

Verloskunde, locatie Den Helder

Welkom op de afdeling

www.nwz.nl

Inhoud

1: De afdeling verloskunde en kraamafdeling	3
Hoe ziet de afdeling er uit?	3
Wie werken er op de afdeling?	4
Opname tijdens zwangerschap	4
Dagindeling	5
Wetenswaardigheden van de afdeling	6
2: Bevallen in het ziekenhuis	8
Uw voorbereiding op de bevalling	8
Bevallen in het ziekenhuis	9
Hoe begint de bevalling?	9
Vorbereiding op uw opname	10
Wanneer komt u naar het ziekenhuis?	11
Uw bevalling	11
Uw verblijf op de verloskamers	12
Na de bevalling	14
Voeding van uw baby	15
Praktische zaken	17
Meer informatie	18
Uw vragen	18
Tot slot	18
Belangrijke telefoonnummers	18
Belangrijke gebeurtenissen	19

U bent te gast op onze afdeling verloskunde en kraamafdeling van locatie Den Helder, omdat er of complicaties zijn rond uw zwangerschap of omdat u in het ziekenhuis bevalt. Daarom bestaat deze brochure uit twee delen:

- **deel 1: de afdeling verloskunde en kraamafdeling. Hierin informeren wij u over de gang van zaken op de afdeling. (pagina 3 t/m 7)**
- **deel 2: bevallen in het ziekenhuis. In dit deel leest u hoe u zich kunt voorbereiden op uw bevalling en de gang van zaken rond uw bevalling. (pagina 8 t/m 20)**

Mocht u na het lezen van deze brochure nog vragen hebben, dan kunt u die altijd aan een verpleegkundige van de afdeling stellen.

Uw arts in Noordwest

Noordwest Ziekenhuisgroep (Noordwest) is een topklinisch opleidings-ziekenhuis. U kunt niet alleen te maken krijgen met de gynaecoloog, maar ook met arts-assistenten en klinisch verloskundigen. Waar in deze folder gynaecoloog staat, kunt u daarom ook arts-assistent of klinisch verloskundige lezen. Een arts-assistent is een volledig bevoegde arts - al dan niet in opleiding tot gynaecoloog - die u onder verantwoordelijkheid van en in nauw overleg met uw gynaecoloog onderzoekt en behandelt. Dat geldt ook voor de klinisch verloskundigen van Noordwest.

1: De afdeling verloskunde en kraamafdeling

■ Hoe ziet de afdeling er uit?

Op de afdeling verloskunde en kraamafdeling zijn de kamers voor de vrouwen:

- met een complicatie in de zwangerschap en
- vrouwen die al bevallen zijn en met hun baby nog opgenomen liggen
- vrouwen die gaan bevallen. Zij kunnen zich melden bij de balie halverwege de afdeling

■ **Wie werken op de afdeling?**

Verpleegkundig team

Het team bestaat uit een afdelingsmanager, gespecialiseerde verpleegkundigen en leerling-verpleegkundigen. Zij worden geassisteerd door afdelingssecretarissen en servicemedewerkers. In totaal zo'n 30 mensen. Wij streven er naar u zoveel mogelijk door dezelfde mensen te laten verplegen.

Gynaecologen

Elke patiënt heeft een vaste gynaecoloog als hoofdbehandelaar.

Meer informatie over onze gynaecologen vindt u op nwz.nl/specialisme verloskunde, gynaecologie en voortplantingsgeneeskunde.

Coassistent

Op onze afdeling is er een coassistent aanwezig. Een coassistent is in opleiding tot basisarts en loopt stage in het ziekenhuis.

Klinisch verloskundigen

Klinisch verloskundigen zijn werkzaam op de polikliniek en op afdeling. Zij begeleiden zwangere vrouwen, vrouwen tijdens de bevalling en kraamvrouwen. Zij werken nauw samen met de gynaecoloog.

