

Kraamzorg de Waarden

Informatie boekje



Handige tips

.....
Wat heb
ik allemaal
nodig?

Inhoudsopgave

Wat biedt Kraamzorg de Waarden mij?	4
Met wie krijg ik te maken?	10
Wat moet ik beslist weten?	12
Wat is verder van belang?	14
Wat heb ik nodig?	16
Wat neem je mee naar het ziekenhuis?	18
Waar moet ik op letten?	20
En als de bevalling begint?	22
Hoe zit het met het JGZ?	24
En als ik meer wil lezen?	26

Hartelijk gefeliciteerd met je zwangerschap!

Een gelukkig nieuw leven, dat wensen wij iedere baby en ouders toe. Een mooi begin van het leven van je kindje. Een moment dat we mogen vieren met de wens **Gelukkig nieuw leven!**

Je bent zwanger, het blijft bijzonder. In deze bijzondere tijd heb je iemand nodig die je begrijpt en je wegwijs maakt. Die snapt dat er een heleboel op je afkomt en dat je je soms best even onzeker kan voelen. Dan heb je iemand nodig die je onzekerheden wegneemt en je zeker maakt met het nieuwe leven.

Zo iemand vind je bij Kraamzorg de Waarden! In dit boekje informeren we je verder over onze organisatie, jouw wensen en onze mogelijkheden.

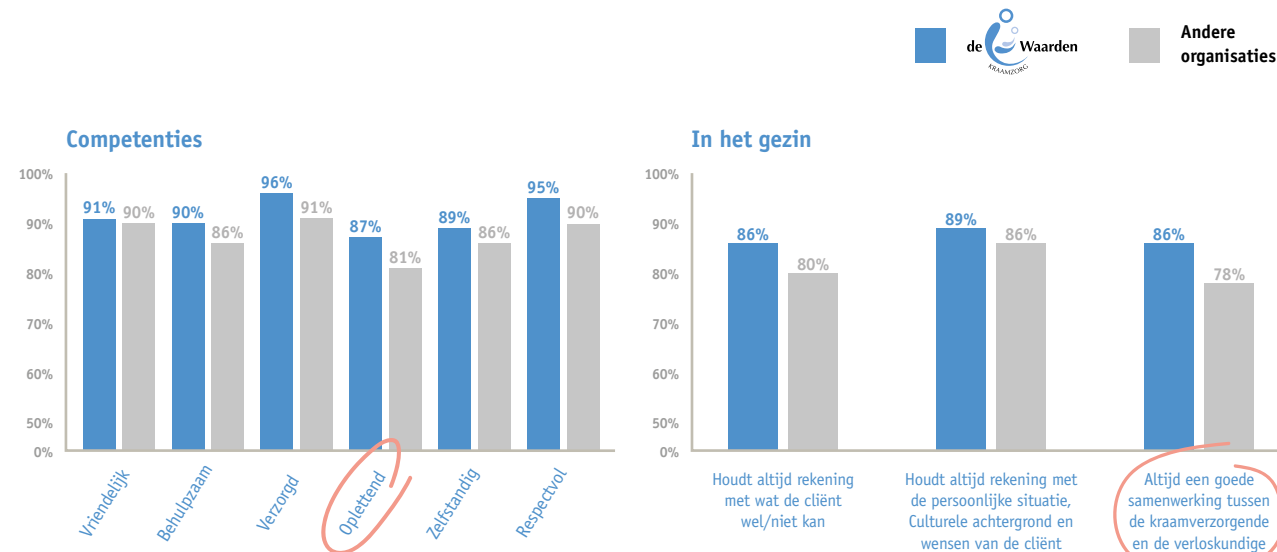
Gelukkig nieuw leven!



Kraamzorg de waarden scoort hoger op cliënttevredenheid!

Uit uitkomsten blijkt dat de cliënttevredenheid voor de zorgverlening door Kraamzorg de Waarden erg hoog ligt.

Met name op de competenties blijkt uit recente cijfers dat wij als organisatie aanzienlijk hoger scoren ten opzichte van andere kraamzorgorganisaties! Meer informatie en cijfers vind u op kraamzorgdewaarden.nl



Je ziet onder andere dat onze kraamverzorgenden **6%** beter worden beoordeeld op oplettendheid dan kraamverzorgende bij andere organisaties.

De samenwerking tussen de onze kraamverzorgenden met de verloskundige wordt maar liefst **8%** beter beoordeeld dan bij andere kraamzorgorganisaties.

Wat biedt Kraamzorg de Waarden mij?

Kraamzorg

Wij willen je graag een onvergetelijke en onbezorgde kraamtijd bezorgen waar je later met warme gevoelens aan terugdenkt. Je kraamtijd is een van de belangrijkste momenten in je leven. Daarom stemt onze kraamverzorgende haar zorg altijd in overleg af op jouw wensen en verwachtingen, binnen onze mogelijkheden. Wij bieden je graag de beste start. Aandacht voor jullie gezondheid, verzorging en voeding staat voorop. Onze kraamverzorgende helpt je hierbij en zorgt ook voor rust en regelmaat, zodat jij goed kunt herstellen van je bevalling en optimaal kunt genieten van je kindje en kraamtijd. Aan het eind van de kraamweek kun jij zelfverzekerd en vol vertrouwen zelfstandig voor je kindje zorgen. En heb je specifieke wensen of beval je van een meerling of krijg je een keizersnede? Ook dan ben je bij onze kraamverzorgenden aan het juiste adres.

Vertrouwd en dichtbij

Onze kraamverzorgenden werken in kleine teams en zijn gekoppeld aan je verloskundigenpraktijk of werken nauw samen met je verloskundige of huisarts. In veel gevallen gaan ze ook mee naar het ziekenhuis bij een thuisverplaatste bevalling. Ze wonen verspreid over het

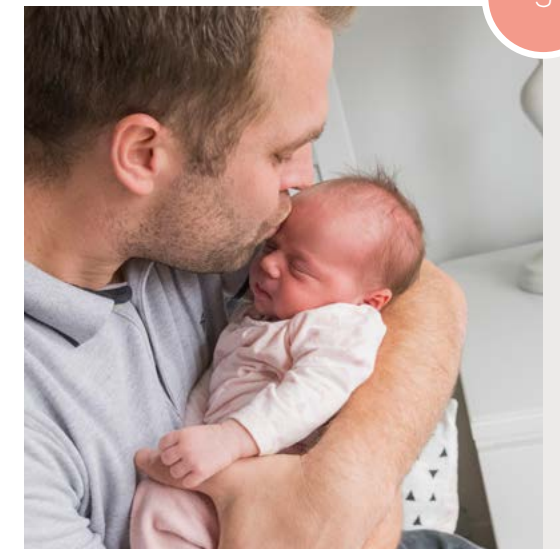
werkgebied, ook dicht bij jou in de buurt. Wij leveren dus kraamzorg dichtbij! Kleinschaligheid binnen de stabiliteit van een grote organisatie, dat bieden wij jou!

