

# CONTROLE NA DE BEVALLING

Het kindje is geboren! Het grootste deel van de bevalling is achter de rug. Nadat de navelstreng is afgekniemd en de placenta is geboren, zijn een paar controles noodzakelijk om te kijken of moeder en kind het goed maken.



## Navelstreng

Na de geboorte is de baby nog even met je verbonden door de navelstreng, er stroomt dus nog bloed van hem/haar naar de placenta en omgekeerd. Na enkele minuten houdt dit op en is de baby in staat op eigen kracht verder te gaan. De navelstreng wordt afgekniemd en daarna doorgeknipt.

## Geboorte placenta

Nadat de baby geboren is, moet de nageboorte of placenta geboren worden. Soms gliipt de placenta met het peren vrij gemakkelijk naar buiten, maar het kan ook gebeuren dat de verloskundige met de hand moet meedrukken. In sommige gevallen wordt er een injectie gegeven om de placenta snel geboren te laten worden. Is de placenta er eenmaal, dan controleert de verloskundige of er geen stukjes in de baarmoeder zijn achtergebleven. Dit kan namelijk rubroedingen en ontstekingen tot gevolg hebben.

## DE EERSTE CONTROLE VAN DE BABY

### Aggencore

Heeft de baby de bevalling goed doorstaan en is alles in orde? Om daar achter te komen toepast de verloskundige direct na de geboorte de zogenaamde Aggencore. Dit is een test die in de jaren vijftig is ontwikkeld door de Virginia Aggar. Er wordt daarbij in het bijzonder gelet op vijf punten: de ademhaling, de spanning, de reflexen, de huidkleur en de hartslag. Voor elk onderdeel kan de baby maximaal 2 punten krijgen die vervolgens bij elkaar worden opgeteld. Scoort de baby 7 punten dan is hij/zij in orde. Heeft de baby minder dan 4 punten, dan heeft hij/zij extra hulp nodig. Na vijf minuten wordt de test bij alle baby's herhaald. De meeste scores dan hoger. Bij de score laag dan krijgt de baby extra aandacht en wordt er na 10 minuten nogmaals gekeken. In totaal kunnen er 10 punten worden gehaald. De meeste baby's halen dit ook.

## Kleur van de baby en de werking van de organen

Evenmaal uit de baarmoeder gaan de longen, lever, nieren, maag en darmen etc. zelfstandig functioneren. De kraamverzorgende observeert de baby regelmatig en kan aan de hand van bepaalde signalen nagaan of het aanpassingsproces aan het leven buiten de baarmoeder naar voren verloopt. Om de werking van de longen te controleren wordt er gekeken of de baby een gezonde kleur heeft en of hij/zij goed ademt. Sommige baby's hebben tegen het einde van de bevalling last gehad van zuurstoftekort. Hun huid zal dan een blauwviolet kleur hebben. Zodra de baby huult, komt de huid weer bij. Het functioneren van andere organen wordt gedurende de kraamdagen nauwlettend in de gaten gehouden.

## Gewicht en temperatuur

Na de bevalling wordt de baby gewogen. Een gemiddelde baby weegt ongeveer 6 à 7 pond. Ook de temperatuur wordt opgenomen. Tussen de 36,5 en 37,5 graden is normaal.

## Ontlasting

Binnen 24 uur na de geboorte zal de baby een zwarte, plakkerige ontlasting afscheiden, meconium genaamd. Dit betekent dat het maagdarmkanaal van de baby goed functioneert. Soms verlaat het meconium al tijdens de geboorte het lichaam van de baby. Het bestaat uit de afvalstoffen die de baby tijdens zijn/haar verblijf in de baarmoeder heeft verzameld. Pas na een dag of twee, drie komt de gewone ontlasting op gang.

## EERSTE CONTROLE VAN DE MOEDER

### Hechtlingen

Als je bent ingeknipt of ingescheurd, word je na de bevalling door de verloskundige of gynaecoloog gekeurd. Dit gebeurt onder een plaatselijke verdoving. De inwendige

hechtingen zijn van oplosbaar materiaal. Soms zijn de buitenste hechtingen niet oplosbaar. Die worden meestal na een week verwijderd.

### Lamentrekken baarmoeder

Nadat je bent bevallen, controleert de kraamverzorgende of de baarmoeder samentrekt door met platte vingers zovog vlak boven de navel te drukken. De kraamverzorgende controleert dit samentrekken de eerste dagen tweemaal per dag, daarna één keer per dag. De baarmoeder, die tijdens de zwangerschap heel erg is opgerekt, moet zich goed samentrekken om de bloedvaten die naar de placenta lopen af te knippen en zo veel bloedverlies te voorkomen. Het aanleggen van de baby aan de borst stimuleert het samentrekken van de baarmoeder. Zorg er ook voor dat je veel en regelmatig plast, de baarmoeder knijpt pas goed bij een lege blaas. Als het plassen pijnlijk is, doordat de urine 'bijt', spoel dan tijdens het plassen, met behulp van een plastic fles of een kistmaat, lauw water langs de vagina.