Lactatiekundige

Een lactatiekundige is een borstvoedingspecialist. Zij is er voor vragen of problemen rond de borstvoeding voor, tijdens of na de bevalling. U kunt een gesprek met haar aanvragen via de verpleegkundige. Verder organiseert zij voorlichtingsavonden over borstvoeding. Op bladzijde 8 kunt u lezen hoe u zich daarvoor kunt opgeven. Verder zijn er ook meerdere verpleegkundigen werkzaam op de afdeling die opgeleid zijn tot borstvoedingscoach.

■ **Opname tijdens de zwangerschap**

Soms is het nodig dat u tijdens de zwangerschap voor extra controle wordt opgenomen. Dit gebeurt dan op de kraamafdeling. De meest voorkomende reden van een opname is de noodzaak van een intensieve bewaking van het ongeboren kindje. Tijdens uw verblijf zult u kennis maken met de overige artsen van het team.

■ Dagindeling

De dagindeling ziet er globaal als volgt uit:

Ochtend

6:00 - 7:00	u wordt gewekt door de verpleegkundige
7:15 - 7:45	ontbijt
rond 8:00	u wordt zo nodig geholpen met de verzorging, en controles worden uitgevoerd
rond 10:00	koffierondje
8:00/9:00 - 11:00	de gynaecoloog en de klinisch verloskundige komen bij u langs
10:00 - 11:00	bezoeken

Middag

rond 12:00	broodmaaltijd
12:45 - 14:45	rusten: de gordijnen gaan dicht en als u wilt kunt u even slapen
rond 14:45	theerondje
rond 15:00	u wordt zo nodig geholpen met de verzorging, en controles worden uitgevoerd
15:30 - 17:00	bezoeken
vanaf 17:15	warme maaltijd

Avond

18:00 - 19:30	bezoeken
om 20:00	koffierondje
rond 22:15	de avonddienst maakt alles klaar voor de nacht
rond 22:30 - 23:00	bedtijd



■ Wetenswaardigheden van de afdeling

Bezoektijden

Wanneer u opgenomen bent in de zwangerschap, maar ook als u net bevallen of geopereerd bent, is bezoek van harte welkom. Echter om uw rust te bewaken, heeft de afdeling wel enige regels opgesteld. Wij stellen het op prijs dat u uw bezoek beperkt tot 2 personen. Dat is voor uw eigen rust en die van andere patiënten.

Wifi

U kunt gratis en zonder inlogcode gebruikmaken van het open wifi-netwerk van Noordwest Ziekenhuisgroep.

Uw bezoek is welkom:

- van 10:00 tot 11:00 uur
- van 15:30 tot 17:00 uur
- van 18:00 tot 19:30 uur

Uw partner en eventuele kinderen zijn welkom: van 09:00 tot 12:00 uur en van 15:30 tot 22:00 uur.

Rustuur

Van 12:00 tot 14:45 uur wordt er gerust.



Medicijnen

Het is voor ons belangrijk te weten welke geneesmiddelen u precies gebruikt. Soms gebruikt u de eerste paar dagen uw eigen medicijnen, als wij ze niet direct op voorraad hebben. Neem daarom altijd uit voorzorg uw eigen medicijnen mee.

Bloemen

Uw bezoek kan meegebrachte bloemen zelf in een vaas zetten. Op de afdeling hangen bordjes waar zij de bloemenvazen en het mesje kunnen vinden.

Eigen etenswaren

Op de afdeling staat een koelkast speciaal voor patiënten. Daarin kunt u meegebrachte etenswaren of drinken bewaren. Wilt u uw naam en datum noteren op eigen etenswaren en/of drinken die u in deze koelkast plaatst? Ook staat er een magnetron die u mag gebruiken.

Broodmaaltijd

's Morgens en 's middags komt de servicemedewerker langs om uw broodmaaltijd samen te stellen. Ook deelt ze een menukaart uit waarop u een keuze kunt maken voor de avondmaaltijd. Dit formulier haalt ze een uur later weer op.