Om je al vroegtijdig te informeren over wat kraamzorg inhoudt, **ontvang je allereerst dit informatieboekje. Naast dit informatieboekje hebben wij een uitgebreide website www.kraamzorgdewaarden.nl.** Na je aanmelding ontvang je iedere week leuke weekinformatie over de ontwikkeling van je kindje en je zwangerschap. Telkens met passende tips en adviezen, leuke instructiefilmpjes, productinformatie, aanbiedingen en nog veel meer. Mocht je dit nog niet gedaan hebben of ben je via je zorgverzekeraar of op een andere wijze aangemeld en wil je de wekelijkse zwangerschapsmail wel ontvangen? Meld je dan nog aan via www.kraamzorgdewaarden.nl/zwangermail.

Bedverhogers en andere benodigheden

Via onze website kun je verstelbare bedverhogers aanvragen. Naast bedverhogers kun je hier ook een ondersteek, ruggensteun, douchebrak of toiletstoel bestellen. De spullen worden gratis bij je

thuisbezorgd en later weer opgehaald. De kosten worden volledig vergoed door je zorgverzekeraar en hebben geen invloed op je eigen bijdrage. Het is verstandig van tevoren te kijken hoeveel bedverhogers je nodig hebt. Je bed dient met 37 weken op een hoogte van 80 cm te staan, gemeten vanaf de bovenkant van het matras. Bestel de spullen makkelijk en snel via de bestelpagina van Duxxie. Een link vind je op onze website. Leverancier Medipoint komt ze in heel Nederland gratis thuisbezorgen en ophalen.





intake wordt. Bij bijzonderheden mag bij een tweede of volgend kindje een huisbezoek plaatsvinden. Deze bijzonderheden kun je aangeven tijdens het maken van de intake-afspraak. Tijdens de intake geeft de consulente informatie over je zwangerschap, de bevalling, de komende kraamtijd en worden in overleg de kraamzorguren geïndiceerd op basis van het Landelijk Indicatie Protocol. Natuurlijk kun je met al je vragen bij haar terecht.

Begeleiding bij borstvoeding

Op diverse plaatsen in ons werkgebied kun je een borstvoedingscursus bijwonen. Deze worden gegeven door een van onze lactatiekundigen, die je informeert over het geven van borstvoeding. Onze lactatiekundige staat altijd voor je klaar, tijdens de kraamtijd maar ook daarna. Je kunt haar telefonisch of per e-mail om advies vragen. Kijk voor meer informatie op onze website.

Intake

Onze consulente neemt rond de 25e week van je zwangerschap contact met je op voor het maken van een afspraak voor de intake. Het intakegesprek vindt plaats voor de 34e week van je zwangerschap. Ben je zwanger van een meerling, dan wordt de intake uiterlijk rond de 32e week van je zwangerschap gehouden.

Bij het tweede of volgende kindje is het afhankelijk van je zorgverzekering of het een huisbezoek of telefonische

Aantal uren kraamzorg

Het is belangrijk om jou en je kindje een goede start te geven. Daarom werken we in Nederland met een landelijk geldend indicatieprotocol. Dit protocol is bedoeld om objectief en transparant het aantal uren kraamzorg toe te kennen. De consulente stelt samen met jou het aantal kraamzorguren vast passend bij jouw persoonlijke omstandigheden. Het aantal uren dat de kraamverzorgende bij je aanwezig is als je thuis bevalt, zijn zogenaamde partusuren en staan los van de kraamzorguren. Na de bevalling en tijdens de kraamperiode wordt bekeken of dat aantal uren nog steeds aansluit bij jouw situatie. Zo niet, dan wordt in overleg met de verloskundige bepaald hoeveel uren er nog nodig zijn. Je kunt buiten de geïndiceerde uren ook extra uren bijkopen. Deze uren betaal je dan zelf. Verblijf je één of meerdere dagen in het ziekenhuis dan wordt het totaal aantal uren kraamzorg thuis verminderd.

Wisseling tijdens de kraamtijd?

Het kan gebeuren dat je tijdens de kraamtijd een wisseling van een kraamverzorgende krijgt en de zorg door een collega wordt overgenomen. Dit kan vanwege drukte, vakantie, ziekte of parttimedienstverband van de kraamverzorgende onvermijdelijk zijn. Het is voor kraamverzorgenden die zelf een gezin hebben steeds lastiger om acht dagen achter elkaar te werken. Ook voor de oudere kraamverzorgende kan dit te zwaar worden. Daarom bieden wij als goede werkgever onze kraamverzorgenden de mogelijkheid om in een rooster van 4 dagen te werken. Om zo het werkplezier en de mogelijkheden voor een kraamverzorgende te verhogen en behouden. Daarnaast moeten wij ons houden aan de CAO en Arbeidstijdenwet die verplichte rusttijden regelt voor werknemers. Al onze kraamverzorgenden zijn gediplomeerd, deskundig en houden van hun vak. Als er een wisseling plaatsvindt, is een goede overdracht geregeld omdat onze kraamverzorgende dagelijks met je overlegt over jouw verwachtingen en wensen en onze mogelijkheden. Deze afspraken worden in het zorgplan opgenomen.

Uitgestelde kraamzorg of couveuse nazorg

Deze zorg is bestemd voor moeders waarvan de baby na een verblijf in de couveuse of om een andere reden pas na tien dagen thuiskomt uit het ziekenhuis. Deze zorg bestaat uit de zorg voor de baby en uit voorlichting en advies.

Vroegtijdige inzet partusassistentie

Al onze kraamverzorgenden zijn geschoold in vroegtijdige inzet partusassistentie, wat inhoudt dat je al eerder kunt bellen voor een kraamverzorgende. Ze kan al tijdens de ontsluiting bij je thuis komen, waardoor zij je gedurende de hele bevalling kan begeleiden. Een veilige ontspannende omgeving bevordert het normale verloop van de bevalling en het herstel na de bevalling. De kraamverzorgende kan jou en je partner motiveren of ondersteunen bij het opvangen van je weeën. En heb je behoefte om samen te zijn dan is ze in ieder geval in de buurt als je haar nodig hebt. Wil je gebruik maken van deze vroegtijdige inzet? Bespreek dit dan met je verloskundige zodat zij weet dat de kraamverzorgende eerder gebeld moet worden. Deze uren worden ook door je zorgverzekeraar vergoed. Dit zijn zogenaamde partusuren die los staan van de kraamzorguren en gaan dus niet van de gewone zorguren af.

Om te kijken of je aanspraak kunt maken op deze zorg en het aantal uren dat wordt vergoed, kun je het beste contact opnemen met je zorgverzekeraar of je polisvoorwaarden nalezen.

Zorgverzekeraars

Kraamzorg de Waarden heeft met alle zorgverzekeraars een overeenkomst gesloten voor het leveren van kraamzorg. Alle geïndiceerde kraamzorguren vallen onder de Zorgverzekeringswet en zitten in het basispakket. Over de geleverde

uren kraamzorg (buiten de uren partus/bevalling) is wel een wettelijke eigen bijdrage verschuldigd. Ben je aanvullend of extra aanvullend verzekerd, kijk dan in je polisvoorwaarden of je ook deze eigen bijdrage misschien geheel of gedeeltelijk vergoed krijgt.

