

# HOE ORGANISEER IK MIJN THUISKOMST?

Kraamafdeling

Patiënteninformatie



## Inhoudstafel

1. Inleiding .....	3
2. Hoe lang blijf ik in het ziekenhuis na de bevalling? .....	3
3. Wie doet wat in de thuiszorg? .....	4
4. Hoe bereid ik mijn thuiskomst voor? .....	5
4.1. Bij het begin van de zwangerschap .....	5
4.2. Prenatale voorbereiding .....	5
4.3. De huisarts .....	5
4.4. De vroedvrouw .....	5
4.5. Kraamzorg .....	5
4.6. De contactgegevens van mijn zorgverleners .....	6
4.7. Nuttige websites en contactgegevens .....	6
5. Wat doet de kraamverzorgende? .....	7
5.1. Hoeveel kost kraamzorg? .....	7
5.2. Praktisch .....	7
5.3. De Kraamzorgorganisaties .....	7
6. Wat doet een vroedvrouw? .....	9
6.1. Wanneer contacteer je een vroedvrouw? .....	9
6.2. Hoeveel kost de zorg van een vroedvrouw aan huis? ...	9
6.3. Contactgegevens .....	10

*Deze publicatie is een uitgave van de kraamafdeling, in samenwerking met de dienst communicatie van het Regionaal ziekenhuis Heilig Hart Leuven.*

*Datum van recentste afwerking: juni 2020*

*Alle rechten voorbehouden*

*Niets uit deze uitgave mag worden gekopieerd en/of verspreid zonder schriftelijke toestemming van de eigenaar, aan te vragen via*

*[communicatie@hhleuven.be](mailto:communicatie@hhleuven.be)*

## 1. Inleiding

Om jou, je baby en je gezin optimaal te ondersteunen na de geboorte van je baby, werken de ziekenhuizen uit Leuven, Tienen en Diest intensief samen met diverse zorgverstrekkers uit de regio die instaan voor de zorg buiten het ziekenhuis.

Wat dit voor jou betekent, lees je verder in deze folder. Heb je specifieke vragen, aarzel dan niet om deze te bespreken met je arts of vroedvrouw.

## 2. Hoe lang blijf ik in het ziekenhuis na de bevalling?

Zwangerschap en bevallen zijn natuurlijke processen. De meeste zwangerschappen en bevallingen verlopen dan ook normaal en zonder verwikkelingen.

**Na een vaginale bevalling ga je na 2 nachten naar huis, bij de geboorte van een eerste kindje zijn dat 3 nachten en na een keizersnede (sectio) verblijf je 4 nachten in het ziekenhuis.**

Indien je zwangerschap normaal verloopt en er zich geen problemen voordoen rond de bevalling of in de kraamtijd, is er geen medische reden om langer dan nodig in het ziekenhuis te blijven en kan je verder in je eigen omgeving herstellen. De nodige medische en verloskundige omkadering wordt thuis verzekerd door je huisarts, je vroedvrouw, de kraamverzorgende en Kind en Gezin.

Omwille van medische of andere redenen kan het nodig zijn dat je langer in het ziekenhuis verblijft. Dit wordt bepaald in overleg met jou en het medisch team in het ziekenhuis.

### 3. Wie doet wat in de thuiszorg?

Zwangerschap en bevallen zijn natuurlijke processen. De meeste zwangerschappen en bevallingen verlopen dan ook normaal en zonder verwikkelingen.

#### Vroedvrouw

- Huisbezoek ten laatste op de dag van thuiskomst
- Medische nazorg voor moeder en baby
- Begeleiding voeding, babyzorg, slapen
- Guthrietest (hieplrik) op derde of vierde dag
- Psychosociale ondersteuning

#### Huisarts/Kinderarts

- 7e dagsonderzoek van de baby, maak hiervoor een afspraak bij je huisarts of kinderarts

#### Kind en Gezin

- Volgt de groei en ontwikkeling van je kind
- Info en advies over gezondheid, opvoeding, veiligheid en voeding, op maat van je gezin
- Gratis bezoeken, consulten, gehoor- en oogtest

#### Kraamzorg

- Praktische hulp in het huishouden
- Hulp bij verzorging van mama en baby
- Observatie en zorg voor moeder en baby

## 4. Hoe bereid ik mijn thuiskomst voor?

### 4.1. Bij het begin van de zwangerschap

- Bespreek met je gynaecoloog/huisarts/vroedvrouw of er bezwaren zijn voor een kort verblijf.
- Registreer je bij **Kind en Gezin** voor 'Mijn Zwangerschap' via <https://mijn.kindengezin.be/>

### 4.2. Prenatale voorbereiding

- Schrijf je in voor **prenatale info-sessies**, in het ziekenhuis of bij je vroedvrouwenpraktijk zodat je goed op de hoogte bent van de verschillende mogelijkheden.