### Nuweën

Sommige vrouwen krijgen na de bevalling last van pijnlijke nuweën. Deze zorgen ervoor dat de baarmoeder weer samentrekt. Ze komen vaker voor na een tweede of volgende bevalling. Probeer de nuweën enigzins op te vangen met buik-ademhaling. Als de pijn te hevig wordt, kun je de verloskundige/huisarts om paracetamol vragen.

### Vloeien

Omdat er in de baarmoeder een wond zit op de plaats waar de placenta heeft gezeten, verlies je de eerste dagen na de bevalling flink wat bloed. Deze zogeheten kraambloed is eerst helder rood en wordt gaandeweg donkerder van kleur.

Schrik niet als er met het bloed flinke stolsels meekomen. Geef dit wel door aan de verloskundige en kraamverzorgende. Gebruik de eerste dagen speciaal kraamverband of inleguier, gewoon maandverband is niet voldoende. De kraamverzorgende kijkt regelmatig de kraamverbanden na om te zien hoeveel bloed je verliest. Je kunt tot zes weken na de bevalling licht blijven vloeien. Als je volledig borstvoeding geeft is het vloeien beduidend minder en de duur ervan korter!

### Hartslag en gezichtskleur

Hartslag en gezichtskleur zijn over het algemeen goede maatstaven voor het welbevinden. De kraamverzorgende en de verloskundige voelen regelmatig de pols en houden in de gaten of je niet onnatuurlijk bleek of rood wordt. Dit zou bijvoorbeeld kunnen duiden op overmatig bloedverlies of een infectie.

### Benen

De benen worden de eerste dagen bekeken in verband met trombose. Bij trombose vormt zich een bloedstolsel in de aderen van de benen dat de doorbloeding belemmert. De benen worden rood en opgezet, en ze voelen warm en

pijnlijk aan. Als je zelf dergelijke verschijnselen waarneemt, waarschuw dan openblikkelijk de kraamverzorgende of de verloskundige.

### De eerste slokjes...

Het eerste uur na de geboorte hebben baby's een grote zuigbehoefte. De meeste baby's geven dan ook vrij snel na de geboorte aan dat ze de borst willen. Daarom is dit het moment om de baby aan te leggen. Echter sommige baby's zijn na de geboorte slapertig en moe en hebben nog niet veel behoefte aan voeding. Als je van plan bent borstvoeding te gaan geven is het heel belangrijk dat de baby binnen het uur na de bevalling wordt aangelegd. Huid-op-huidcontact meteen na de geboorte is goed. Vanaf het gezichtspunt van borstvoeding, zijn baby's die het eerste uur meteen na de geboorte huid op-huid met hun moeder zijn gehouden, kansrijker om zonder hulp toe te happen en ze zijn kansrijker om goed toe te happen. Wanneer een baby goed hapt, is het minder waarschijnlijk dat de moeder pijnlijke tepels heeft.

### Wassen en plassen

Nadat de eerste controles zijn uitgevoerd en de baby aan de borst gezogen heeft, is het tijd voor een wasbeurt. Ben je in staat na de bevalling zelf te douchen en naar de wc te gaan, dan mag dat (na overleg met de verloskundige). Als je te verzwakt bent om te douchen, dan wast de kraamverzorgende je op bed. Ben je nog niet in staat om naar de wc te gaan, dan helpt de kraamverzorgende je op de po. Probeer in elk geval binnen zes uur na de bevalling te plassen. Soms is dit een pijnlijke onderneming in verband met scheurtjes of hechtingen. Om de bijtende pijn wat te verlichten kun je de vagina en het perineum (het gebied tussen de vagina en de anus) tijdens het plassen met lauw water spoelen. Het is van belang altijd na elke toiletgang met lauw water te spoelen.

#### Tip:

Mensen met een koortslip kunnen beter niet bij de baby op bezoek komen.

### Koortslip

Als de baby geboren is, zal de kraamwiltte al snel op de stoep staan. Het is belangrijk om er op te letten dat mensen met een actief koortslip de pasgeborene niet zemen of knuffelen. Een koortslip kan er namelijk de oorzaak van zijn dat de baby een ernstige herpesinfectie oploopt. Slechts een aanraking met een geïnfecteerde lip is voldoende voor het overdragen van het virus.

#### Tip:

De baby mag alleen worden opgepoet of aangeroken worden met schone handen.

#### Tip:

Vergeet niet de baby bij te laten schrijven op jullie ziektenotitieskaartje. Na de aangifte kun je het BSN-nummer.