2: Bevallen in het ziekenhuis

■ Uw voorbereiding op de bevalling

Voorlichtingsavond over bevallen

Het ziekenhuis organiseert elke 3 maanden een voorlichtingsavond over bevallen. Uw partner is ook van harte welkom. Tijdens deze avond spreken een klinisch verloskundige, een verpleegkundige van de afdeling, een gynaecoloog en een kinderarts:

- de kinderarts legt uit wanneer hij/zij bij uw bevalling aanwezig is en wanneer uw kind wordt opgenomen op de couveuseafdeling
- de gynaecoloog geeft informatie over de klinische en poliklinische bevalling
- de klinisch verloskundige en de verpleegkundige gaan in op verschillende onderwerpen zoals het inleiden van de bevalling, pijnstilling en bewaking van de baby

Er is alle tijd om vragen te stellen. Aan het einde van de presentatie krijgt u een rondleiding over de afdeling verloskunde, de kraamafdeling en de couveuseafdeling. Bent u niet in de gelegenheid om een voorlichtingsavond bij te wonen, dan bieden wij de informatie ook per mail aan.

Heeft u belangstelling? Dan is aanmelden noodzakelijk. Ga hiervoor naar www.nwz.nl/agenda. Ook vindt u hier meer informatie over de voorlichtingsbijeenkomsten.

Onze fotoverhalen

Zwangere vrouwen en hun naasten kunnen zich goed op de bevalling voorbereiden. Zo vertellen 2 fotoverhalen 'Bevallen' en 'Een keizersnede' stap voor stap het hele zorgproces rondom een bevalling en een keizersnede. De fotoverhalen zijn op locatie Alkmaar gemaakt, maar komen redelijk overeen zoals het op locatie Den Helder gaat. U vindt beide fotoverhalen op www.nwz.nl/verloskunde.

■ Bevallen in het ziekenhuis

Er zijn verschillende redenen om te bevallen in het ziekenhuis:

- u kiest er zelf voor (dit heet een poliklinische bevalling)
- u moet onverwacht toch naar het ziekenhuis: soms beslist de verloskundige tijdens uw bevalling dat het beter is om deze in het ziekenhuis voort te zetten. Zij overleggen met de dienstdoende gynaecoloog en of klinisch verloskundige in het ziekenhuis. Deze neemt de taak van de verloskundige over
- onder begeleiding van de gynaecoloog: als u uw zwangerschapscontroles bij de gynaecoloog heeft gehad, dan bevalt u in het ziekenhuis. Omdat de gynaecologen in diensten werken, kan het zijn dat uw eigen gynaecoloog niet bij uw bevalling aanwezig is. U wordt dan geholpen door één van de andere gynaecologen

■ Hoe begint de bevalling?

Natuurlijk wilt u van tevoren graag weten hoe uw bevalling begint. Toch is daarop geen eenvoudig antwoord te geven. Het is voor iedere vrouw anders. Zelfs een tweede bevalling kan weer anders beginnen dan de eerste. Wij kunnen u hierover wel een algemene uitleg geven.

Weeën

Vaak zijn regelmatige samentrekkingen (contracties) van de baarmoeder een eerste aanwijzing dat uw bevalling gaat beginnen. In het begin zijn die samentrekkingen nog onregelmatig, bijvoorbeeld iedere 10 tot 20 minuten en duren ze niet lang: 15 tot 30 seconden.

Als er echte ontsluitingsweeën zijn, komen de samentrekkingen steeds om de 2 tot 3 minuten. Ze duren dan ongeveer 40 tot 60 seconden. De meeste vrouwen vinden deze weeën pijnlijk. Dit is een teken dat de bevalling begonnen is.

Tekenen

Bij het begin van de ontsluitingsfase (als de baarmoedermond open gaat) kunt u eventueel een slijmprop uit de baarmoedermond verliezen (tekenen). Dit geeft wat rode of bruine slijmerige afscheiding. Het verliezen van de slijmprop betekent niet altijd dat uw bevalling al snel begint. Soms duurt het nog enkele dagen/weken.