### 4.3. De huisarts

- Neem contact op met **je huisarts**. Bespreek dat je binnenkort in het ziekenhuis gaat bevallen. Vraag na of hij/zij de postnatale onderzoeken van je baby op zich kan nemen.
- Heb je nog geen vaste huisarts, neem dan contact op met een huisarts in je buurt.

### 4.4. De vroedvrouw

- Neem contact op met **een vroedvrouwenpraktijk in de thuiszorg** (adressen vind je verder in deze folder) voor een prenataal consult en voor de planning van de postnatale zorg thuis. De vroedvrouw zal met jou en je gezin kennismaken voor de bevalling en een opvolgingsdossier opstarten. Zo kan de postnatale zorg bij thuiskomst na de bevalling meteen starten.

### 4.5. Kraamzorg

- Zorg ervoor dat je gezin praktisch goed omringd wordt en dat je voldoende hulp in het huishouden krijgt. Hiervoor kan je naast familie en vrienden, beroep doen op **kraamzorg aan huis**.

- Neem voor je zesde zwangerschapsmaand contact op met een **kraamzorgdienst** (adressen vind je verder in deze folder). Kraamverzorgenden spelen in op de specifieke noden van een pas bevallen moeder, haar baby en haar gezin. Dankzij hun hulp kan je stap voor stap wennen aan de nieuwe gezinssituatie en kan je een nieuw evenwicht vinden. De prijs van kraamzorg wordt bepaald naargelang je gezinsinkomen. Heel wat ziekenfondsen of hospitalisatieverzekeringen bieden een extra tussenkomst in de kosten.

#### 4.6. De contactgegevens van mijn zorgverleners

Zorgverlener	Naam	Telefoonnummer
Huisarts		
Vroedvrouw		
Kraamzorg		
Andere		

#### 4.7. Nuttige websites en contactgegevens

- Kind en Gezin-lijn: 078/150.100 (tussen 8u en 20u)
- Vlaamse Beroepsorganisatie van Vroedvrouwen (VBOV): [www.vroedvrouwen.be](http://www.vroedvrouwen.be)
- Organisaties voor ondersteuning bij borstvoeding:
  - Belgische vereniging van Lactatiekundigen: [www.bvl-borstvoeding.be](http://www.bvl-borstvoeding.be)
  - La Leche League Vlaanderen: <https://lalecheleague.be>
  - VBBB - <https://vbbb.be>
  - Vzw Borstvoeding - <https://www.borstvoedingvzw.be>
- Huis van het Kind in jouw buurt: [www.huizenvanhetkind.be](http://www.huizenvanhetkind.be)

## 5. Wat doet de kraamverzorgende?

Kraamzorg is intensieve, kortdurende en professionele hulp die onmiddellijk na het ziekenhuisverblijf start. Speciaal opgeleide kraamverzorgenden komen je thuis ondersteunen.

De kraamverzorgende helpt bij de babyverzorging en -voeding, heeft aandacht voor de andere kinderen en neemt licht huishoudelijke taken over. Zo kan je samen met je gezin in alle rust wennen aan de nieuwe situatie.

### 5.1. Hoeveel kost kraamzorg?

De kost van kraamzorg wordt bepaald aan de hand van je gezinsinkomen. De meeste mutualiteiten betalen een deel van deze zorg terug. Ook heel wat hospitalisatieverzekeringen dekken de kost van kraamzorg. Informeer je hierover.

### 5.2. Praktisch

- Vraag kraamzorg aan, liefst voor de 6e zwangerschapsmaand
- Contacteer de kraamzorgdienst opnieuw op de dag dat je kindje geboren is. Zo kunnen zij de zorg inplannen.