Zorggarantie

Als grote en flexibele kraamzorgorganisatie geeft Kraamzorg de Waarden je uiteraard zorggarantie. Dit betekent dat je onder alle omstandigheden op kraamzorg kunt rekenen, ook in de vakantieperiode of tijdens een onverwachte geboortepiek.

Bevalling

Thuis bevallen of toch in het ziekenhuis? De keuze kan best lastig zijn. Beide plekken hebben hun voor- en nadelen. Het is belangrijk dat je kiest voor een plek waar je je op je gemak voelt. Kijk bijvoorbeeld bij het ziekenhuis van jouw keuze voor meer informatie over open dagen/avonden of probeer bijvoorbeeld de rit naar het ziekenhuis eens uit.

Thuisbevalling

Nederland is uniek omdat er zoveel vrouwen thuis bevallen. De verloskundige en kraamverzorgende zijn uitstekend opgeleid om je thuis te begeleiden bij de geboorte van je kindje. Voor deze assistentie bij je bevalling krijg je extra zorguren. De verloskundige of huisarts bepaalt in overleg met jou wanneer de kraamverzorgende moet komen. Je kunt ons 24 uur per dag bereiken op het nummer 088 130 17 18.

Assistentie bij de bevalling thuis

De kraamverzorgende legt alle benodigde spullen (als dit nog niet gedaan is) klaar voor de bevalling, ondersteunt jou en je partner tijdens de bevalling en draagt bij aan een ontspannen sfeer. Ze assisteert de verloskundige bij de bevalling. Na de bevalling verzorgt zij jou en je baby en blijft tot zeker twee uur na de bevalling aanwezig en houdt jullie gezondheids-toestand nauwlettend in de gaten.



Ziekenhuisbevalling

Je gaat naar het ziekenhuis tijdens de ontsluitingsfase. De verloskundige belt dan het ziekenhuis. In enkele ziekenhuizen zijn onze kraamverzorgenden aanwezig om te assisteren bij de bevalling. Je moet zelf voor vervoer zorgen. De kosten voor een poliklinische bevalling worden vanuit de basisverzekering niet vergoed. Bij een aanvullende verzekering kun je deze kosten (deels) vergoed krijgen. Lees hiervoor je polisvoorwaarden goed door. Bij een poliklinische bevalling ga je na de bevalling zo snel mogelijk naar huis. Zodra je weet wanneer je naar huis mag, bel je voor een kraamverzorgende. Beval je in het ziekenhuis omdat je een medische indicatie hebt, dan worden deze kosten wel vergoed.

Geboortecentrum

In steeds meer regio's worden geboortecentra opgericht. Hier kun je bevallen zonder medische indicatie. Je eigen verloskundige gaat dan mee en in een aantal geboortecentra assisteren onze kraamverzorgenden. De kosten zijn hetzelfde als bij een poliklinische bevalling.

Opstartzorg

Als je bent bevallen in het ziekenhuis of in een geboortecentrum leveren wij indien noodzakelijk opstartzorg in de avond en de nacht. De opstartzorg is minimaal 2 uur.

Borstvoeding en kunstvoeding

Borstvoeding

Borstvoeding is de beste start die je je baby kunt geven. Wij zullen er alles aan doen om het geven van borstvoeding te laten slagen. Onze kraamverzorgenden ondersteunen en begeleiden je hier volledig in. Daarnaast hebben wij lactatiekundigen in dienst om je net even dat stukje extra begeleiding te geven wanneer dat nodig is. Binnen onze organisatie kun je ook een borstvoedingscursus volgen om je voor te bereiden op het geven van borstvoeding. Deze cursus wordt door onze eigen lactatiekundigen verzorgd.

Een paar voordelen van borstvoeding geven voor je baby zijn:

- bescherming tegen infecties
- bescherming tegen allergische aandoeningen
- de samenstelling is afgestemd op je baby

Een paar voordelen van borstvoeding geven voor jou zijn:

- kan van positieve invloed zijn op het hechtingsproces van jou en je baby
- moedermelk is altijd voorradig en op de juiste temperatuur

In de meeste gevallen hebben onze kraamverzorgenden een kolf bij zich. Het inzetten van een kolf is maatwerk en afhankelijk van uw situatie tijdens

de kraamweek. Schaf dus niet vooraf een kolf aan. Via de www.dadashop.nl is het mogelijk om een borstkolf te huren of te kopen.

Kunstvoeding

Er kunnen diverse redenen zijn om te kiezen voor een standaard zuigelingenvoeding. Als er allergieën en/of eczeem in de familie voorkomt en je besluit om geen borstvoeding te geven, dan kan een hypo-allergene kunstvoeding een goede keus zijn. Begin hier niet zelf mee maar overleg hierover van te voren met je verloskundige of huisarts. Zorg in ieder geval dat er een pak voeding en 2 flesjes in huis zijn. Onze kraamverzorgende zal je ook bij het geven van kunstvoeding alle begeleiding bieden die nodig is en je voorlichten over de bereiding van de voeding.

Voordelen van kunstvoeding zijn:

- het kan door iedereen gegeven worden
- je weet precies wat je kindje binnen krijgt

Onze kraamverzorgenden

Al onze kraamverzorgenden zijn gediplomeerde kraamverzorgenden en worden steeds volgens de laatste richtlijnen bijgeschoold. Zij zal de zorg afstemmen op jullie specifieke behoeften en heeft respect voor jullie persoonlijke levenssfeer en geloofs-overtuiging. Wij gaan er vanuit dat



Lees de blogs van onze kraamverzorgende Sanne op www.kraamzorgdewaarden.nl

de verloskundige of huisarts altijd op de hoogte is. Zij heeft regelmatig contact en overleg met de verloskundige. Ook is zij de ogen en de oren van de verloskundige en signaleert zij als eerste mogelijke complicaties. Als zich veranderingen voordoen in de gezondheidstoestand van jou of je kindje, waarschuwt de kraamverzorgende de verloskundige of huisarts.

Algemene gezondheidsvoorlichting en adviezen

De kraamverzorgende leert je hoe de baby te verzorgen, ze geeft voorlichting, adviezen en handige tips. Ze vervult een belangrijke rol bij de begeleiding van zowel borstvoeding als kunstvoeding.

Basis huishoudelijke werkzaamheden

Naast de zorg voor jou en je baby kan de kraamverzorgende afhankelijk van het aantal uren zorg enkele huishoudelijke werkzaamheden uitvoeren. Zij zal daarmee zorgdragen voor een hygiënische leefomgeving. Naast de vaste taken van de kraamverzorgende kun je afspraken maken over andere taken waarvan jij het belangrijk vindt dat de kraamverzorgende deze uitvoert. Dit kan in overleg afgesproken worden, mits er voldoende uren beschikbaar zijn. Daarnaast heeft zij een luisterend oor, vangt de visite

op, heeft zorg en aandacht voor de overige gezinsleden en betreft deze bij de verzorging. Ze zal haar best doen om jou een onvergetelijke kraamtijd te bezorgen waar je met een warm gevoel op terug kunt kijken.