Vruchtwaterverlies

Als u tegen de uiterekende datum of op een eerder moment helder vocht verliest, dat u niet kunt ophouden, dan kunnen uw vliezen gebroken zijn. Wilt u dan contact opnemen met uw verloskundige of de medewerkers van de afdeling verloskunde?

■ Voorbereiding op uw opname

Wat neemt u mee?

- geldig identiteitsbewijs
- toiletartikelen
- nachtgoed/T-shirt
- ochtendjas
- pantoffels/slippers
- sokken
- voldoende ondergoed
- babykleertjes (rompertje, pakje, mutsje, sokjes en jasje)
- maxi cosi
- fototoestel en/of filmcamera
- reservebatterijen
- een muntstuk voor de rolstoel

Wilt u uw sieraden af doen en thuis laten?

Tijdens de bevalling kunt u het beste een T-shirt (korte mouw) dragen.

Wie neemt u mee?

U mag voor uw bevalling meenemen wie u wilt. Dit kunnen meerdere personen zijn. Vindt u dat er teveel mensen bij de bevalling aanwezig zijn, dan kunt u dit aan ons doorgeven.

Waar kunt u zich melden?

U meldt zich bij de receptie van de hoofdingang van ons ziekenhuis. De receptionist belt naar de afdeling en wijst u de weg naar de afdeling. Uw auto mag niet bij de hoofdingang blijven staan. U moet uw auto op het parkeerterrein achter het ziekenhuis parkeren.

■ Wanneer komt u naar het ziekenhuis?

Wanneer u precies naar het ziekenhuis moet komen, kunnen wij niet zeggen. Daar is geen algemeen antwoord op te geven. U kunt echter altijd bellen als u twijfelt. Wees nooit bang dat u voor niets belt of komt.

U belt naar het ziekenhuis:

- wanneer u denkt dat de bevalling echt begonnen is
- wanneer de vliezen gebroken zijn
- wanneer u niet helemaal zeker bent wat u moet doen en het prettig vindt om even met iemand te overleggen.

U kunt de afdeling verloskamers (24 uur per dag bereikbaar) bereiken via het algemene nummer: telefoon 0223 - 69 6969. U vraagt dan naar de verloskamers.

■ Uw bevalling

Hoe uw bevalling zal verlopen, kan niemand voorspellen. Bovendien zijn er verschillende manieren van bevallen. In deze brochure gaan we daar niet op in. Wel kunt u zich voorbereiden door het lezen van:

- onze fotoverhalen 'Bevallen' en 'Keizersnede' (nwz.nl/verloskunde)
- onze folders (nwz.nl/patientenfolders en ook op onze afdeling verkrijgbaar)

Uw vragen over uw bevalling kunt u met de gynaecoloog bespreken.

Begeleiding

Op de afdeling verloskunde wordt u door een verpleegkundige ontvangen. Zij brengt de klinisch verloskundige en de gynaecoloog op de hoogte van uw situatie. Eerst wordt u aangesloten aan een CTG apparaat. Daarop wordt de hartslag van de baby en de baarmoederactiviteit vastgelegd. Soms gebeurt het dat u tot het einde van de bevalling aan het apparaat moet blijven liggen. De bewegingsvrijheid is dan wat beperkter.

Pijnstilling

Pijnbestrijding met medicijnen gebeurt altijd in het ziekenhuis. In Noordwest bieden wij de volgende pijnbestrijding aan:

- epidurale analgesie (ruggenprik)
- injecties met pethidine/phenergan (rustgevend en pijnstillend medicatie)
- remifentanyl: medicijn dat wordt toegediend via een infuus in de arm. Het infuus zit vast aan een pompje met drukknop. Hiermee kunt u zelf de hoeveelheid pijnmedicatie bepalen

Bij al deze behandelingen moet de gezondheid van moeder en kind goed in de gaten gehouden worden. Hiervoor is speciale apparatuur nodig en daarom moet de bevalling in het ziekenhuis plaatsvinden. Meer informatie over de verschillende methoden van pijnbestrijding kunt u vinden in de folder 'Pijnbestrijding tijdens de bevalling'.