### 5.3. De Kraamzorgorganisaties

Met de kraamzorgorganisaties uit onderstaand overzicht hebben de ziekenhuizen uit Leuven, Tienen en Diest een samenwerkingsovereenkomst rond de kwaliteit en continuïteit van de zorg.

**Kraamzorg door Familiehulp**

Martelarenlaan 6A, 3010 Kessel-Lo  
016/29.81.30  
[www.familiehulp.be](http://www.familiehulp.be)  
[leuven@familiehulp.be](mailto:leuven@familiehulp.be)

**Kraamzorg door Solidariteit voor het Gezin**

Afdeling Vlaams-Brabant  
Minderbroederstraat 30, 3300 Tienen  
016/78.15.10  
[www.solidariteit.be](http://www.solidariteit.be)  
[solidariteit@svhg.be](mailto:solidariteit@svhg.be)

**Kraamzorg door Landelijke Thuiszorg**

Remylaan 4b, 3018 Wijgmaal-Leuven  
0800/112.05 (gratis)  
[www.landelijkethuiszorg.be](http://www.landelijkethuiszorg.be)  
[kraamzorgleuven@ons.be](mailto:kraamzorgleuven@ons.be)

**Kraamzorg door Zorg Leuven**

Andreas Vesaliusstraat 47, 3000 Leuven  
016/55.55.55  
[www.zorgleuven.be](http://www.zorgleuven.be)  
[aanvraag@zorgleuven.be](mailto:aanvraag@zorgleuven.be)



## 6. Wat doet een vroedvrouw?

De hulp en het advies van een vroedvrouw, zowel in het ziekenhuis als thuis, is belangrijk voor de zorg voor jezelf en voor je baby.

Je kan bij de vroedvrouw terecht voor informatie en begeleiding tijdens de zwangerschap, opvolging van moeder en baby, borstvoedingsondersteuning, hulp bij babyzorg, praktische tips na de bevalling,...

Als je binnen de drie dagen na de bevalling naar huis gaat, is medische opvolging thuis een must. Ook als je langer in het ziekenhuis verblijft, kan verdere opvolging door een vroedvrouw thuis aangewezen zijn.

### 6.1. Wanneer contacteer je een vroedvrouw?

**Tijdens de zwangerschap:** Je neemt contact op met de vroedvrouw bij het begin van de zwangerschap voor een prenataal consult in de praktijk of bij jou thuis. Ook krijg je informatie over prenatale voorbereidings sessies.

**Na de bevalling:** Je contacteert je vroedvrouwenpraktijk voor je het ziekenhuis verlaat. De vroedvrouw of arts van de kraamafdeling zal je hiernaar vragen. Zodra je thuis komt, neemt de vroedvrouw thuis de zorg voor jou en je kindje over. Zij/hij werkt nauw samen met je huisarts, het ziekenhuis en Kind en Gezin.

### 6.2. Hoeveel kost de zorg van een vroedvrouw aan huis?

Voor de medische zorg door een vroedvrouw is er een tussenkomst voorzien door de ziekteverzekering. Vroedvrouwen die geconventioneerd zijn houden zich aan de wettelijke tarieven.

De bijkomende kosten zijn: een éénmalige dossierkost en verplaatsingskosten. Deze kosten kunnen variëren en zal de vroedvrouw vooraf met jou afspreken.

Heel wat hospitalisatieverzekeringen komen tussen in de kosten van de vroedvrouw. Informeer je bij je verzekeringsmaatschappij.

### 6.3. Contactgegevens

Met de vroedvrouwenpraktijken uit onderstaand overzicht hebben de ziekenhuizen uit Leuven, Tienen en Diest een samenwerkingsovereenkomst rond de kwaliteit, de organisatie en continuïteit van de zorg. Alle vroedvrouwen uit deze lijst zijn geconventioneerd.