Evaluatie

De kraamverzorgende overlegt dagelijks met je over jouw wensen en onze mogelijkheden en de wijze van uitvoering van diverse taken. De afspraken die worden gemaakt, worden vastgelegd in het zorgplan. Op deze manier is er een goede overdracht naar de verloskundige of huisarts, eventueel collega's en de jeugdgezondheidszorg.

Altijd bereikbaar, 24 uur per dag

Is de kraamverzorgende naar huis en heb je een vraag of voel je je onzeker? Je kunt onze deskundige medewerkers 24 uur per dag en zeven dagen per week bellen. Het telefoonnummer is:

088 130 17 18

Zij staan altijd voor je klaar en zullen je vraag beantwoorden. Zonodig word je doorverwezen naar een deskundige of zorgen zij er voor dat een deskundige contact met je opneemt.

Met wie krijg ik te maken?

De medewerkers van De Waarden

Kraamzorg de Waarden heeft niet alleen kraamverzorgenden in dienst. Je kunt voor en tijdens de kraamtijd ook met andere medewerkers te maken krijgen.



10

Consulente

De consulente informeert je tijdens het intakegesprek over je zwangerschap, de bevalling en kraamperiode. Daarnaast bepaalt zij samen met jou, aan de hand van je situatie en het landelijk indicatieprotocol, het aantal uren zorg. Onze consulenten hebben allemaal ruime ervaring als kraamverzorgende.

Planner

De planner is verantwoordelijk voor het inzetten van kraamverzorgenden. Daarbij houdt zij rekening met de afspraken die de consulente tijdens de intake met jou heeft gemaakt.

Kraamverzorgenden

Onze deskundige kraamverzorgenden hebben vanzelfsprekend een gedegen opleiding en beschikken over veel praktijkkennis. Zij volgen elk jaar een uitgebreid scholingsprogramma, zodat ze op de hoogte zijn van de nieuwste inzichten, ontwikkelingen en bijgeschoold zijn in hun vakkennis.

Kraamzorg de Waarden ziet opleiden ook als een maatschappelijke taak. Tijdens de opleiding worden kraamverzorgenden in opleiding voorbereid op het deskundig uitoefenen van het beroep van kraamverzorgende. Een stagiaire of nieuwe medewerker loopt gedurende de (hele) zorgperiode met een kraamverzorgende mee om ingewerkt te worden. Voor een gezonde toekomst van het vak doen wij een beroep op je om naast de ervaren kraamverzorgende een stagiaire of kraamverzorgende in opleiding in je gezin te verwelkomen.

Afstandsbegeleider

De afstandsbegeleider begeleidt kraamverzorgenden tijdens hun inwerkperiode. Ze bespreekt samen met jou en de nieuwe medewerker de zorgverlening en houdt rekening met je persoonlijke omstandigheden. In overleg is de begeleider zonedagelijks aanwezig om ondersteuning te bieden.

Lactatiekundige

Onze borstvoedingsspecialisten (lactatiekundigen) staan voor je klaar om extra ondersteuning bij borstvoeding

te geven gericht op jouw situatie. Heb je problemen met het aanleggen van je baby of komt de voeding niet goed op gang? De kraamverzorgende zal je hier in eerste instantie bij begeleiden. Zij wordt jaarlijks bijgeschoold door onze lactatiekundigen om optimale begeleiding te kunnen geven bij borstvoeding. Mochten zich toch problemen voordoen, dan kan de kraamverzorgende, de verloskundige of jijzelf ten alle tijden contact opnemen met onze lactatiekundige. Zij kan telefonisch advies geven of op huisbezoek komen tijdens of na de kraamtijd. Veel zorgverzekeraars vergoeden deze consulten geheel of gedeeltelijk. Tijdens maar ook ná de zwangerschap kun je met vragen over borstvoeding terecht bij onze lactatiekundigen. Je kunt onze lactatiekundigen bereiken via 088 130 17 17.

Teamcoach

De teamcoach is het aanspreekpunt voor de kraamverzorgende. Ze kan de kraamverzorgende tijdens de kraamdagen in het gezin een contactbezoek brengen.



Tip: De lactatiekundige kan je ook ná de kraamtijd helpen.

11

Wat moet ik beslist weten?

Voorwaarden voor kraamzorg

Aan onze kraamzorg zijn verschillende voorwaarden verbonden. Niet alleen als het gaat om aanmelding, maar bijvoorbeeld ook de werkomstandigheden van de kraamverzorgende.



12

Aanmeldbevestiging, wijzigen of annuleren

Aanmelden en zorgovereenkomst

Na een digitale aanmelding via onze website en/of aanmelding via je verzekering komt de overeenkomst automatisch tot stand. Je ontvangt van ons schriftelijk een zorgovereenkomst.

Bij een telefonische aanmelding, aanmelding via beurs of markt komt de overeenkomst tot stand nadat je deze hebt ondertekend en geretourneerd.

Je hebt tot 14 dagen na de totstandkoming van de overeenkomst het recht om deze kosteloos ongedaan te maken.

Ben je jonger dan 18 jaar dan moet de zorgovereenkomst altijd door een wettelijk vertegenwoordiger worden ondertekend.



Wijzigen

Het kan natuurlijk voorkomen dat zich in de loop van de zwangerschap veranderingen voordoen die gevolgen hebben voor de kraamzorg. Bijvoorbeeld wanneer je tussentijds gaat verhuizen, een ander telefoonnummer of e-mailadres krijgt of overstapt naar een andere verzekeraar. Breng ons zo snel mogelijk van deze wijzigingen op de hoogte via klantenservice@kraamzorg.org. Wij passen de gegevens dan direct aan.



Annuleren

Wanneer zich omstandigheden voordoen waardoor je geen gebruik kunt of wilt maken van onze kraamzorg, breng ons daarvan dan zo spoedig mogelijk op de hoogte via klantenservice@kraamzorg.org. Wel worden in zo'n geval de inschrijfkosten in rekening gebracht en, als dit al heeft plaatsgevonden, de kosten voor het intakegesprek.

Leveringsvoorwaarden

Kraamzorg de Waarden levert kraamzorg volgens de Algemene voorwaarden voor de kraamzorg. Daarnaast gelden de volgende aanvullende voorwaarden.

