kunt vooraf niet voorzien of er een medische reden zal ontstaan, waardoor je niet in bad mag bevallen. Het kan zijn dat je de kosten voor het bad toch moet betalen, ook al kun je uiteindelijk geen gebruik van het bad maken. Wanneer je je zinnen hebt gezet om een badbevalling en dit niet kan, kan het zorgen voor teleurstelling.

### Rol van de partner

Je partner kan je ondersteunen zoals bij elke bevalling. Bij een badbevalling kunnen partners helpen het opzetten van het bad, het op temperatuur houden van het water en het opruimen na de bevalling. Thuis is het geen probleem, maar in het ziekenhuis mag je partner niet bij je in bad.

## Bevallen in bad, soms kan het niet ...

Voorbeelden waarom je niet in bad mag bevallen zijn: •

- Als je een ruggenprik hebt; •
- Bij meer dan 24 uur gebroken vliezen; •
- Bij specifieke medische indicaties, zoals: epilepsie, ernstig overgewicht of een verhoogde kans op bloedingen.

De verloskundige of arts die de bevalling begeleidt, kan besluiten dat het toch beter is voor jouw gezondheid en/of dat van je kindje om buiten het bad te bevallen. Jouw veiligheid en die van je kindje hebben altijd de eerste prioriteit! Wanneer daar sprake van is, zal je zorgverlener je vragen om uit bad te komen.

## Kosten badbevalling

Een bevallingsbad kun je kopen of huren. Bekijk ruim op tijd de mogelijkheden en kies een optie die bij jullie en jullie financiële situatie past. Wanneer je een bad huurt, doe je dat meestal voor een periode van vijf weken (vanaf drie weken voor de uitgerekende datum tot twee weken daarna).

Voor een badbevalling in het ziekenhuis koop je, ten tijde van de bevalling, een bevallingspakket met alle benodigdheden op de afdeling Verloskunde. Het pakket bestaat uit een handleiding, aanvoer- en afvoerslang, een afvoerpomp en een hoes voor in het bad. De hoes, afvoerpomp en -slang zijn voor eenmalig gebruik. Vraag de verloskundige naar de actuele kosten van dit pakket of kijk op de website van Vita Nova. Je kunt dit pakket in het ziekenhuis alleen per PIN betalen. Het pakket wordt pas geopend als je hebt betaald. Het betaalde bedrag kunnen we je niet teruggeven, ook niet als je uiteindelijk weinig of geen gebruik maakt van het bad.

### Handig om te weten

Bij een badbevalling thuis gebruikt de verloskundige dezelfde dingen als bij een gewone thuisbevalling.

Je kraampakket komt dus zeker van pas! Wel moet je een paar extra dingen regelen: •

- Bevallingsbad •
- Een badthermometer •
- Twee paar lange handschoenen (voor de verloskundige) •
- Een bed naast het bad (zodat je vanuit het bad snel kunt liggen wanneer dat nodig is) •
- Een schepnetje (voor eventuele ontlasting) •
- Voldoende handdoeken

Bij een badbevalling in het ziekenhuis is het handig slippers en een badjas mee te nemen.