<b>Aan 't Begin</b>	
Web	www.aantbegin.be
Wie	Hilde Lemmens (Tremelo)-0479/61.52.46, Liesje Schiffeleers (Putte)-0476/74.87.27, Els Van Den Bruel (Heist op den Berg)-0494/33.77.99, Katrien Van De Velde (Betekom)-0494/63.89.65
Waar	Aarschot, Begijnendijk, Haacht, Herselt, Heist-op-den-Berg, Hulshout, Holsbeek, Keerbergen, Rotselaar, Rijmenam, Scherpenheuvel-Zichem, Sint-Katelijne-Waver, Tremelo, Putte
<b>As-Shifaa</b>	
Web	www.vroedvrouw-as-shifaa.be
Wie	Dounia Benazzouz (Kessel-Lo), Paola van der Staak (Kessel-Lo)
Waar	Bierbeek, Herent, Leuven, Lubbeek, Tielt-Winge
<b>Bij de vroedvrouw</b>	
Web	www.bijdevroedvrouw.be
Tel	0491/88.67.52
Wie	Valerie Bosmans (Beerzel), Annelies Leysen (Beerzel), Natalie Peeters (Beerzel/Putte), Sanne Van den Broeck (Heist op den Berg)
Waar	Begijnendijk, Berlaar, Duffel, Haacht, Herselt, Heist-op-den-Berg, Hulshout, Keerbergen, Kessel, Nijlen, O.L.Vr.Waver, Putte, Ramsel, Rotselaar, Tremelo
<b>Bolle Buik</b>	
Web	www.bollebuik.be
Tel	0488/26.69.87
Wie	Alexandra Denys (Boutersem), Emma De Schutter (Tildonk), Patty Docx (Rotselaar), Britte Kanters (Leuven), Barbara Quintelier (Meerbeek), Inge Vanassche (Boutersem), Nina-

Benedicte Vansina (Huldenberg), Goedele Willems (Leuven)  
Aarschot, Begijnendijk, Bertem, Bierbeek, Boutersem, Grez-Doiceau, Haacht, Herent, Hoegaarden, Hoeilaart, Holsbeek, Huldenberg, Kampenhout, Keerbergen, Kortenberg, Leuven, Lubbeek, Oud-Heverlee, Overijse, Rotselaar, Tervuren, Tielt-Winge, Tienen, Tremelo, Beauvechain, Jodoigne, Hamme-Mille

### **De Bakermat**

Web [www.debakermat.be](http://www.debakermat.be)

Tel 016/20.77.40

Tel 0495/18.78.80 (na kantooruren)

Lotte Braem, Ankie Claes, Nathalie De Jaeck, Sara De Houwer, Megane De Keyzer, Elke Parton, Camille Smets, Maity Van Rillaer, Lotte Vanspauwen

Aarschot, Begijnendijk, Bertem, Bierbeek, Boortmeerbeek, Boutersem, Glabbeek, Haacht, Herent, Hoegaarden, Hoeilaart, Holsbeek, Huldenberg, Kampenhout, Keerbergen, Kortenberg, Leuven, Lubbeek, Oud-Heverlee, Overijse, Rotselaar, Tervuren,

Waar Tielt-Winge, Tienen, Tremelo, Zemst

### **De Koala**

Web [www.dekoala.be](http://www.dekoala.be)

Tel 0487/883.338

Ellen Camerlinck (Haacht), Elly Van Vlasselaer (Baal), Mireille Hardy (Keerbergen), Anne Bosschaert (Mechelen)

Aarschot, Begijnendijk, Bonheiden, Boortmeerbeek, Haacht, Heist-op-den-Berg, Herent, Kampenhout, Keerbergen, Mechelen, O.L.Vr.Waver, Putte, Rotselaar, Steenokkerzeel,

Waar Sint-Katelijne-Waver, Tremelo, Wijgmaal

### **De Leuvense Vroedvrouwerij**

Web [www.leuvensevroedvrouwerij.be](http://www.leuvensevroedvrouwerij.be) wacht: 016/36.21.91

Goedele Deseyn (Kessel-Lo) -0470/97.43.03, Kaatje Keppens (Leefdaal) - 0485/75.63.85, Hanne Manshoven (Lubbeek) - 0474/45.12.40, Annemie Paquay (Heverlee) - 0485/13.66.18, Martine Van Haver (Linden) - 0477/35.03.22, Els Valvekens

Wie (Kessel-Lo) - 0472/29.25.46

Aarschot, Bertem, Bierbeek, Boutersem, Herent, Holsbeek,

Waar Huldenberg, Leefdaal, Leuven, Lubbeek, Oud-Heverlee, Tielt-

Winge, Vossem

### **De Levensboom**

Tel 0495/72.97.41

Gon Balis (Duisburg)-0495/72.97.41, Laurence Mommaerts (Hoeilaart)-0479/92.34.00, Anouk Fluyt (Bertem)-