Werkomstandigheden

Werken in de kraamzorg brengt grote fysieke belasting met zich mee. Daarom vragen wij je aandacht voor de volgende punten:

- Om rugklachten bij kraamverzorgende, verloskundige of huisarts te voorkomen, moet je bed een hoogte hebben van 80 centimeter, gemeten van de bovenkant van de matras tot aan de vloer. Deze verplichting geldt tijdens de bevalling en de kraamtijd. Wanneer de hoogte van het bed niet aan de eisen voldoet wordt er geen zorg aan bed gegeven.
- Je kunt niet bevallen of worden verzorgd op een waterbed. Je hebt dan een ander bed nodig dat op goede werkhogte kan worden gebracht.
- Snoeren, stekkers en elektrische apparaten waarmee de kraamverzorgende werkt, moeten veilig zijn.
- De plaats waar de kraamzorg wordt gegeven, moet eenvoudig bereikbaar zijn.
- Op de verdieping waar de bevalling plaatsvindt en je de kraamtijd doorbrengt moet stromend water aanwezig zijn.
- Als je gebruik maakt van een bevalbad bij een thuisbevalling, dan dien je te zorgen voor lange steriele handschoenen voor de kraamverzorgende. Dit is verplicht bij een badbevalling.
- Volgens de Tabakswet hebben onze medewerkers recht op een rookvrije werkplek. Wij verzoeken je daarom niet te roken in het bijzijn van onze medewerkers.

13

Vervoerskosten

De vervoerskosten die de kraamverzorgende maakt op weg van en naar jouw woning, zijn voor rekening van Kraamzorg de Waarden. Wanneer de kraamverzorgende haar auto gebruikt ten behoeve van jouw gezin, geldt daarvoor een vastgestelde kilometervergoeding van € 0,27. Deze vergoeding betaal je rechtstreeks aan de kraamverzorgende. Je gezinsleden mogen uitsluitend met de kraamverzorgende meerijden als zij een inzittendenverzekering heeft. Gebruikt de kraamverzorgende jouw auto, dan ben je zelf aansprakelijk voor eventuele schade die de kraamverzorgende zou kunnen veroorzaken.

Parkeren

In grootstedelijke gebieden is er vaak een parkeerprobleem. Wanneer dit probleem zich voordoet in jouw woon-omgeving, verzoeken wij je een eventuele parkeeronthefing voor de kraamverzorgende te regelen. Wanneer de kraamverzorgende parkeerkosten moet maken, brengt zij de kosten bij jou in rekening.

Gebruik van sleutels

Indien je afsprekt met de kraamverzorgende dat je het fijn vindt dat zij de sleutel heeft is dit op eigen risico. Kraamzorg de Waarden kan niet aansprakelijk worden gesteld voor eventueel verlies of diefstal.

Aansprakelijkheid

Kraamzorg de Waarden aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade tenzij er sprake is van schuld of grove nalatigheid. In geval een medewerker materiële schade veroorzaakt geldt een eigen risico van € 45,00 per gebeurtenis. Je dient de schade direct te melden bij onze organisatie. (Het beschadigde materiaal dien je te bewaren voor eventuele expertise).

Privacybeleid

Kraamzorg de Waarden respecteert uw privacy en behandelt en beveiligt persoonlijke gegevens van haar cliënten en bezoekers van haar website met de grootst mogelijke zorgvuldigheid. Hierbij houden we ons aan de eisen

die de Wet Algemene Verordening Gegevensbescherming (Wet AVG) hieraan stelt. Meer informatie over ons privacybeleid kun je vinden in de Privacyverklaring op onze website.

Wat is verder van belang?

Andere feiten over onze kraamzorg

Verantwoordelijkheidsverdeling tussen kraamverzorgende en verloskundige

De verloskundige is verantwoordelijk voor het kraambed. De kraamverzorgende zal bij eventuele problemen altijd overleg plegen met de verloskundige.

Medicatiebeleid

Onze kraamverzorgenden mogen geen medicijnen adviseren en toedienen. Dit valt onder de verantwoordelijkheid van de verloskundige of de huisarts.

Informatieplicht aan cliënten over inzet van kraamverzorgenden in opleiding

Kraamzorg de Waarden is een erkend leerbedrijf, hetgeen betekent dat de zorg geleverd kan worden door een

kraamverzorgende in opleiding. Wij werken samen met diverse scholen en verschillende leertrajecten. Onder deskundige begeleiding zal de kraamverzorgende in opleiding haar vak uitoefenen.

De consequenties van de Arbeidstijdenwet en de collectieve arbeidsovereenkomst voor de inzet van de kraamverzorgende

Kraamzorg de Waarden zal bij de inzet van kraamverzorgenden rekening houden met de Arbeidstijdenwet en de collectieve arbeidsovereenkomst (CAO).

Overige voorwaarden

Mocht tijdens de verzorging niet zijn voldaan aan de voorwaarden, dan treedt de kraamverzorgende hierover in overleg. Indien er geen oplossing wordt gevonden zal zij contact opnemen met haar teamcoach. De teamcoach zoekt vervolgens met jou naar een passende oplossing.

Controle BSN

Onze medewerkers zijn wettelijk verplicht om bij aanvang van de zorg je BSN te controleren. De kraamverzorgende zal je daarom vragen om een geldig identiteitsbewijs.

Beroepsgeheim

De medewerkers van Kraamzorg de Waarden zijn verplicht tot geheimhouding van alles wat zij tijdens hun werkzaamheden horen, zien of meemaken.

Meldcode

Alle instellingen, die in aanraking komen met kinderen, zijn verplicht te werken met de landelijke meldcode huiselijk geweld en kindermishandeling. Deze meldcode heeft als doel het ondersteunen van de beroepskrachten in de omgang met signalen van huiselijk geweld en kindermishandeling.

Evaluatie

Om de kwaliteit van onze zorgverlening continu te kunnen verbeteren stellen wij je mening op prijs. Je mening kun je weergeven op het evaluatieformulier cliënt wat je enkele weken na de zorgverlening digitaal ontvangt.

Klachten

Hoewel wij er naar streven je optimale zorg te bieden, kan het voorkomen dat je niet tevreden bent over de verleende zorg. Wanneer je met de kraamverzorgende niet tot een oplossing kunt komen, neem dan contact op met de klachtenfunctionaris. Dien je klacht zo spoedig mogelijk in, zodat de klacht zo mogelijk binnen de kraamtijd kan worden opgelost.

Een klacht over ontstane schade moet schriftelijk binnen 5 werkdagen na afronding van de kraamzorg worden ingediend.

Indien je klacht niet naar tevredenheid wordt afgehandeld, kun je dit – bij



voorkeur schriftelijk en zo snel mogelijk – kenbaar maken. Bij Kraamzorg de Waarden hanteren we een klachtenregeling die voldoet aan de Wet Kwaliteit, Klachten en geschillen in de zorg. Bekijk voor meer informatie het Klachtenreglement op onze website.

Cliëntenraad

In de Wet Medezeggenschap Cliënten Zorginstellingen is bepaald dat iedere zorgaanbieder een cliëntenraad heeft. De cliëntenraad behartigt de belangen van cliënten die gebruik maken van kraamzorg. Zij beoordeelt de effecten van het beleid van de organisatie op de zorg en de dienstverlening aan cliënten. Daartoe geeft zij gevraagd en ongevraagd advies aan de bestuurder over onderwerpen die voor de cliënt van belang zijn. Ook volgt zij het beleid van de organisatie kritisch en kijkt zij of het cliëntenbelang hierin voldoende doorklinkt. Je bereikt onze cliëntenraad via telefoonnummer 088 130 17 17 of via www.kraamzorgdewaarden.nl.



