

# THUISBEVALLEN

Een zwangerschap brengt veel emoties met zich mee. Emoties van blijdschap en verwondering, maar ook van angst en onzekerheid. Hoe moet dat nu met de bevalling? Waar kan ik terecht met al mijn vragen? Waar vind ik de zorg die bij mijn wensen past?

Op dit moment laat 98% van alle vrouwen in België hun zwangerschap opvolgen door een gynaecoloog. Een gevolg hiervan is dat de meerderheid van alle zwangere vrouwen bevallen in het ziekenhuis. Uit onderzoek is echter gebleken dat 30% van alle zwangere vrouwen in Vlaanderen op een bepaald moment in de zwangerschap overweegt om thuis te bevallen (Gilleir, 2007). Als het ziekenhuis niet aanvoelt als de meest prettige plaats om te bevallen is thuisbevallen een zeer goede optie!

## WAT IS ER NODIG OM THUIS TE KUNNEN BEVALLEN?

De vroedvrouw of huisarts geeft een lijst mee met alle benodigdheden. De meeste dingen zijn vaak al in huis. Wat er zeker nodig is, is een kraampakket. Dit is verkrijgbaar bij de vroedvrouw.

Daarnaast brengt de vroedvrouw of huisarts een tas mee met materiaal noodzakelijk voor de bevalling en opvang van de pasgeborene.

## WAT KOST EEN THUISBEVALLING?

Een thuisbevalling wordt volledig terugbetaald door de mutualiteit.

## VOOR MEER INFORMATIE:

<http://www.vlov.be>

## BRONNEN:

- Borquez, H.A., Wieggers, T.A. (2006). *A comparison of labor and birth experiences of woman delivering in a birthing centre and at home in the Netherlands*. Midwifery, 2006 (22), 339-347
- de Jonge A., van der Goes B., Ravelli A., Amelink-Verburg M., Mol B., Nijhuis J., et al. (2009). *Perinatal mortality and morbidity in a nationwide cohort of 529 688 low-risk planned home and hospital births*. BJOG, 10.1111/j.1471
- Gilleir, C. (2007). *Thuisbevallen in Vlaanderen. Een kwestie van reflexiviteit*. Tijdschrift voor sociologie, 28 (1)Wagner, 2000;
- Lindgren, H., Hildingsson, I., Rådestad, I. (2005). *A Swedish interview study: parent's assessment of risks in home births*. Midwifery, 2006 (22), 15-22
- Longworth, L., Ratcliffe, J., Boulton, M. (2001). *Investigating women's preferences for intrapartum care: home versus hospital births*. Health and Social Care in the Community, 2001 (9), 404-413
- The Royal College of Midwives. (2002). *Position Paper 25: Home Birth*. Geraadpleegd op 20 maart 2009, op <http://www.rcm.org.uk/college/standards-and-practice/position-papers/>
- Wagner, M. (2000). *Technology in Birth: First do no harm*. Midwifery today, 2000
- *Verloskundig Vademecum 2003*. Brochure, Diemen, Commissie Verloskunde van het College voor zorgverzekeringen, 2003, 137 blz.



## WIE BEGELEIDT DE THUISBEVALLING?

**G**elukkig bestaat er in België de mogelijkheid om zelf je zorgverlener en de plaats van je bevalling te kiezen. Een thuisbevalling wordt begeleid door één of twee vroedvrouw(en), al dan niet in samenwerking met een huisarts. Wat veel mensen niet weten is dat de vroedvrouw is opgeleid om zelfstandig een natuurlijke, ongecompliceerde perinatale periode te begeleiden.

## WAAROM THUIS BEVALLEN?

**E**r zijn vier hoofdredenen voor vrouwen om thuis te willen bevallen (Lindgren, Hildingsson, Radestad, 2006):

1. De wens om de bevalling **natuurlijk en ongestoord** te laten verlopen. Bij vrouwen die kiezen voor een thuisbevalling heerst een vertrouwen in het natuurlijke geboorteproces zoals dat al duizenden jaren plaats vindt (Lindgren et al, 2006).
2. De wens om de bevalling **zelf onder controle** te hebben en **invloed** te hebben op het geboorteproces. (Lindgren et al, 2006). Thuis is er ruimte om zelf te kiezen in houding, manier van bevallen, mogelijkheid op ieder moment in bad te gaan, ... Bovendien is er de ruimte jezelf te omringen met je naasten zoals een vriendin, je moeder, je zus of je kinderen.
3. Tijdens de begeleiding in de zwangerschap bouwen de koppels **een sterke band op met hun vroedvrouw of huisarts** wat een veilig gevoel geeft. Wat belangrijk wordt gevonden is de continuïteit die een zelfde zorgverlener (vroedvrouw of huisarts) biedt tijdens het opvangen van de weeën en tijdens de bevalling (Lindgren et al, 2006).
4. **Thuis voelen in je eigen omgeving** geeft een gevoel van veiligheid en ontspanning (Longworth, Ratcliffe, Boulton, 2001).

## IS THUIS BEVALLEN VEILIG?

**J**a, verschillende onderzoeken (de Jong, 2009; Wagner, 2000; Royal College of Midwives, 2002) hebben aangetoond dat thuisbevallen voor laagrisico zwangeren net zo veilig is als bevallen in het ziekenhuis.

Hierbij moet er wel sprake zijn van:

- een goede prenatale begeleiding en de daarbij horende risicoselectie om een vrouw met eventuele complicaties door te verwijzen naar een arts
- de aanwezigheid van twee vroedvrouwen of een vroedvrouw en een huisarts
- de mogelijkheid tot transport tijdens/na de baring
- het aanwezige materiaal om een vrouw en/of neonatus met complicaties op te vangen, wat in België volgens KB 91 verplicht is.

Voor, tijdens en na de bevalling zal de vroedvrouw of huisarts alle mogelijke risico's uitsluiten door aan risicoselectie te doen. Er zijn een aantal factoren waarop gescreend wordt; als die zich voordoen wordt er doorverwezen naar het ziekenhuis.