Wie 0479/92.34.00

Bertem, Elsene, Etterbeek, Evere, Hoeilaart, Huldenberg, Kraainem, Leuven, Oudergem, Overijse, Rixensart, Schaarbeek, St. Lambrechts Woluwe, St. Pieters Woluwe, Terhulpen, Tervuren, Watermaal-Bosvoorde, Wezembeek-Oppem,

Waar Zaventem

### **De Samenwerkende vroedvrouwen**

Nele Bache (Tienen)-0494/81.83.22, Elyne Pauwels (Scherpenheuvel-Zichem)- 0477/50.90.57, Martine Van Haver (Lubbeek)-0477/35.03.22, Astrid Vanweddingen (Meensel-

Wie Kiezegem)-0498/36.48.75

Aarschot, Bekkevoort, Bierbeek, Boutersem, Diest, Geebets, Glabbeek, Hannuit, Herent, Herselt, He le cine, Hulshout, Hoegaarden, Holsbeek, Jodoigne, Kortenen, Laakdal, Landen, Leefdaal, Leuven, Lincint, Linter, Lubbeek, Oud-Heverlee, Rotselaar, Tienen, Sint-Truiden, Scherpenheuvel- Zichem,

Waar Tessenderlo, Tielt-Winge, Westerlo, Wilsele

### **De Wolk**

Web [www.vroedvrouwenpraktijkdewolk.be](http://www.vroedvrouwenpraktijkdewolk.be)

Tel wacht: 0468/18.77.72

Eva Asselberghs (Tremelo), Stien Driesen (Mechelen), Nele Lemaitre (Haacht), Melissa Kemps (Landen), Mylena Natanni (Haacht), Elke Notebaert (Boortmeerbeek), Yoika Olieslagers (Willebroek), Lore Segers (Kontich), Linde Stifter (Leuven),

Wie Sylvie Vercam-men (Landen), Dorine Vincent (Veltem-Beisem)

Bertem, Bonheiden, Boortmeerbeek, Geetbets, Gingelom, Grimbergen, Haacht, Hannuit, Herent, He le cine, Hoegaarden, Kampenhout, Keerbergen, Kontich, Kortenberg, Landen, Leuven, Lincint, Linter, Machelen, Mechelen, Rotselaar, Sint-Katelijne-Waver, Sint-Truiden, Steenokkerzeel, Tienen,

Waar Tremelo, Vilvoorde , Willebroek, Zemst, Zoutleeuw

### **Geboortehuis Isis**

Web	<a href="http://www.geboortehuisisis.be">www.geboortehuisisis.be</a>
Tel	0495/30.02.99
Wie	Ariane Casteels (Glabbeek), Annemie Inion (Tienen), Annelynn Schalenbourg (Tienen/Hasselt), Miche le Van den Bergh (Tienen), Joke Van Nueten (Bost)
Waar	Boutersem, Geetbets, Glabbeek, Hoegaarden, Kortenaken, Landen, Linter, Lubbeek, Tienen, Zoutleeuw

### **Het Moederhuis**

Web	<a href="http://www.hetmoederhuis.be">www.hetmoederhuis.be</a>
Wie	Ariane Casteels (Glabbeek)-0494/792754, Hanne Manshoven (Lubbeek)-0474/45.12.40
Waar	Aarschot, Bekkevoort, Bierbeek, Boutersem, Glabbeek, Herent, Hoegaarden, Holsbeek, Kortenaken, Landen, Leuven, Linter, Lubbeek, Oud-Heverlee, Rotselaar, Tielt-Winge, Tienen

### **InTeam**

Web	<a href="http://www.inteam-vroedvrouwenpraktijk.be">www.inteam-vroedvrouwenpraktijk.be</a>
Wie	Caroline Devroe (Overijse)-0468/00.43.38, Joke Muyldermans (Hoeilaart)-0498/48.11.02, Klara Reumers (Ukkel)-0468/00.43.38
Waar	Bertem, Elsene, Etterbeek, Evere, Genval, Hoeilaart, Huldenberg, Kortenberg, Kraainem, Lasne, Oud-Heverlee, Oudergem, Overijse, Rixensart, St. Lambrechts Woluwe, St. Pie-ters Woluwe, Terhulpen, Tervuren, Ukkel, Waterloo, Waver, Wezembeek-Oppem, Za-ventem