Wat heb ik nodig?

Uitzetlijstje

Tijdens en na de bevalling heb je nogal wat nodig. Om niets te vergeten hebben we een uitscheurbaar lijstje voor je samengesteld. Handig om mee te nemen naar de winkel. Het kraampakket kun je eenvoudig bestellen via onze webshop: www.dadashop.nl.

16



Tip: Het is aan te raden de babyuizet vooraf te wassen in verband met hygiëne en eventuele huidirritatie van de baby. Gebruik geen wasverzachter. Drogen in de wasdroger is geen bezwaar.

Advies: Voordat je aankopen gaat doen is het aan te raden om de site www.ncj.nl of www.veiligheid.nl te raadplegen. Hier kun je informatie over verschillende benodigde producten vinden.

Iedereen die gaat bevallen, heeft een kraampakket nodig. Dit kraampakket kun je aanvragen bij je zorgverzekering of bestellen op onze site, www.dadashop.nl.

Kraampakket

- 8 celstof matjes
- 1 pak steriele gaasjes
- 1 pak watten à 50 gram
- 1 steriele navelklem
- 1 flesje alcohol à 70%
- 2 pakken kraamverband
- 2 pakken maandverband
- 2 kraammatrasjes (dun)
- 1 pak kraamverband (groot) of 1 pak papieren inlegluiers
- een bedzeil of waterafstotend molton hoeslaken (5/6 weken van tevoren op het matras leggen, zeil eventueel vastmaken met (dubbelzijdig) tape)

Verdere benodigheden

- 1 rol toiletpapier
- 1 pak zout (om de bevallingswas te spoelen)
- 2 emmers (waarvan 1 nieuwe of schone emmer om het babybadje te vullen)
- 2 vuilniszakken
- noodverlichting (zaklamp)
- 1 zeppompje, ongeparfumeerd of handgel (wanneer deze niet in het kraampakket zit)
- 1 flesje desinfectant (als de verloskundige dit wenst)
- 1 maatkan of flesje met spuitdop (om na te spoelen)
- 1 pakje plastic boterhamzakjes (voor verwijdering maandverband)
- 1 paar lange steriele handschoenen (verplicht bij gebruik van een bevalbad bij een thuisbevalling)

Let op: Als je gebruik maakt van een bevalbad bij een thuisbevalling, dan dien je te zorgen voor lange steriele handschoenen voor de kraamverzorgende. Zonder deze handschoenen mag zij niet assisteren bij de badbevalling.

Moeder

- 1 digitale koortsthermometer (geen oorthermometer)
- 3 sets bedverschoningen (2 indien een droger aanwezig is)

Baby

- 1 digitale koortsthermometer (geen oorthermometer)
- min. 3 rompertjes maat 50-56, 62-68*
- min. 3 setjes kleding maat 50-56, 62-68*
- 2 mutsjes*
- 12 hydrofielluiers/- doeken*
- 6 hydrofiel washandjes*
- 8 spuugdoekjes*
- 2 pakken wegwerpluiers of bij gebruik van katoenen luiers: 18 luiers (voorgevormd) met toebehoren*
- wieg of ledikantje en matras*
- 2 moltons of moltonhoezen*
- 3 onderlagentjes of hoelakentjes (2 indien een droger aanwezig is)*
- 3 bovenlagentjes (2 indien een droger aanwezig is)*
- 2 dekentjes*
- 2 aluminium naadloze kruiken*
- 2 kruikenzakken (niet gewatteerd)*
- 1 aankleedkussen
- 1 babybadje en 1 badstandaard (liefst met afvoerstop)
- baby wasgel
- 1 haarborstel en kammetje
- 2 badcapes of 2 grote badhanddoeken*
- vaseline (voor billen/gezicht)
- eventueel kartonnen vijltje

Bij kunstvoeding

- 2 flessen*
- 2 spenen speciaal voor pasgeborene*
- 1 flessenrigger
- soort voeding in overleg met verloskundige of huisarts

Bij borstvoeding

- voedings-BH (2 of 3)
- zoogcompressen
- (eventueel) bewaarbakjes of -zakjes
- (eventueel) voedingskussen

Vitamines:

- Vitamine K alleen bij borstvoeding
- Vitamine D zowel bij kunst- als bij borstvoeding.

Tip: Komt de borstvoeding niet goed op gang, heb je problemen met de borstvoeding of wil je kolven omdat je weer gaat werken? Bestel dan een elektrische borstkolf via www.dadashop.nl

Benodigheden voor huishoudelijke taken:

- 6 huishouddoekjes (te wassen op 60°C)
- 1 dweil
- 1 dweilstok
- 1 draagbare wasmand

Benodigheden te bestellen via www.dadashop.nl

- ondersteek
- bedverhogers
- eventueel een ruggensteun

* Deze artikelen aanpassen naar het aantal kinderen. Verwacht je een klein kindje, pas hier dan ook de maat van de kleding op aan.

17



Wat neem je mee naar het ziekenhuis?

Bevalling in het ziekenhuis

De verloskundige of huisarts bepaalt op welk tijdstip je naar het ziekenhuis gaat voor de bevalling. Wij zijn 24 uur per dag bereikbaar op het telefoonnummer 088 130 17 18. Bel ons zo snel mogelijk na de geboorte van de baby (ook 's nachts) en als je de ontslagpapieren hebt getekend.

Voor de aanstaande moeder:

- ziekenhuispasje/-kaart
- identiteitsbewijs
- verzekeringspasje
- zwangerschapskaart
- zorgplan Kraamzorg de Waarden
- medicijnen die je gewend bent te gebruiken
- bril of contactlenzen
- twee pyjama's/nachthemd of lekkere wijde t-shirts
- toiletartikelen en cosmetica
- voldoende goed zittend ondergoed en een steungevende (voedings)-beha
- lekker zittende niet te strakke warme sokken
- eventueel een ochtendjas
- pantoffels of slippers
- kleding voor als je weer naar huis mag
- parkeergeld en muntgeld voor een rolstoel
- mobiele telefoon en oplader
- fototoestel/camera
- tablet/iPad/muziek
- iets te lezen
- iets te eten en drinken

Voor de baby:

- rompertje(s) of hemdje(s) bijvoorbeeld maat 50/56 en 62
- 2 setjes kleding; 1 voor als jullie een nachtje moeten blijven en 1 voor als jullie naar huis mogen
- sokjes
- mutsje
- jasje
- dekentje
- goedgekeurd autostoeltje

18



19



Waar moet ik op letten?

Veiligheidsadviezen

De veiligheid van je kindje is natuurlijk van het grootste belang. Kraamzorg de Waarden is op de hoogte van de laatste ontwikkelingen op dit gebied.



