



יותר. בשבילך

תכנית הלידה שלי

**ברוכה הבאה לחדרי הלידה בבי"ח לנשים בבילינסון!
אנו בבי"ח לנשים רוצים להעניק לך את חוויית הלידה הטובה ביותר עבורך ועבור
התינוק שלך גם בתקופה מורכבת זו. לשם כך, נשמח אם תעני על מספר שאלות
שיסייעו לנו להתאים את עצמנו לרצונותייך, בכפוף למצב רוחך כעת.**

אנא מסרי שאלון זה למיילדת שלך בתוך חדר
הלידה. במידה ויש שאלות שאת מתלבטת לגביהן,
אל דאגה, המיילדת תשמח להסביר ולסייע לך.

כדי שנוכל ללוות אותך בדרך שתהיה מדויקת ונעימה לך – נשמח לדעת גם איך את מרגישה, ומה יכול לעזור לך בלידה עצמה.

איך אני מרגישה עכשיו?

(אפשר לסמן יותר מתשובה אחת)

- ☐ רגועה
- ☐ מתוחה
- ☐ עייפה
- ☐ פוחדת
- ☐ מבולבלת
- ☐ מתרגשת
- ☐ מרגישה לבד
- ☐ אחר: _____

מה יעזור לי להרגיש בטוחה יותר?

- ☐ הסברים מדויקים על כל שלב
- ☐ שקט ותחושת שליטה
- ☐ משפטים מחזקים/ עידוד
- ☐ לדעת מה קורה סביבי בכל רגע נתון
- ☐ מגע (ליטוף, יד, תמיכה פיזית)
- ☐ אחר: _____

בשעת אזעקה אני אשמח ש:

- ☐ שאיש צוות יהיה לידי
- ☐ שיתנו לי שקט ומרחב
- ☐ מספיק לי המלווה שלי
- ☐ שיניחו עליי יד/ ליטוף
- ☐ אחר: _____

בא לך פלייליסט קצבי - סרקי



לפלייליסט בילינשום סרקי



יחד נעבור נעבור את זה בבטחה