



Verloskundig Centrum Schiedam
Malmö 29
3124 KG Schiedam
010 307 06 87 (praktijk)
010 307 06 85 (spoed, dag en nacht bereikbaar)
info@verloskundigcentrumschiedam.nl

Regellijst

4 – 10 weken	- Bekijk op ons Youtubekanaal @Verloskundigcentrumschiedam onze vroege voorlichting - Maak een afspraak voor de vitaliteitsecho (6 – 8 weken) - Maak een afspraak voor de counseling (informatie over prenatale screening: NIPT, 13 en 20 weken echo) en lees alvast op www.pns.nl informatie hierover - Maak een afspraak voor de termijnecho (10 – 12 weken)
10 – 12 weken	- Bloedafname PSIE (zwangerschapslab) indien gewenst in combinatie met NIPT afname bij de STAR, hiervoor moet je van te voren een afspraak maken via https://www.star-shl.nl/patient/afspraak-maken/ - Maak (indien gewenst) een afspraak voor de 13 weken echo (mogelijk tussen 12+3 en 14+3) en wordt gemaakt op de praktijk - Regel (indien nodig) de erkenning via de gemeente (als je niet getrouwd/geregistreerd partner
12 – 20 weken	- Maak (indien gewenst) een afspraak voor de 20 weken echo - Schrijf je in bij een kraamzorg organisatie - Meld je kindje eventueel aan bij een kinderdagverblijf (zit snel vol!) - Denk na over waar je wil bevallen, indien je in het Geboortecentrum Sophia wil bevallen moet je hiervoor inschrijven. Bij andere ziekenhuizen is dit niet nodig. - Denk na over of je borst- of flesvoeding wil geven
20 – 26 weken	- Haal (indien gewenst) een kinkhoestvaccinatie bij het consultatiebureau. Kijk op www.22wekenprik.nl en vraag bij de verloskundige of assistente naar de envelop die je hiervoor nodig hebt - Maak (indien nodig) een afspraak bij de STAR voor een suikertest. De verloskundige zal je een verwijzing geven als je hiervoor een indicatie hebt. - Licht je werkgever in over je zwangerschap. Minimaal 3 maanden voor je uitgerekende datum.
26 - 33 weken	- Regel een kraampakket, dit kan vaak via je verzekering, soms is dit gratis. - De assistente stuurt je rond 27 weken de informatiemail over de bevalling. Kies of je een online voorlichting of een bevalcursus wil volgen. Ook is het mogelijk om de filmpjes over de bevalling via ons Youtubekanaal te bekijken. - Maak een bevalplan - Intakegesprek met de kraamzorg vindt vaak plaats rond je 30^{ste} zwangerschapsweek

33 - 42 weken

- Zorg dat je bevaltas klaar staat voor de 37^e zwangerschapsweek (zie checklist bevaltas op onze site)
- Zorg dat je bed op klossen staat voor de 37^e zwangerschapsweek
Klossen en andere handige hulpmiddelen zijn te bestellen via Medipoint
- Hang de belinstructies op je koelkast op
- Heb je al een print van je zwangerschapskaart van ons gehad? Vraag er anders om!

Kraamweek

- Maak binnen drie dagen na de geboorte een afspraak bij de gemeente voor de aangifte
- De hiepriek en gehoortest worden in Schiedam en Vlaardingen door het consultatiebureau gedaan vanaf 72u na de geboorte. De kraamzorg zal je baby hiervoor aanmelden.
- Schrijf je baby in bij de zorgverzekering nadat je het BSN hebt ontvangen.
- Regel (indien nodig) het ouderlijk gezag bij de kantonrechter
- Maak een afspraak voor de nacontrole en/of anticonceptieconsult (6/8 weken na de bevalling)