Veilig slapen

Om een veilige slaapomgeving voor je kindje te creëren zijn er een aantal adviezen waar we je op wijzen. Voor de wieg of ledikant is het belangrijk dat deze voorzien is van een bodem met ventilatie gaatjes of een lattenbodem. De zijkanten mogen niet afgesloten zijn zodat de lucht kan circuleren. De afstand tussen de spijlen is niet groter dan 6,5 centimeter. Het gebruik van een hoofdbeschermer is niet aan te raden. Kinderen die jonger dan 2 jaar zijn slapen het veiligst in een baby-slaapzak of onder een deken met een lakentje. Een babyslaapzakje is veilig wanneer het goed past en de hals- en armgaten goed aansluiten. Maak het dekentje en lakentje stevig en kort - voetjes tegen het voeteneinde - op.

Sloopje, zeiltje en matrasbeschermer

Gebruik in de wieg of het bedje geen zeiltje en/of losliggend sloopje. Deze

kunnen de ademhaling van de baby belemmeren.

Geen knuffels in bed

In kussenachtige knuffels kan de baby met neus en mond verzinken, waardoor de ademhaling belemmerd wordt. Let er bij de aanschaf van knuffels op dat er geen zacht plastic in verwerkt is.

Kruiken

Bij het gebruik van kruiken zijn veiligheid en het voorkomen van brandwonden heel belangrijk. Daarom is het belangrijk dat je op de volgende punten let bij de metalen kruik:

- Bevat de dop een rubberen binnendop en is die niet in goede staat? Vervang het rubber of de hele dop.
- Is de kruik beschadigd, zitten er roestplekken op of deuken in? Gebruik de kruik niet.
- Is de schroefdraad beschadigd? Gebruik de kruik niet.
- Controleer de kruik altijd eerst op lekken. Lekt de dop? Vervang de dop of de hele kruik. Het gebruik van andere/elektrische kruiken is op je eigen verantwoordelijkheid.

Mocht je twijfelen of meer informatie willen weten over een specifiek(e) produkt of produktgroep kijk dan op www.NCJ.nl, www.veiligheid.nl, www.opvoeden.nl en www.consumentenbond.nl

Commode of aankleedtafel

De commode of de aankleedtafel moet stevig zijn. Een goede werkhoogte is ongeveer 90 centimeter.

Badje of wasgelegenheid

De badstandaard of de wasgelegenheid in de badkamer heeft een wenselijke hoogte van ongeveer 90 centimeter.

Roken? Niet waar de kleine bij is

Roken tijdens en na de zwangerschap of in de directe omgeving van je kind raden we sterk af.

- Er is een duidelijk verband tussen roken en wiegendood. De kans op wiegendood is hoger als de moeder actief rookt tijdens en na de zwangerschap. Ook passief meeroken verhoogt het risico op wiegendood.
- Baby's en jonge kinderen zijn gevoelig voor rook. De rook irriteert de oogjes, de slijmvliezen van mond, neus en keel en die van de luchtwegen.

Meer informatie over veilig slapen en een veilige leefomgeving voor je kindje kun je vinden op www.opvoeden.nl en op www.veiligheid.nl.

- Baby's en jonge kinderen die in een rokerige omgeving opgroeien, beginnen in feite al op jonge leeftijd met roken. Dit kan de gezondheid van het kind op korte en lange termijn nadelig beïnvloeden.
- Kinderen met rokende ouders hebben een duidelijk grotere kans op luchtwegklachten dan kinderen van niet-rokende ouders. Ook is de kans op astma aantoonbaar groter als de ouders roken in het bijzijn van de baby.
- Kijk voor meer informatie op www.rokeninfo.nl en www.ikstopnu.nl

Uiteraard roken onze kraamverzorgenden niet in huis.



En als de bevalling begint?

De baby kondigt zich aan

Eindelijk is het zover: de bevalling staat op het punt te beginnen. Als je goed bent voorbereid, voel je je zekerder en meer ontspannen.

22



Bevalling en kraamzorg thuis

De verloskundige of huisarts bepaalt wanneer het tijd is om contact op te nemen met Kraamzorg de Waarden. Wij zijn 24 uur per dag bereikbaar op het telefoonnummer 088 130 17 18. Als je wilt dat de kraamverzorgende eerder aanwezig is kun je gebruik maken van vroegtijdige inzet partusassistentie. Bespreek dit met je verloskundige.

Wat moet er eerst gebeuren?

- Breng de kamer waar je gaat bevallen en de babykamer op een temperatuur van 23°C.
- Leg één of twee kruiken in wieg of bedje. Het is handig om de kler-tjes voor de baby van tevoren om een kruik te wikkelen. Leg ook zes



Tip: Leg voor de bevalling een lekker ruim T-shirt klaar. Ook bij een thuisbevalling is het handig spullen klaar te leggen voor als je onverwacht toch in het ziekenhuis moet bevallen.



hydrofiële luiers klaar en zet twee emmers bij je bed: één emmer voor het wasgoed en één emmer met een vuilniszak voor handschoenen, kraammatrasjes, matjes, placenta enzovoorts.

- Leg een zaklamp klaar voor als het licht onverhoopt uitvalt.

Voor het klaarleggen van haar materialen heeft de verloskundige een tafeltje nodig (een strijkplank voldoet ook prima).

Bevalling in het ziekenhuis en kraamzorg thuis

De verloskundige of huisarts bepaalt wanneer je naar het ziekenhuis gaat voor je bevalling. In veel gevallen gaat de kraamverzorgende mee naar het

ziekenhuis om jou te ondersteunen en de verloskundige te assisteren bij een thuisverplaatste bevalling. Neem na de bevalling zo snel mogelijk contact met ons op om te laten weten wanneer je weer naar huis gaat. Wij zijn 24 uur per dag bereikbaar op het telefoonnummer 088 130 17 18. Het tijdstip waarop de kraamverzorgende bij je thuis komt, wordt met je overlegd.

Bel ons

1. Zo snel mogelijk na de geboorte van de baby (ook 's nachts).
2. Als je de ontslagpapieren hebt getekend.

Tip: Voor het vervoer van de baby naar huis adviseren wij een autostoeltje dat voldoet aan de Europese veiligheidseisen. Oefen voor de geboorte een keer hoe het autostoeltje werkt.

23

Hoe zit het met het JGZ (Jeugdgezondheidszorg)?

Wat thuiszorg kan doen

Kraamzorg en het JGZ verschillen van elkaar, maar ook het JGZ kan je voor, tijdens en na de kraamtijd van dienst zijn.

Onze kraamzorgorganisatie en de jeugdgezondheidszorg zijn twee verschillende organisaties die wel met elkaar samenwerken. De jeugdgezondheidszorg houdt zich op het gebied van de kraamzorg bezig met:

- het organiseren van zwangerschaps- en postnatale gymnastiek;
- het verzorgen van oudercursussen;
- de organisatie rond het consultatiebureau voor zuigelingen en peuters;
- voorlichting en advies over groei en ontwikkeling van je baby.

