



# MEINE GEDANKEN ZUR GEBURT

von:

## Die Geburt

Das allgemeine Ziel unseres gesamten Kreißsaalteams im FEK ist es, Sie zu jedem Zeitpunkt der Geburt bestmöglich, sicher und kompetent zu betreuen. Jede Schwangere hat unterschiedliche Bedürfnisse und Vorstellungen und bringt andere Voraussetzungen mit.

Daher bitten wir Sie, sich im Vorfeld einige Gedanken zur Geburt zu machen und uns diese mitzuteilen. Als Anregung haben wir diesen Flyer erstellt.

Jede Geburt ist individuell. Daher können jederzeit unvorhersehbare Situationen eintreten, die von den eigenen Wünschen und Vorstellungen abweichen und besonderes Handeln erfordern.

## Begleitpersonen

Wir empfehlen wir Ihnen eine Begleitung durch eine / max. zwei vertraute Person/en.

- Ich wünsche mir eine Begleitung durch \_\_\_\_\_  
Telefonnummer: \_\_\_\_\_
- Meine Begleitperson soll möglichst die ganze Zeit anwesend sein.
- Meine Begleitperson soll den Raum verlassen bei:  
\_\_\_\_\_
- Ich wünsche keine Begleitung

## Atmosphäre

Gedämpftes Licht, Musik und ätherische Öle können zur aktiven Entspannung in den Wehenpausen beitragen und sind auf Wunsch in unserem Kreißsaal vorhanden.

- Ich lege besonderen Wert auf: \_\_\_\_\_
- Folgendes möchte ich zur Entspannung ausprobieren:



## Geburt

Unsere Kreißsäle bieten Ihnen verschiedene Bewegungsmöglichkeiten und Anreize, z. B. Sprossenwand, Pezzi-Ball, Geburtsseil, Geburtshocker, Geburtswanne. Sie können entscheiden, was Ihnen guttut und Ihre Position (aufrecht, liegend, 4-Füßler, usw.) frei wählen.

Für eine Wassergeburt benötigen Sie sowohl ein negatives Hepatitis C, als auch ein negatives HIV Ergebnis.

Ein Dammschnitt wird bei uns sehr selten durchgeführt. Nur dann, wenn es notwendig ist, um Wohlergehen von Mutter und Kind zu gewährleisten. Zur Schmerzerleichterung können wir Ihnen neben herkömmlichen Schmerzmitteln und PDA auch Alternativen, wie z. B. Aromatherapie, Entspannungsbad, Massage, warmes Körnerkissen oder Geburtskamm anbieten.



- Bitte schlagen Sie mir Geburtspositionen vor!
- Ich wünsche mir eine Wassergeburt (Gewichtsgrenze 120 kg).
- Ich lehne einen Dammschnitt grundsätzlich, mit dem Wissen möglicher Konsequenzen, ab. (Im Falle einer strikten Ablehnung vereinbaren Sie bitte einen Termin in unserer ärztlichen Geburtssprechstunde!)
- Ich bin für alternative Schmerzerleichterung offen.
- Ich gebe Bescheid, wenn ich ein Schmerzmittel wünsche und möchte nicht von Ihnen gefragt werde.
- Bitte schlagen Sie mir geeignete Schmerzmittel vor!

## Kaiserschnitt

Sollte ein Kaiserschnitt notwendig werden, so ist dieser jederzeit in unserem kreißsaal-eigenen OP möglich. Nach kurzer Versorgung des Kindes bringen wir Ihnen Ihr Baby zum ersten Kuscheln in den OP.

## Nabelschnur und Plazenta

Laut aktueller S3-Leitlinie wird empfohlen mit dem Durchtrennen der Nabelschnur mindestens eine Minute oder bis zum Auspulsieren der Nabelschnur zu warten.

Die Plazenta kann in der Klinik verworfen oder von Ihnen mit nach Hause genommen werden. Gerne entnehmen wir auch die Proben für Plazentaglobuli (Hierfür nehmen Sie bitte im Vorfeld Kontakt zu Anbietern auf und bringen die Probenröhrchen zur Geburt mit!).

- Ich möchte ein sofortiges Abnabeln, um Nabelschnurblut zu spenden oder einzulagern. (Bitte bringen Sie das Set mit zur Geburt.)
- Ich möchte mit dem Abnabeln bis zum Auspulsieren der Nabelschnur warten.
- Die Nabelschnur soll durchtrennt werden von: \_\_\_\_\_
- Die Plazenta möchte ich mit nach Hause nehmen.

## Stillen

Muttermilch ist die ideale Nahrung, sie enthält Wirkstoffe, die gegen Bakterien wirken, Entzündungen hemmen und das Immunsystem des Babys stärken. Daher empfehlen wir, auch wenn Sie nicht Stillen möchten, das Baby im KRS einmalig anzulegen.

- Ich möchte stillen.
- Ich möchte nicht stillen.

## Nach der Geburt

Auf der Wochenbettstation stehen neben den Zweibett- und einem Dreibettzimmer eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern und Familienzimmern zur Verfügung. Nach einer komplikationslosen Geburt gibt es die Möglichkeit des Kurzaufenthaltes. Wichtige Voraussetzungen dafür sind: Wochenbettbetreuung durch eine Hebamme, Kinderarzt für die U2, Hebamme oder Kinderarzt für das Stoffwechselscreening.

- Ich möchte, wenn verfügbar, ein Einzelzimmer. (Kosten 155 € pro Tag)
- Ich bevorzuge einen Kurzaufenthalt.
- Ich möchte, wenn verfügbar, ein Familienzimmer. (Kosten: 60 € pro Tag, Parkgebühren nicht inbegriffen)

## Das ist mir sonst noch wichtig:

---



---



---



---



---



---



---