

icare

jeugdgezondheidszorg

esprja

# Huisbezoek als je zwanger bent

Samen kijken naar de mogelijkheden



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



**Zwanger zijn is een bijzondere ervaring. Je kunt vragen hebben over allerlei zaken, zoals de zwangerschap zelf, de baby of de bevalling. Soms heb je andere vragen.**

Misschien wil je weten wat je allemaal moet regelen als je baby er is? Of wat je als nieuwe ouders kan verwachten en hoe je de balans bewaart tussen het ouder, partner en jezelf zijn? Maar ook de combinatie tussen opvoeden van je kind, je werk en de opvang van je kind kan vragen met zich meebrengen. Of wanneer er andere zorgen of spanningen zijn tijdens je zwangerschap.

Het is fijn als je dit soort onderwerpen al tijdens de zwangerschap kunt bespreken met je verloskundige en de kraamzorg. En wanneer je merkt dat je hierbij nog andere hulp of ondersteuning nodig hebt, zoeken jullie samen naar mogelijkheden. Zoals bijvoorbeeld een huisbezoek door een jeugdverpleegkundige van Icare Jeugdgezondheidszorg. Zo maak je ook alvast kennis met ons. Na de bevalling kunnen wij je verder ondersteunen bij het gezond en veilig opgroeien van je kindje.

# Een huisbezoek van de jeugdverpleegkundige, hoe gaat dat eigenlijk?



## Het contact

De jeugdverpleegkundige kan bij je thuis komen. Als je dit liever niet wilt, kun je ook ergens anders afspreken. Geef dit vooral aan bij de jeugdverpleegkundige. Je kunt je partner, je moeder of iemand anders vragen om ook bij de afspraak aanwezig te zijn. Het huisbezoek is gratis. De zorg van de verloskundige en kraamzorg gaat ondertussen natuurlijk gewoon door!



## Het gesprek

Je bespreekt hoe het met jou en je gezin gaat. Je kunt je vragen stellen en eventuele zorgen delen. De jeugdverpleegkundige luistert, ondersteunt en denkt met je mee over mogelijkheden.



## En dan?

Vaak helpt het gesprek al zoveel dat je als aanstaande ouder zelf verder kunt. Als je later nog vragen hebt, kun je de jeugdverpleegkundige bellen of mailen. Soms is er meer dan één gesprek nodig. Samen maken jij en de jeugdverpleegkundige dan een plan hoe nu verder. Dan kan het zijn dat er meer hulp nodig is. De jeugdverpleegkundige helpt je bij het vinden van passende hulp en met je aan te melden.



## **Hoe meld je je aan?**

Je kunt bij de verloskundige aangeven dat je een huisbezoek van de jeugdverpleegkundige wilt. Zij kan je aanmelden bij het Icare JGZ team in jouw gemeente. De jeugdverpleegkundige neemt dan contact met je op voor het maken van een afspraak.

## **Heb je vragen?**

Je kunt je vragen stellen bij je verloskundige of bij Icare JGZ via [infojgz@icare.nl](mailto:infojgz@icare.nl) of telefoonnummer 088 - 38 33 101.