### **Lief Leven**

Web	<a href="http://www.liefleven.be">www.liefleven.be</a> 0483 38 04 55
Wie	Julie Droogmans (Rummen), Annika Verpoorten (Tessengerlo), Sofie Vrolix (Riemst)
Waar	Bekkevoort , Beringen, Diest, Geetbets, Geel, Halen, Ham, Herentals, Herk-de-Stad, Her-selt, Houthalen-Helchteren, Kortenaken Leopoldsburg, Lummen, Mol, Scherpenheuvel-Zichem, Tessengerlo, Veerle-Laakdal, Westerlo, Wolfsdonk

### **Op de roze wolk**

Web	<a href="http://www.opderozewolk.be">www.opderozewolk.be</a> 02/8994944
-----	---

Wie Emily Bamps (Beringen), Julie Dupont (Herselt), Soetkin Fripon (Tielt-Winge), Caroline Uytterhoeven (Leefdaal), Melissa Vallons (Kortrijk-Dutsele), Tinneke Wittrockx (Aarschot)

Waar Aarschot, Begijnendijk, Bekkevoort, Beringen, Bierbeek, Boutersem, Diest, Glabbeek, Haacht, Halen, Hasselt, Herent, Herk-de-Stad, Herselt, Heusden-Zolder, Kortenaken, Kuntich, Laakdal, Leuven, Lubbeek, Lummen, Rotselaar, Scherpenheuvel-Zichem, Tessenderlo, Tielt-Winge, Tremelo

### **Solidariteit voor het Gezin**

Web [www.solidariteit.be](http://www.solidariteit.be)

Tel 0491/966107

Wie Lies Barette (Wijgmaal), Dorien Decrick (Veltem-Beisem), Felien De Moor (Herent), Martine Moaerts (Sint-Truiden)

Waar Aarschot, Bertem, Bierbeek, Boortmeerbeek, Boutersem, Diest, Geetbets, Glabbeek, Gingelom, Haacht, Halen, Herent, Herk-de-Stad, Hoegaarden, Holsbeek, Huldenberg, Kampenhout, Keerbergen, Kortenberg, Kortenaken, Landen, Leuven, Linter, Lubbeek, Lummen, Oud-Heverlee, Rotselaar, Sint-Truiden, Tervuren, Tienen, Tremelo, Zoutleeuw

### **Wit-Gele Kruis vroedvrouwenteam**

Web [www.witgelekruis.be](http://www.witgelekruis.be)

Tel 016/660 600

Wie Marthe Grauwels (Bertem), Axelle Groslot (Vilvoorde), Mieke Winters (Leuven), Nele Lemmens (Haacht), Jessica Mezzofonte (Kessel-Lo), Tiffany Guldentops (Aarschot), Anneleen Theunis (Diest), Annelies Waekens (Tienen)

Waar Aarschot, Begijnendijk, Bekkevoort, Bertem, Bierbeek, Boortmeerbeek, Boutersem, Diest, Geetbets, Glabbeek, Grimbergen, Haacht, Herent, Hoegaarden, Holsbeek, Huldenberg, Kampenhout, Kapelle o/d bos, Keerbergen, Kortenaken, Kortenberg, Kraainem, Landen, Leuven, Linter, Londerzeel, Lubbeek, Machelen, Meise, Oud-Heverlee, Overijse, Rotselaar, Steenokkerzeel, Tervuren, Tielt-Winge, Tienen, Tremelo, Vilvoorde, Wezembeek-Oppem, Zaventem, Zemst, Zoutleeuw

## **Wonderbaar**

Web	www.praktijkwonderbaar.be 0494/81.83.22
Wie	Nele Bache (Tienen/ Landen), Astrid Vanweddingen (Tielt-Winge)
Waar	Aarschot, Bekkevoort, Bierbeek, Boutersem, Diest, Geetbets, Glabbeek, Halen, Hannuit, He le cine, Hoegaarden, Holsbeek, Kortenaeken, Landen, Leuven, Lincent, Linter, Lubbeek, Rotselaar, Sint-Truiden, Tielt-Winge, Tienen, Zoutleeuw



Regionaal ziekenhuis  
Heilig Hart Leuven