

Kraamzorg

Kraamzorg is uniek in de wereld. Behalve Nederland is er geen ander land ter wereld waar vrouwen een verzorgende krijgen die hen ondersteunt tijdens het kraambed. De taken van de kraamverzorgende zijn onder andere jou en je partner leren de baby te verzorgen en zij helpt jou bij de borstvoeding. Een kraamverzorgende blijft ongeveer tot 8 dagen na de bevalling. Verblijf je de eerste dagen in het ziekenhuis dan krijg je deze zorg vanuit het ziekenhuis en zal de kraamzorg ingeschakeld worden voor de resterende dagen thuis.

Als je thuis bevalt, dan komt de kraamverzorgende al voor de bevalling naar je toe om je te begeleiden en ondersteunen. Ze assisteert de verloskundige bij de bevalling en is er om jou en je partner te ondersteunen. Na de bevalling verzorgt ze jou en de baby. Als je in het ziekenhuis bevalt, dan bel je de kraamzorgorganisatie voor je weer naar huis gaat.

Intakegesprek

Meestal komt iemand van het kraamzorgbureau tussen de 30 en de 36 weken zwangerschap bij je thuis voor een persoonlijke intake. Zij geeft je informatie en stelt vragen over jouw situatie en de gewoontes bij jullie thuis. Ook kun je persoonlijke wensen aangeven. Als je eerder bevallen bent, dan is de intake vaak telefonisch. Je ontmoet de kraamverzorgende altijd pas bij je thuisbevalling of als je uit het ziekenhuis komt. Je weet dus vooraf niet wie bij jou komt ‘kramen’.

Kraamzorg aanvragen

Je kunt je na de termijnecho al aanmelden bij de kraamzorg. Doe dat zo vroeg mogelijk, het liefst als je een week of 12 zwanger bent, maar uiterlijk in de 20e week. Zo is de kans het grootst dat je het aantal uren kraamzorg krijgt dat je nodig hebt. Het kan voorkomen dat je door drukte minder uren krijgt, bijvoorbeeld in vakantieperiodes of bij een geboortegolf. Je krijgt altijd het wettelijk minimum aan kraamzorg: 24 uur verdeeld over 8 dagen.

Hieronder een aantal kraambureaus waar we veel mee samenwerken en tevreden over zijn:

**De Kraamspecialist** **Mammae Mia**

06 411 20 440 020 640 83 37

[www.dekraamspecialist.nl](http://www.dekraamspecialist.nl) [www.mammaemia.nl](http://www.mammaemia.nl)

**De Kleine Amsterdammer** **Geboortecentrum kraamzorg**

020 670 60 60 020 685 38 98

[www.dekleineamsterdammer.nl](http://www.dekleineamsterdammer.nl) [www.geboortecentrum.nl](http://www.geboortecentrum.nl)

**ProCare Kraamzorg**  **ZIN kraamzorg**

020 760 72 80 088 77 88 588

[www.procarekraamzorg.nl](http://www.procarekraamzorg.nl) [www.zinkraamzorg.nl](http://www.zinkraamzorg.nl)

**De Kraamvogel**

088 77 88 500

[www.dekraamvogel.nl](http://www.dekraamvogel.nl)