Uw wensen

Wij willen tijdens de bevalling graag rekening houden met uw wensen. Wilt u ze daarom bespreken met degene die de bevalling leidt of met de verpleegkundige? U kunt bij ons in bad bevallen en op een baarkruk. Na de bevalling vernietigen we de placenta, tenzij u die graag mee naar huis wilt nemen. Wilt u dat dan aan ons doorgeven?

Bijzondere bevallingen

De meeste bevallingen met een medische indicatie verlopen zonder problemen. Een enkele keer is een vacuümextractie of keizersnede nodig. Uw partner mag hier ook bij zijn.

■ Uw verblijf op de verloskamers

Op de dag van de bevalling worden de maaltijden voor u en uw partner door ons verzorgd. Als u na de bevalling moet blijven, kan uw partner mee-eten tegen een kleine vergoeding. U kunt hiervoor maaltijdkaarten aankopen bij een van onze servicemedewerkers. Koffie en thee zijn gratis en kunt u halen bij de automaat op de gang.

Gastvrijheidsregels

Wij hebben een aantal gastvrijheidsregels opgesteld om u op de hoogte te brengen van de mogelijkheden en om teleurstellingen te voorkomen.



Het verblijf van uw partner*

Uw partner is 24 uur per dag welkom op de verloskamer en kan tijdens uw verblijf in ons ziekenhuis bij u (en de baby) blijven slapen. Dit kan alleen als de capaciteit op de afdeling het toelaat. Dit wordt door de verpleegkundige bepaald. Blijft uw partner bij u slapen? Dan attenderen wij u op het volgende:

Kraamvrouw en zwangere gaat altijd voor

Een kraamvrouw en een zwangere gaat altijd voor. De situatie op de afdeling kan per uur veranderen. Het kan zijn dat tijdens uw verblijf een zwangere of een kraamvrouw wordt opgenomen. Zij hebben altijd plek nodig. Er is dan ook de kans dat u alsnog - ook 's nachts - naar huis moet. Houdt u hier rekening mee. Wij vragen uw begrip.

Meehelpen

Wij verwachten dat uw partner meehelpt met de verzorging van uw baby. Dit geldt ook voor 's nachts. Dit houdt in dat uw partner bijvoorbeeld helpt met (nacht) voedingen, verschonen en wassen van de baby.

** Indien geen partner aanwezig, is dit ook van toepassing op een ander voor u ondersteunend persoon.*

Rust en privacy andere patiënten

In het belang van de rust en privacy van de andere patiënten, vragen wij uw partner bij u op de kamer te blijven en alleen van de kamer af te gaan als dit echt noodzakelijk is.

Voldoende gekleed

Heeft u of uw partner vragen? Maak dan gebruik van de bel bij het bed. De verpleegkundige komt dan naar u toe. De verpleging moet altijd de kamer in kunnen voor de zorg en/of controles van uw kind. Zorg er dan ook voor dat uw partner altijd gepast gekleed is.

Bed zelf verzorgen

Uw partner mag het bed zelf opmaken en deze 's morgens voor 08:00 uur afhalen en inklappen. De handdoeken van het ziekenhuis zijn te gebruiken. Dit geldt niet voor toiletartikelen.

Toilet, wastafel en douche bezoekers

Uw partner maakt gebruik van het bezoekerstoilet, -wastafel en -douche.

Bezoek op de verloskamer

Het is natuurlijk goed als u bezoek wilt uitnodigen op de verloskamer, maar doe dit bij voorkeur in overleg met de verpleegkundige. Bepaal samen met haar op welk tijdstip dit het beste uitkomt. Dit voorkomt dat het bezoek lang moet wachten.

