

Mitt förlossningsbrev



Namn

Personnummer

Beräknat förlossningsdatum

Drömmen

Om jag får önska skulle detta vara underbart....

Stöd

Vilken typ av stöd vill du ha? Tycker du om beröring?
Finns det några ord som hjälper dig eller som du föredrar används?

Smärtlindring

Vilken typ av smärtlindring har du tänkt dig?

Förlossningspositioner

Finns det någon position du gärna vill föda i eller inte vill föda i?

Partner

Finns det något man bör känna till för att kunna stötta din partner på bästa sätt?

Viktigt att veta

Till exempel påminna om att äta, känslig för blod osv.
Det här behöver ni veta om mig....

Rädsla/Oro

Rädd för att spricka, orolig för barnet, lång resa till graviditet, känslig för nålar, rädd för smärtan, rädd för att tappa kontrollen.

Efter

Exempelvis om du vill ha upp barnet på bröstet direkt efter födseln, om din partner vill klippa navelsträngen, om du tänkt amma.

Övrigt

Exempelvis om det finns allergier, om du är okej med att personal som är under utbildning medverkar vid födseln.

