

**Wanneer gaat u naar het ziekenhuis:**

Wanneer uw bevalling wordt begeleid door een verloskundige beslist deze wanneer u naar het ziekenhuis kunt gaan. Bent u voor de zwangerschap onder controle van de gynaecoloog dan neemt u zelf telefonisch contact op met het ziekenhuis.

**Wanneer neemt u contact op met het ziekenhuis:**

- Als u een uur lang weeën om de vijf minuten of vaker heeft. De bevalling kan dan begonnen zijn.
- Als u vruchtwater denkt te verliezen. Dit is vocht uit de vagina, dat u niet kunt ophouden. Vaak ruikt het zoetig en zitten er vlokjes in. Let u op de kleur, want de verpleegkundige zal u hiernaar vragen.
- Bij verlies van bloederig slijm. Dit noemen we “tekenen”.
- Bij vaginaal bloedverlies
- Regelmatige pijn aanvallen in de onderbuik of rug, waarbij de buik hard wordt.
- Voortdurende pijn in de buik.
- Als u ergens over twijfelt of ongerust bent. Zeker bij vaginaal bloedverlies, koorts of onverklaarde pijn in de buik.
- Als u de baby opvallend minder voelt bewegen dan gebruikelijk.

U belt het telefoonnummer van de verloskamers: 075 650 77 22, dan krijgt u een verpleegkundige aan de telefoon. Via dit nummer is de verpleegkundige dag en nacht te bereiken. Aarzelt u niet om te bellen, ook al is het midden in de nacht. U hoeft nooit bang te zijn dat u voor niets belt.

**Wat neemt u mee naar het ziekenhuis**

- Kleding voor de baby (minimaal 3 sets)
- Maxicosi
- Nachtkleding voor u en eventueel uw partner
- Toiletartikelen
- Steungevende (voedings) BH
- Iets om te lezen, om te ontspannen
- Frisdrank (koffie en thee krijgt u van de verpleegkundige)
- Extra versnaperingen (zoals candybars, sultana)
- Schone kleding voor als u naar huis gaat
- Badslippers en sloffen
- € 2,00 muntstuk als borg voor een rolstoel
- Kleingeld/pinpas voor de parkeerkaart
- Foto- en/of filmapparatuur (denk om extra accu/batterijen)

### **U hoeft het volgende niet mee te nemen**

- Kraampakket
- Luiers

### **Parkeren en toegankelijkheid**

Het ziekenhuis is van 7.00 uur tot 21.30 uur toegankelijk via de hoofdingang of via de parkeergarage. Vanaf 21.30 uur tot 7.00 uur is de hoofdingang gesloten en meldt u zich bij de ingang van de spoedzorg. Parkeren kan daar slechts voor een korte periode.

De afdeling verloskunde bevindt zich op de 3<sup>e</sup> verdieping (route Zuid 3.11)

Wij geven u het dringend advies om geen waardevolle spullen mee te nemen. Bij vermissing of diefstal kan het ziekenhuis niet aansprakelijk worden gesteld.

Verloskamers  
24 uur per dag bereikbaar  
Telefoon: 075 650 77 22

Algemeen  
Zaans Medisch Centrum  
Telefoon:075 650 29 11