

## **Pijnbestrijding**

Een bevalling is een natuurlijk proces, waarbij we vertrouwen op de kracht van je lichaam. De pijn die je hebt van weeën is niet te vergelijken met pijn van bijvoorbeeld een gebroken been of kiespijn. De weeënpijn geeft aan dat de baarmoedermond zich gaat openen. Het is goed om te beseffen dat dit nodig is voor de geboorte van je kind.

Dit kun je thuis aan de pijn doen: het is belangrijk dat je kunt ontspannen en dat je je durft over te geven aan de kracht van de weeën. Een warme douche, massage of een andere houding aannemen kan helpen. Probeer je niet te verzetten, dat verergert de pijn. Als je de pijn accepteert, helpt het je de weeën op te vangen.

Met een TENS-apparaat (te huur in onze praktijk) kan de pijn tijdens de bevalling worden verlicht. Vraag altijd begeleiding van de verloskundige als je hieraan behoefte hebt.

## **Wat als je de pijn niet meer aan kunt?**

Mocht je de pijn niet meer aankunnen, geef dat dan bij ons aan. In overleg met de gynaecoloog is pijnbestrijding bespreekbaar. Dit wordt alleen gedaan in het ziekenhuis en onder leiding van de gynaecoloog. Bij toediening van medicijnen moet en je hartslag, bloeddruk en ademhaling voortdurend worden gecontroleerd. Ook de conditie van je kind moet worden bewaakt door middel van een hartfilmpje.

In het Jeroen Bosch Ziekenhuis en Ziekenhuis Bernhoven kun je kiezen voor een ruggenprik, remifentanil-pomp of injectie met pethidine.

Meer informatie lees je [hier](#). <link invoegen> Je bent ook van harte welkom om onze groepsconsulten.