

Geburtsplan

Persönlicher Geburtsplan von _____

Der Geburtsplan soll für uns eine Orientierungshilfe sein, um eine nach Ihren Wünschen gestaltete Geburt zu ermöglichen. Mit diesem Fragebogen haben Sie die Möglichkeit, uns Ihre Gedanken zur Geburt Ihres Kindes mitzuteilen.

Wer begleitet Sie zur Geburt? _____

Was könnte Ihnen helfen, sich im Kreißsaal wohl zu fühlen? (z.B. eigene Musik, Aromaöle, Kissen, ect.)

Latenzphase

Die Latenzphase ist der Zeitraum vor der eigentlichen aktiven Eröffnungsphase, die der Reifung des Mutter-mundes dient. Sie ist bei jeder Frau unterschiedlich lang und mitunter auch schmerzhaft. Das Ende der Latenz-phase ist erreicht, wenn der Muttermund ca. 4cm geöffnet ist. Da ein aktives Vorgehen in dieser Phase der Geburt nicht sinnvoll ist, verhalten wir uns abwartend, stehen Ihnen aber unterstützend zur Seite.

Was ist Ihnen wichtig? Was denken Sie, könnte Ihnen in dieser Phase helfen?

Eröffnungsphase

Uns ist es wichtig, Sie bei Ihrer Geburtsarbeit zu unterstützen. Wir können Ihnen dazu unterschiedliche Möglichkeiten anbieten, z.B. Motivation und Anleitung zur Bewegung des Beckens und Entspannung der Muskulatur, warmes Bad, Massagen mit Aromaölen, homöopathische Arzneien, bei Bedarf Schmerzmittel, Lachgas, PDA.

Was ist Ihnen wichtig in der Eröffnungsphase?

Austreibungsphase

In dieser Phase kann der Wechsel verschiedener Positionen für den Weg des Kindes durch das Becken förderlich sein. Wir unterstützen Sie, die für Sie und Ihr Kind angenehmste Gebärhaltung zu finden.

Was ist Ihnen in dieser Phase wichtig?

Nach der Geburt

Ihr Kind kommt direkt nach der Geburt nackt auf Ihre Brust, die Nabelschnur lassen wir auspulsen, bevor Sie oder Ihre Begleitperson das Neugeborene abnabeln können. Sie können jetzt Ihr Kind in Ruhe kennenlernen und stillen. Auch der Mutterkuchen wird in diesem Zeitraum geboren und eventuelle Geburtsverletzungen werden versorgt.

Was wünschen Sie sich in dieser Zeit?

Gibt es Ihrerseits Sorgen/Ängste/Panik vor der Geburt?

Ängste vor der Geburt beeinflussen den Geburtsverlauf. Daher ist es uns Hebammen ein wichtiges Anliegen, Ihre Sorgen ernst zu nehmen und mit Ihnen zu besprechen. Bitte nehmen Sie sich die Zeit, sich Gedanken über dieses Thema zu machen.

Was wünschen Sie sich für die Zeit auf der Wochenstation oder ist mit Ihrer Hebamme eine ambulante Geburt besprochen?

Vielen Dank!

Ihr Team der Geburtshilfe