



Kathleen Klein . Postanschrift:: Waldstr. 77 . 53721 Siegburg . fon 015782243654 . mail [info@hebamme-der-rote-faden.de](mailto:info@hebamme-der-rote-faden.de)

### **Vorbereitung auf die Geburt und die Zeit danach:**

- Frühzeitige Suche nach einer Hebamme (mit dem Wissen um die Schwangerschaft –wir haben Hebammenknappheit!)
- Körperliche und seelische Vorbereitung: Kurse für die Schwangere: Geburtsvorbereitung (ggf. auch Fitness, Yoga, Schwimmen)
- Kreißsaalbesichtigung –Termine stehen im Internet
- Anmeldung zur Geburt–Termin im Kreißsaal vereinbaren: Wichtige Punkte im Anmeldegespräch benennen und in den Papieren schriftlich festhalten lassen
- Vaterschafts-Sorgerechtsanerkennung bei nicht verheirateten Eltern
- Private Pflegezusatzversicherung für Kind noch in der Schwangerschaft bzw. bis drei Wochen nach der Geburt abschließen. Dies geht in diesem Zeitraum ohne Gesundheitsprüfung. Bei evt. Pflegebedürftigkeit des Kindes ist man gut finanziell abgesichert. (Versicherungsvergleich einholen)
- Ausländische Staatsangehörigkeit: erforderliche Urkunden beim Standesamt erfragen und frühzeitig besorgen für die Geburtsanmeldung des Kindes
- Nestbau–Kinderzimmer
- Kinderarzt suchen
- Alle Anträge im Vorfeld ausfüllen (z.B. Elterngeld, Elternzeit...) um nach der Geburt nur noch vervollständigen zu müssen
- Schwangerschaftskonfliktberatungsstellen: z.B: Pro Familia, Diakonie, Esperanza →Unterstützung finanziell und emotional, Hilfe bei der Erstellung von Anträgen
- Sozialhilfe, Kinderzuschlag, Wohngeld: Sozialamt der Stadt- oder Gemeindeverwaltung
- ggf. Haushaltshilfe nach SGB – V §24h beantragen (wenn es niemanden in den ersten Tagen gibt, der im Haushalt nach der Geburt unterstützt)



- Dauer des Klinikaufenthaltes klären
- Ambulante Geburt: –Siehe Hinweise unten  
Entlassung nach wenigen Stunden
- Frühentlassung: –Siehe Hinweise unten Entlassung am 1./2. Tag nach der Geburt
- Regulärer KH-Aufenthalt: Entlassung nach der U2, meist am 3.Tag nach der Geburt
- Essen auf Vorrat kochen
- Angehörige und Freunde auf Schonzeit im Wochenbett hinweisen und vorbereiten

### **Wichtige Hinweise bei ambulanter Geburt / Frühentlassung:**

- Bettruhe (nicht die Couch), körperliche Schonung / Erholung von der Geburt
- U2: hat Zeit bis zum 10.Lebenstag!
- ggf. den Kinderarzt nach Hausbesuch fragen
- Stoffwechsel-Screening kann von der Hebamme veranlasst und durchgeführt werden
- Mukoviszidose-Screening kann von der Hebamme durchgeführt werden, aber: Die ärztliche Aufklärung muss entweder noch im Krankenhaus durchgeführt werden oder bei der U2 durch den Kinderarzt. Fehlt die ärztliche Aufklärung, wird der Test nicht durchgeführt! Die gesetzliche Regelung sieht dies so vor.
- Hörscreening wird entweder vom Kinderarzt oder HNO-Arzt durchgeführt – bitte fragen Sie Ihren Kinderarzt danach
- Das Screening auf kritische angeborene Herzfehler mittels funktioneller Pulsoxymetrie soll am 2. Lebenstag erfolgen (nach der 24. bis zur 48. Lebensstunde). Im Ausnahmefall (z. B. bei ambulanter Geburt) kann das Screening frühestens nach der 4. Lebensstunde und bis spätestens zur U2 erfolgen.  
**Bitte besprechen Sie die Vorgehensweise mit Ihrem Kinderarzt, ich führe dieses Screening nicht durch.**