



Förlossningsbrev

Namn & personnummer födande:

Beräknat förlossningsdatum:

Namn förälder/partner:

Namn eventuell stödperson/doula:

Viktigt att veta om mig/oss:

Ex. mående under graviditet, hälsostatus, oro/rädsor, annat som personalen bör veta.

Eventuella tidigare förlossningsupplevelser:

Om du fött barn tidigare.

Bilden av vår drömförlossning:

Beskriv visionen om allt går som ni förväntar er.

Det här är det viktigaste för oss under förlossningen:

Ex. önskemål om position under krystfas, vem tar emot bebis, bada badkar.

Strategier under födseln:

Ev. förberedelser som gjorts inför födseln, bemötande, fysisk beröring, stämning i rummet, stöd gällande viss metod (ex. Föda utan rädsla), önskemål kring sjukhusrutiner.

För att känna mig trygg behöver jag:

Ex. fysisk beröring, lugnande ord, information om hur bebisen mår.

Så här brukar jag reagera när jag blir rädd/stressad:

Ex. jag stänger mig, kan inte kommunicera, blir ledsen.

Tankar kring smärtlindring:

Ex. icke medicinsk / medicinsk samt hur dessa presenteras.

Önskemål när bebisen är född:

Ex. önskemål kring amning/flaskmatning, rutiner efter födsel, "golden hour", navelsträngen osv.

Vid oplanerad kejsarfödsel:

Specifika önskemål kring det. Alternativt samma önskemål som vid vaginal födsel.

Övrigt: