

## Bereikbaarheid:

Je kunt ons **24u per dag** bereiken op telefoonnummer: **06-28808757**.

Bij voicemail of geen bereik kun je ons bij dringende zaken of verloskundige hulp op roepen via de semafoon, tel: **06-65103465**

Je toetst dan je 10 cijferig telefoonnummer in waarop je terug gebeld wilt worden en sluit af met een hekje #. Wij ontvangen dan je telefoonnummer en bellen je binnen 10 minuten terug.

Heb je alleen wat te vragen of wil je een afspraak verzetten, dan kun je bellen tijdens het telefonisch spreekuur.

Dit is op werkdagen van **08:30u en 09:30u** ook via telefoonnummer: **06-28808757**

Soms kan het zijn dat het druk is tijdens het telefonisch spreekuur, probeer het dan 5 minuten later nogmaals.

## Wanneer moet je bellen?

### Vóór 37 weken zwangerschap:

- Bij helderrood bloedverlies
- Bij vruchtwaterverlies (of twijfel)
- Bij regelmatige weeënactiviteit (of twijfel)
- Indien je je kindje anders/minder voelt bewegen dan je gewend bent. Lees dan de folder over het leven voelen. Bij twijfel overleg dan altijd even met ons.

### Na 37 weken zwangerschap:

- Eerste kindje: langer dan één uur krachtige weeën om de 3-4minuten.
- Volgend kindje: één uur lang weeën om de 5 minuten of wanneer jij denkt dat het nodig is.
- Bij helder vruchtwaterverlies (of twijfel) en het hoofdje van je kindje zit goed ingedaald dan laat je dit overdag weten tot **22:00u** 's avonds.
- Bij vruchtwaterverlies (of twijfel) en het hoofdje van je kindje zit **niet** goed ingedaald, ga je liggen en bel je ons direct.
- Bij groen of bruin vruchtwaterverlies (of twijfel) bel je ons direct.
- Bij heel veel helderrood bloedverlies. Een beetje bloedverlies, evt. wat rozig of vermengd met slijm is normaal tijdens je bevalling.
- Bij onzekerheid of ongerustheid.

Denk tevens na 37 weken aan:

Je bed op klossen(>75cm) en de ondersteek

Een tas met spullen voor naar het ziekenhuis te gaan indien gewenst/nodig.

Voor uitgebreide informatie kun je natuurlijk alles nog eens nalezen op onze website: [www.indekempen.nl](http://www.indekempen.nl)

Met vriendelijke groeten,  
Karlijn, Lonneke & Ank