■ Na de bevalling

Wanneer mag u naar huis?

Als alles goed verlopen is, gaat u 2 tot 4 uur na de bevalling naar huis. Moet u blijven wegens een medische reden, dan gaat u naar de kraamafdeling. De baby staat overdag en 's nachts naast uw bed in een wiegje. Zo kunt u op ieder gewenst moment borst- of flesvoeding geven.

We laten u zo snel mogelijk weten, wanneer u naar huis mag, zodat u of uw partner op tijd contact kunnen opnemen met het kraamcentrum. Het kraamcentrum vertelt u wanneer de kraamhulp bij u thuis komt. De verpleegkundige geeft

u papieren mee voor de kraamhulp en de verloskundige. Zij nemen de zorg dan van ons over.

Herkenbaarheid van uw baby

Uw baby blijft dag en nacht naast u in een eigen wiegje liggen. Voordat de baby de verloskamer verlaat wordt er een armbandje met de juiste naam om gedaan. Dit bandje mag u thuis afdoen.

■ Voeding van uw baby

Borstvoeding

Binnen 1 uur na de geboorte krijgt uw baby zoek-, hap- en zuigreflexen. Dit is een goed moment om uw baby voor het eerst aan de borst te laten drinken. Natuurlijk moeten u en uw baby hier wel toe in staat zijn. De verpleegkundige helpt om dit rustig en ontspannen in een gemakkelijke houding te doen. Na de eerste voeding kunt u uw baby zo vaak aanleggen als de baby wil. We houden dus geen vaste voedingstijden aan. Vaak aanleggen is namelijk belangrijk om de borstvoeding goed op gang te brengen en te houden. Veel vraag stimuleert het aanbod. Andere voeding erbij geven kan dit proces verstoren. Daarom doen wij dat liever niet. Tenzij er een medische noodzaak is.



Kolven

Wanneer de baby helemaal niet aan de borst mag of kan drinken, kunt u het elektrische kolfapparaat op de afdeling gebruiken. Hiermee kunt u toch de melkproductie op gang brengen. U kunt de moedermelk dan met de fles aan uw baby geven. Meer informatie over borstvoeding en kolven kunt u vinden in onze folder 'Borstvoeding, wat je moet weten'. Deze brochure is verkrijgbaar op de afdeling verloskunde.

Flesvoeding

Natuurlijk kunt u er ook zelf voor kiezen om uw baby flesvoeding te geven. Op de afdeling zijn voeding (Nutrilon standaard) en flesjes aanwezig. Wilt u liever andere flesvoeding geven, dan kunt u die van thuis meenemen. Meer informatie over flesvoeding kunt u vinden in onze folder 'Flesvoeding, thuis en in het ziekenhuis'



■ Praktische zaken

Couveuse

Soms is het nodig dat uw baby naar de couveuse gaat. Dit gebeurt dan onder verantwoordelijkheid van een kinderarts. Zo gauw u wilt kunt u dan met bed of rolstoel naar de couveuseafdeling. Borstvoeding geven is daar in principe ook mogelijk. In onze brochure 'Welkom op de afdeling neonatologie, kinderafdeling 3-Noord' wordt uitleg gegeven over de werkwijze op deze afdeling. Mochten er nog vragen zijn, kunt u die altijd stellen aan de verpleegkundige van de couveuse afdeling.

