

Ontspannen met een BirthVR-bril in het GEBOORTECENTRUM

Wat u moet weten

Dit is een samenvatting van de informatie over ontspannen met een BirthVR-bril (Virtual Reality).
Deze bril kunt u gebruiken

- tijdens uw opname op de zwangerenafdeling,
- als u een hartfilmpje krijgt,
- als de bevalling wordt ingeleid of
- als u aan het bevallen bent.

Bespreek eventuele onduidelijkheden met uw verloskundige of gynaecoloog.

Wat doet een BirthVR-bril

De BirthVR-bril is een bril met virtual reality die vrouwen helpt om te ontspannen en minder pijn te voelen tijdens de zwangerschap en alle fases van de bevalling. Door de levendige beelden en ontspannen muziek bent u minder bezig met uw omgeving. Pijn wordt hierdoor minder goed waargenomen door de hersenen.

De BirthVR-bril kan hiermee een positief effect hebben op uw beleving en de snelheid van de bevalling. Vrouwen die de BirthVR-bril gebruiken geven een lagere pijnscore aan tijdens de bevalling.

Hoe werkt de BirthVR-bril

- Vraag uw verloskundige of verpleegkundige of u de BirthVR-bril kunt gebruiken.
- U ontvangt de koffer met BirthVR-bril, de controller en de handleiding.
- Kies de module ***Ik ben zwanger*** of ***Ik ga bevallen.***

De module ***Ik ben zwanger*** bevat verschillende ontspannings-, concentratie- en ademhalingsmeditaties.

De module ***Ik ga bevallen*** bevat verschillende oefeningen gericht op verschillende fases van de bevalling. U kiest zelf een omgeving (strand, bergen, onderwater) en u laat zich begeleiden door een stem en ademhalingsanimatie. Wissel de BirthVR-bril af met een douche of bad en wissel regelmatig van houding.

Na gebruik van de BirthVR-bril ontvangt u een vragenlijst over uw ervaring.
Wij gebruiken deze informatie om deze nieuwe interventie te optimaliseren en te verbeteren.
Bij voorbaat dank voor het invullen.

Geboortecentrum IJsselland

Ons team staat 24 uur per dag voor u klaar!

Veiligheidsinstructies

- Gebruik de BirthVR-bril niet als u rond loopt.
- Gebruik de BirthVR-bril **NOOIT** in het water (douche of bad).
- Gebruik de BirthVR-bril nooit als hij aan het opladen is. Er bestaat dan kans op brand.
- Wordt u misselijk, duizelig of krijgt u hoofdpijn? Zet de BirthVR-bril dan af.
- Gebruikt u de BirthVR-bril (even) niet? Laat hem dan niet op de stand-by stand staan maar schakel hem uit. Zo verliest de BirthVR-bril geen (ongebruikte) batterijlading.
- Laat de lenzen van de BirthVR-bril NIET met direct zonlicht in aanraking komen. Dit zorgt voor permanente schade aan de BirthVR-bril.

Wanneer mag u GEEN BirthVR-bril gebruiken

Als u bekend bent met

- ernstige wagenziekte,
- epilepsie,
- claustrofobie,
- alcohol- of drugsgebruik,
- psychoses of
- gezichts- of gehoorstoornissen.

NB U kunt de BirthVR-bril wel over uw gewone bril dragen.

Meer weten?

Klik hier voor meer informatie over de mogelijkheden van de BirthVR-bril (www.birthvr.nl) of scan de QR-code.

Verder nog van belang
Deze folder ondersteunt de mondelinge informatie die u krijgt. Stel vragen als u meer wilt weten over onderzoek, operatie, gevolgen, risico's of andere behandelmogelijkheden.
Ontdek Mijn IJsselland De toegang tot uw eigen gegevens, dossier, afspraken en vragenlijsten **mijn-ijsselland** Bekijk onze korte animatie **Bekijk uw gegevens in Mijn IJsselland** Is uw kind patiënt? Vraag op **www.digid.nl** voor uw kind een eigen DigiD aan.
Persoonlijke gezondheidsomgeving (PGO) Website/app (gratis) waarop u al uw gezondheidsgegevens kunt bundelen en raadplegen **PGO**
Aanbevolen websites Betrouwbare medische informatie, aanbevolen door onze zorgverleners **aanbevolen-websites**
IJsselland Folders Al onze patiëntenfolders kunt u opzoeken en lezen in onze Folder Web App **folder app**

GEB.010D / 300623.JH

Geboortecentrum IJsselland is een samenwerkingsverband van verloskundigenpraktijken in de regio, Kraamzorg gro-up en het IJsselland Ziekenhuis

Geboortecentrum IJsselland
Prins Constantijnweg 2
2906 ZC Capelle aan den IJssel
010 - 258 5000