

OVERVEJELSER INDEN HJEMMEFØDSEL

Vil du føde i vand?

Mange finder stor lindring i det varme vand. Andre kan slet ikke klare ideen om at skulle ned i et kar. Overvej, om du vil have muligheden, for at bruge et fødekar til smertelindring.

Fødselshjælpere eller ej?

Ønsker du flere hjælpere, ud over jordmoderen og en evt. partner? Overvej også, om du ønsker at have en jordmoderstuderende med til fødslen.

Skal de ældre søskende med?

Skal børnene med, eller skal de passes ude? Har børnene mulighed for at trække sig skulle de have brug for det? Husk, at hvis børnene skal med, skal der være en hjælper med, udelukkende til at se efter børnene.

Hvad med kæledyr?

Har du kæledyr er det en god ide, ligeledes at overveje om de skal være med, skal passes, eller om dyret skal opholde sig i et eget afskærmet område af hjemmet, mens fødslen står på.

Fotografering af fødslen

Ønsker du at der bliver taget billeder og film af fødslen? I tiden op til, og efter? I så fald - hvem skal tage billederne og hvilke situationer er det vigtigt for dig, bliver forevigt?

Dagens (og ugens) menu

En fordel ved hjemmefødsel er, at du selv bestemmer hvornår, og hvad du spiser. Så det er en god ide at overveje hvilket mad du ønsker at der er tilgængelig under fødslen, til fejring efter, og hvad der skal fyldes i fryseren.

Er der naboer at tage hensyn til?

Bor du i en lejlighed, hvor det er lydt, kan det være en god idé at overveje om naboerne skal informeres, f.eks. ved at hænge en seddel op i god tid inden fødslen.

Hvem tager imod barnet?

Ønsker du, at du selv eller din partner tager imod barnet, så husk at nævne det for jordmoderen.

Hvornår skal navlestrengen klippes?

De fleste jordmødre praktiserer i dag sen afnavling. Men der er forskel på hvordan man definerer det. Har du ønsker til hvornår navlestrengen klippes, og hvem der skal klippe den? Måske ønsker du en lotusfødsel?

Hvad skal ske med moderkagen?

Vil du gemme moderkagen - plante et træ ovenpå den, eller tage aftryk af den? Måske er du mest komfortabel med, at jordmoderen tager den med og skaffer den af vejen.

Rammerne for barselsbesøg

Det kan være en god ide at gøre sig tanker, om rammerne for barselsbesøg. Ofte er familie og venner meget ivrige for at se den lille ny. Er I til "fødselsdagsfejring" med det samme, eller måske mere til afmålte besøg, et par dage efter fødslen?

