

Min förlossningsplan

Namn: _____

Personnummer: _____

Beräknat datum för förlossning: _____

Syftet med förlossningsplanen är att ge dig möjlighet att i lugn och ro skriva ned dina funderingar inför förlossningen. Den hjälper oss att lära känna dig bidrar till att vi kan ge dig en god och personlig vård. Diskutera innehållet i förlossningsplanen med din barnmorska (MVC) och ta med dig den när det är dags att föda.

Allmänt

- Finns det något du tycker personalen bör känna till om dig för att kunna ge dig ett bra stöd och underlätta födandet?

- Har du egna erfarenheter av barnafödandet som du vill delge oss?

- Har andras berättelser påverkat din inställning till barnafödandet och i så fall hur?

- Hur kan personalen på bästa sätt stödja er under förlossningen?

Smärta

- Vilka positiva respektive negativa känslor till förlossningssmärta har du?
(Önskar du någon hjälp från personalen med att hantera din smärta?)

- Känner du dig väl informerad om vilka olika metoder som finns för att lindra din smärta med och/eller utan läkemedel?

- Vilka smärtlindringsformer tror du passar dig bäst?

Amning

- Vilka behov har du på eftervården?

- Vad har du för tankar kring amning / egna erfarenheter av amning?

- Hur kan personalen på bästa sätt stödja er i omvårdnaden av ert nyfödda barn?
