



## Een fijne kraamtijd! Zomaar een dag van onze kraamverzorgende

### Wat doet een kraamverzorgende?

De geboorte van een kind is een hele gebeurtenis. Het is prettig als je tijdens de eerste dagen na de bevalling kunt rekenen op de steun van de kraamverzorgende van Arons Zorg.

Deze informatieve flyer geeft je een beeld van de werkzaamheden die onze kraamverzorgende kan uitvoeren. Op de achterzijde zie je een voorbeeld van een globale dagindeling. Uiteraard proberen wij de zorg zo veel mogelijk af te stemmen op je persoonlijke wensen en behoeften. Dat is Arons Zorg op maat!

### Zorg voor moeder en kind

De kraamverzorgende helpt met de lichamelijke verzorging van moeder en kind. Daarnaast controleert zij dagelijks bij de moeder o.a. de temperatuur, pols, vloeien, baarmoederstand, borsten en eventuele hechtingen. Bij de verzorging van de baby let de kraamverzorgende o.a. op de ontlasting, navelstomp, kleur, ademhaling en wijze van drinken. Onze kraamverzorgenden letten dus goed op het algemeen welzijn van moeder en kind.

### Huishoudelijke werkzaamheden

Naast de zorg voor moeder en kind kan de kraamverzorgende, afhankelijk van het aantal geïndiceerde uren zorg, licht huishoudelijke werkzaamheden uitvoeren. Zij zal daarmee zorg dragen voor een hygiënische leefomgeving. Onder licht huishoudelijke werkzaamheden vallen:

- Dagelijks schoonmaken van de badkamer en het toilet.
- Kraamkamer en babykamer opgeruimd en stofvrij houden, regelmatig nat afnemen en stofzuigen.
- Keuken en overige leefgedeeltes schoon houden zoals aangetroffen bij de start van het kraambed.
- Dagelijks de was bijhouden.
- Om de dag het bed in de kraamkamer en het bed van de baby verschoneren.

### Kraamzorg op maat!

Zorg op maat betekent dat wij kraamzorg bieden die zo veel mogelijk aansluit bij je persoonlijke wensen en behoeften.

Onze kraamverzorgenden zijn flexibel. In overleg kunnen zij naast de eerder genoemde lichte huishoudelijke werkzaamheden, bij nood ook andere taken doen. Denk bijvoorbeeld aan een kleine boodschap, het avondeten voorbereiden of de andere kinderen halen of brengen mits dit op loopafstand mogelijk is. Deze taken kunnen samen in overleg worden afgesproken, als er voldoende kraamzorguren beschikbaar zijn en de gezondheidstoestand van moeder en kind het toelaat.

### Voorbeeld van een dagindeling

08.30 uur:

Aankomst in het gezin. Even bijpraten, eventueel ontbijt klaarmaken en een kopje thee meedrinken. De kamer en keuken opruimen voor het oog.

08.45 uur:

Controles bij de kraamvrouw. Spullen klaarzetten voor het wassen of douchen van de kraamvrouw.

09.00 uur:

Kraamvrouw assisteren bij het wassen of douchen. Bed verschonen en opruimen.

09.30 uur:

Controles baby. De baby baden, het bedje opmaken en opruimen.

10.00 uur:

Voeden van de baby. Was in de wasmachine doen. (Fruit)hapje klaarmaken en koffie zetten. Licht huishoudelijk werk uitvoeren.

10.30 uur:

Koffie drinken. Voor de moeder een (fruit)hapje.

11.00 uur:

Licht huishoudelijk werk uitvoeren. Eventueel kraamvisite ontvangen.

12.00 uur:

Eten klaarmaken.

12.20 uur:

Samen eten met het kraamgezin.

13.00 uur:

De baby verschonen en voeden.

13.30 uur:

Rusttijd voor kraamvrouw en baby.

Dagelijks wordt het zorgdossier bijgewerkt en instructies achtergelaten voor de nacht.

Het is altijd mogelijk, ook halverwege de kraamtijd, om de taken van de kraamverzorgende te bespreken en aan te passen aan je eigen wensen en behoeften!



(073) 631 23 42  
kraamzorg@aronszorg.nl  
www.aronszorg.nl

**ARONS**  
ZORG.