Geboorteangifte

U moet de geboorte van uw baby binnen 3 werkdagen aangeven bij de Burgerlijke Stand van de geboorteplaats. De vader, moeder of iemand die bij de geboorte aanwezig was, doet de aangifte. In Den Helder kunt u op 2 manieren aangifte doen:

- 1) online met uw DigiD (www.denhelder.nl)
- 2) op het Stadhuis, nadat u online een afspraak heeft gemaakt

Aangifte geboorte

Geboren op	Laatste dag van aangifte
Maandag	Donderdag
Dinsdag	Vrijdag
Woensdag	Maandag
Donderdag	Maandag
Vrijdag	Dinsdag
Zaterdag	Dinsdag
Zondag	Woensdag

Belangrijk

Wordt uw baby op een donderdag, vrijdag, zaterdag of op een feestdag geboren? Dan heeft u 2 werkdagen de tijd om aangifte te doen. U begint dan te tellen op de eerstvolgende werkdag. Bij de aangifte neemt u mee:

- uw trouwboekje of akte van erkenning
- een geldig identiteitsbewijs
- bewijs van geboorte (deze krijgt u van het ziekenhuis)

Aanmelden bij de ziektekostenverzekeraar

Zodra de baby geboren is, bent u verplicht uw zoon of dochter zo spoedig mogelijk aan te melden bij uw ziektekostenverzekeraar.

Kosten van de bevalling in het ziekenhuis

Als u zelf voor een poliklinische bevalling kiest, vragen sommige ziektekostenverzekeraars een eigen bijdrage. We adviseren u om hierover contact op te nemen met uw ziektekostenverzekeraar, zodat u niet voor verrassingen komt te staan.

■ Meer informatie

Meer informatie over een bevalling vindt u op:

- nwz.nl/verloskunde (onze fotoverhalen)
- nwz.nl/patientenfolders (onze folders)
- nwz.nl/agenda (onze voorlichtingsbijeenkomsten)

■ Uw vragen

Deze brochure gaat over de afdeling verloskunde van locatie Den Helder. Een brochure is nooit compleet. Dus als u nog vragen heeft tijdens uw opname, dan kunt u die stellen aan elke verpleegkundige op de afdeling verloskunde. Heeft u thuis na het lezen van de brochure vragen? Neem dan gerust contact op met de afdeling verloskunde. Dat kan van maandag tot en met vrijdag van 9:00 tot 16:00 uur, telefoon 0223 - 69 6466.

■ Tot slot

Wij doen er alles aan uw opname en bevalling zo prettig mogelijk te laten verlopen. Wij willen dan ook graag zowel uw positieve als negatieve ervaringen horen. Deze ervaringen kunt u bespreken met de verpleegkundige of invullen op het enquêteformulier. Dit formulier krijgt u bij ontslag. We wensen u een zo prettig mogelijk verblijf op onze afdeling toe.

■ Belangrijke telefoonnummers

Noordwest Ziekenhuisgroep, locatie Den Helder 0223 - 69 6969

Polikliniek verloskunde 0223 - 69 6504 (werkdagen van 9:00 tot 17:00)

Afdeling verloskunde en kraamafdeling 0223 - 69 6466

■ Belangrijke gebeurtenissen

Op deze pagina kunt u eventueel invullen op welke dag belangrijke gebeurtenissen voor het eerst plaatsvinden.

Belangrijke gebeurtenissen	Datum
Eerste dag van de laatste menstruatie
Eerste zwangerschapsverschijnselen:	
•
•
•
De dag waarop u zeker weet dat u zwanger bent
Eerste polikliniekbezoek
Eerste echoscopie
Eerste keer het hartje horen kloppen
Eerste keer het kindje voelen bewegen
Uitgerekende datum
De geboorte

Naam

Datum

Tijd

Gewicht

Lengte

Noordwest Ziekenhuisgroep

Postbus 501

1800 AM Alkmaar

www.nwz.nl

tel 072 - 548 4444

Colofon

Redactie afdeling verloskunde, locatie Den Helder
afdeling communicatie

Fotografie beeldgroep

Vormgeving vormgeving Noordwest Ziekenhuisgroep

Druk Ricoh

Artikel nr 296477/2020.12

Op alle onderzoeken en behandelingen van Noordwest Ziekenhuisgroep zijn de algemene voorwaarden van Noordwest Ziekenhuisgroep van toepassing, zie www.nwz.nl.

www.nwz.nl