Gehoortest en hielprik

Tijdens de kraamtijd komt een medewerker van de jeugdgezondheidszorg bij je langs. Ze neemt een gehoortest

af bij je baby. Beide oortjes worden getest, dit kan enkele minuten duren. Ook krijgt je baby een hielprik en wordt er wat bloed afgenomen. Dit wordt onderzocht op de mogelijke aanwezigheid van een aantal stofwisselingsziektes.

Overdracht

Aan het einde van de kraamtijd dragen de kraamverzorgende en de verloskundige gezamenlijk de zorg schriftelijk over aan de jeugdgezondheidszorg bij jou in de regio. Bij bijzonderheden wordt tevens mondeling overgedragen.

Consultatiebureau

De wijkverpleegkundige maakt een afspraak voor een intakebezoek bij je thuis. Zij informeert je over de gang van zaken op het consultatiebureau en vult het dossier van je baby in. Zij beantwoordt ook je vragen over de verzorging en voeding. Op het consultatiebureau geven de arts en verpleegkundige adviezen over voeding, verzorging en opvoeding van je kindje. Er vindt regelmatig lichamelijk onderzoek plaats. Daarnaast kan je kindje hier gevaccineerd worden tegen bepaalde ziektes.

Waar kan ik terecht voor...

Meer informatie over borstvoeding

Lactatiekundigen Kraamzorg de Waarden
telefoon: (088) 130 17 17
(ma t/m vr tijdens kantooruren)
(088) 130 17 18
(za t/m zo van 10.00-12.00 en feestdagen)

La Leche League Nederland (informatie over borstvoeding)
telefoon: 0111 41 31 89
www.lalecheleague.nl

Kenniscentrum Borstvoeding (informatie over borstvoeding)
www.borstvoeding.com

Meer informatie over opvoeden, veiligheid producten en veilig slapen

www.opvoeden.nl
Informatieve site voor betrouwbare informatie over het ouderschap van kinderwens tot de pubertijd.

VeiligheidNL
telefoon: 020 511 45 11
www.veiligheid.nl

Consumentenbond
www.consumentenbond.nl/veilig-slapen

Meer informatie over bekkenklachten
www.bekkenbodem4all.nl
Infolijn: 0184-641812
(ma van 9.00-12.00 en do van 13.00-16.00 uur)

Voedingscentrum
telefoon: 070 306 88 88
www.voedingscentrum.nl

Meer informatie over roken
www.rokeninfo.nl en www.ikstopnu.nl

www.deverloskundige.nl
Site van de vereniging voor verloskundige met heel veel informatie over de zwangerschap, de bevalling en de kraamtijd.

En als ik meer wil lezen?

Op internet zijn verschillende informatieve, mooie, grappige en leuke boeken te vinden over de zwangerschap, bevalling, voeding en ouderschap. Veel boeken kun je ook lenen bij de bibliotheek.



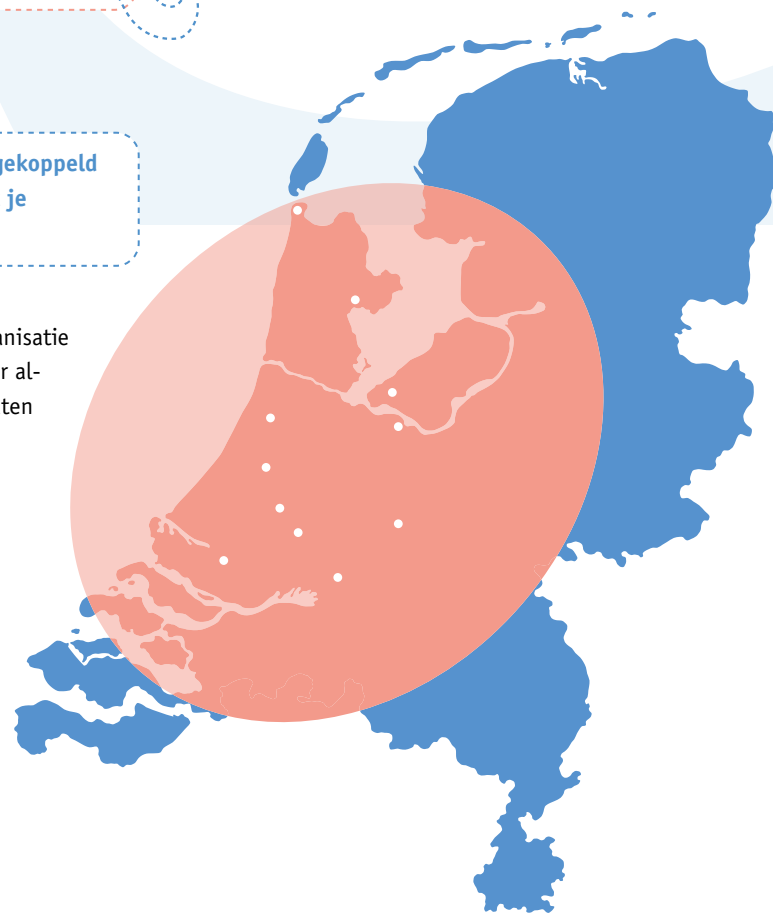
Neem voor meer informatie een kijkje op onze uitgebreide website www.kraamzorgdewaarden.nl

Onze kraamverzorgenden werken in kleine teams en zijn gekoppeld aan je verloskundigenpraktijk of werken nauw samen met je verloskundige of huisarts.

Kraamzorg de Waarden is een betrouwbare en professionele organisatie en je zult ervaren dat onze gediplomeerde kraamverzorgenden er alles aan doen om de kraamzorg zo prettig en goed mogelijk te laten verlopen en je nieuwe gezin de best mogelijke start te geven.

Kraamzorg de Waarden werkt conform de richtlijnen WHO-code en Unicef en is in het bezit van het kwaliteitscertificaat ISO/HKZ. Kraamzorg de Waarden heeft gecertificeerde lactatiekundigen in dienst voor vragen over voeding. ~~Kraamzorg de Waarden heeft met~~ alle zorgverzekeraars een overeenkomst gesloten voor het leveren van kraamzorg.

Kraamzorg de Waarden heeft vestigingen in: Almere, Alphen aan den Rijn, De Bilt, Den Helder, Gorinchem, Gouda, Hillegom, Hoorn, Huizen, Oud-Beijerland en Schoonhoven.



Kraamzorg de Waarden® / Admix/10.000/vsnr. 13-180320

Stichting Kraamzorg de Waarden Groep

Postadres: Postbus 538
2870 AH Schoonhoven
Algemeen nummer 088 130 17 17
Bevallingslijn 088 130 17 18
info@kraamzorg.org
www.kraamzorgdewaarden.nl



'Je moet er maar tegen kunnen: de onregelmatigheid en de diensten in de weekenden, nachten en feestdagen. Maar als je er tegen kan, dan bestaat er geen mooier beroep dan dit: kraamverzorgende.'



Wij zoeken collega's!

Interesse? Kijk voor meer informatie op www.werkenindekraamzorg.nl

