

## WANNEER BELLEN?

Ben je nog geen 37 weken zwanger, bel ons dan altijd als je helderrood bloedverlies hebt, of als je (denkt dat je) weeën hebt of vruchtwater verliest. Tussen 37 en 42 weken zwangerschap is het normaal dat de bevalling begint. Dan mag je ook onder de begeleiding van een verloskundige bevallen, thuis of in een ziekenhuis. Voor de bevalling zich aankondigt kan het zijn dat je baarmoeder aan het voorbereiden is. Dit doet de baarmoeder door zich onregelmatig samen te trekken; zogenaamde oefenweeën. Deze oefenweeën maken je baarmoeder en baarmoedermond rijp voor de bevalling. Ze maken geen ontsluiting. Door de activiteit van je baarmoeder kan het zijn dat je de slijmprop met wat bloed verliest. Dit kan geen kwaad. Het zegt nog niets over het tijdstip van bevallen.

### Weeën

#### \* Bij een 1e kindje

Vaak beginnen je weeën onregelmatig. Na verloop van tijd merk je steeds meer regelmaat in je weeën. Wanneer je weeën 2 uur lang om de 4-5 minuten komen, 1 minuut aanhouden en ook pijnlijk zijn, dan is dat het moment om ons te bellen. Deze weeën zorgen voor de ontsluiting.

#### \*Bij een 2e of volgende kind

Als je merkt dat de weeën echt doorzetten of je herkent het van een vorige bevalling. Dit is meestal wanneer de weeën een uur lang om de 5 minuten komen.

### Breken van de vliezen (zo begint de bevalling bij ca. 10%)

Als je bevalling begint met het breken van de vliezen en het vruchtwater is mooi helder (zo helder als kraanwater tot licht wittig/roze met witte vlokjes) en je hebt nog geen weeën, dan bel je ons overdag tussen 9 uur en 22 uur. 's Nachts hoef je niet te bellen als je vliezen gebroken zijn, het vruchtwater helder is en je geen weeën hebt want wij doen dan niets. Is het vruchtwater groen, geel of bruin van kleur, dan bel je direct, ook al is het midden in de nacht. Probeer altijd wat vruchtwater op te vangen. Soms geven we je tijdens het spreekuur andere belinstructies, bijvoorbeeld als de baby nog niet goed is ingedaald.

### Bloedverlies

Als je helderrood bloed verliest, meer dan een menstruatie (een maandverband vol), of als je er buikpijn bij hebt, dan bel je ons direct. Wanneer je de slijmprop verliest kan daar ook wat helderrood bloed bij zitten. Dit betekent nog niet dat je gaat bevallen en je hoeft ons daarvoor dus niet te bellen.

### Als je ongerust bent

Bijvoorbeeld als je het kindje veel minder vaak voelt bewegen of andere klachten hebt waar je niet van weet wat je ermee moet.

**Ons spoednummer: 06 - 21 84 81 62**



Praktijk voor verloskunde

Euromarkt 11, 2408 BA

Alphen aan den Rijn  
Mail: [info@vivre-voorverloskunde.nl](mailto:info@vivre-voorverloskunde.nl)

[www.vivre-voorverloskunde.nl](http://www.vivre-voorverloskunde.nl)

Telefoon: (0172) 42 52 18

**Bij spoed: 06 21 84 81 62**

B.g.g. (070) 311 03 03  
Fax: (0172) 47 06 43

IBAN NL12 INGB 0680 9926 69

BIC INGBNL2A

KvK 273615540000

