



Patiënteninformatie

Relaxatie in het water, badbevalling



AZ Turnhout heeft deze informatiefolder met de grootste zorg opgemaakt. De inhoud ervan is echter algemeen en indicatief. De folder omvat niet alle medische aspecten. Hij vervangt de raadpleging bij je zorgverlener niet. Mocht deze folder vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden bevatten dan zijn AZ Turnhout, personeel en artsen hiervoor niet aansprakelijk. Foto's in deze folder werden gegenereerd door AI.

Inhoud

Inhoud	3
Wat is een badbevalling?	4
Voordelen	5
Badbevalling in jouw geboortewensen	5
Onderzoek	5
Waarom kiezen voor een badbevalling?	6
Wanneer kan een badbevalling niet?	6
Informed consent	7

Wat is een badbevalling?

Watertherapie is een methode waarbij we water gebruiken om pijn te verlichten en verschillende medische aandoeningen te behandelen. Er zijn verschillende vormen zoals baden, douchen, compressen/doeken, en onderdompeling in water. In deze brochure hebben we het over watergeboorten en het gebruik van water (in bad) tijdens de arbeid.

Waterimmersie is het onderdompelen van het onderlichaam en de zwangere buik in een bad met warm water, tijdens de eerste fase van de arbeid. Het doel hiervan is comfort en ontspanning.

Watergeboorte of badbevalling is een bevalling waarbij de geboorte van de baby plaatsvindt in een bevalbad. De baby wordt geboren onder water.



Voordelen

Een badbevalling is een meer ontspannen manier van bevallen. De moeder zit in warm water tijdens de actieve fase van de arbeid (en indien gewenst ook tijdens de geboorte).

Voor vrouwen met een laagrisico zwangerschap kan dit een positieve bevalervaring ondersteunen. Het warme water kan pijnverzachend werken, eventuele spanning in het lichaam kan verminderen en de bewegingsvrijheid kan vergroten. Deze voordelen kunnen bijdragen aan een **gevoel van controle en comfort** tijdens de bevalling. In Vlaanderen kiezen steeds meer vrouwen voor deze optie.

Badbevalling in jouw geboortewensen

Watergeboorten zijn gericht op het bevorderen van een positieve ervaring. Het blijft evenwel belangrijk om samen met je artsen en/of vroedvrouwen je **geboortewensen** hierbij op te stellen en de voor- en nadelen van een watergeboorte te bespreken. Zowel in het ziekenhuis of bij je zelfstandige vroedvrouw kan je deze wensen opstellen.

Hoe een bevalling zal verlopen kan je niet op voorhand plannen. Het is belangrijk om te weten dat je wensen altijd kunnen wijzigen en dit is volledig normaal. Geef gaandeweg aan waar je je al dan niet (nog) goed bij voelt. Het team is er om jou te ondersteunen!

Onderzoek

De afgelopen jaren is de wetenschappelijke literatuur rond badbevallingen (onderwaterbevalling) sterk toegenomen, waardoor er meer kwalitatieve informatie beschikbaar is. Recente grote studies laten zien dat badbevallingen bij gezonde, laag-risico zwangeren over het algemeen geen verhoogde kans op ernstige complicaties voor moeder of baby geven in vergelijking met geboorten uit het water.

Waarom kiezen voor een badbevalling?

- Meer comfort en relaxatie.
- Minder pijn en angst.
- Mindere productie van adrenaline, maar wel meer endorfine en oxytocine. Hierdoor is er minder nood aan medicamenteuze interventies.
- Betere mobilisatie van je lichaam (je kiest zelf de houding waarbij je je comfortabel voelt).
- Hogere kans op een natuurlijke vaginale geboorte.
- Toegenomen gevoel van controle en eigen regie tijdens het geboorteproces.

Wanneer kan een badbevalling niet?

- Een zwangerschap, arbeid of bevalling die niet natuurlijk verloopt.
- De voorkeur uit gaat naar epidurale verdoving tijdens arbeid en bevalling.
- Na overleg met je gynaecoloog blijkt een badbevalling niet de beste optie voor jou en/of je baby.
- Je bent niet in de mogelijkheid om instructies van het team op te volgen tijdens de geboorte in het water (fysiek, psychisch,...).



Informed consent

Elke keuze/optie tijdens een bevalling kan gepaard gaan met mogelijke complicaties en of ongewenste gevolgen. Het is daarom belangrijk om deze op voorhand met de gynaecoloog te overlopen.

Je kan altijd je keuze voor een badbevalling wijzigen als je voelt dat deze niet langer de voorkeur geniet. Een mooie bevalling begint met goed geïnformeerde keuzes!

AZ Turnhout vzw

www.azturnhout.be
info@azturnhout.be
014 40 60 11



@nieuwleven_azturnhout



Campus Sint-Jozef
Steenweg op Merksplas 44
2300 Turnhout



Campus Sint-Elisabeth
Rubensstraat 166
2300 Turnhout