



Geburtsplan

Bitte beachten Sie: Der Geburtsplan soll Ihnen während der Geburtsvorbereitung helfen, sich über Ihre eigenen Wünsche klarzuwerden und Ihren Partner oder andere Begleitpersonen darüber zu informieren. Außerdem können Sie im Vorfeld mit Hebamme und Ärzten den Plan besprechen, um ein Bild darüber zu bekommen, welche Wünsche umsetzbar sind und welche nicht. Seien Sie sich aber darüber im Klaren, dass es immer zu Situationen kommen kann, in denen sich Hebamme, Ärzte und andere Geburtshelfer zu Ihrem und dem Wohl Ihres Kindes nicht danach richten können, und dass der Plan keine rechtliche Grundlage darstellt.

Begleiter

Bei der Geburt hätte ich gerne dabei:

- niemanden
- Partner: _____
- Freund/ Freundin: _____
- Hebamme: _____
- Doula: _____
- Verwandte: _____
- Kinder: _____

Der Begleiter soll:

- die ganze Zeit anwesend sein
- nur bis zur Geburt anwesend sein
- andere Wünsche: _____

Von meiner Begleitung erhoffe ich mir folgende Unterstützung:

- lediglich die Anwesenheit
- aktive Unterstützung (Massage, Stütze bei
- Geburtspositionen, ...)
- andere Wünsche: _____

Umgebung

Während der Wehen möchte ich:

- in der Wanne liegen
- im Bett liegen
- mich bewegen
- andere Wünsche: _____

Ich wünsche mir folgende Annehmlichkeiten:

- Musik
- gedämpftes Licht
- eigene Kleidung bei der Geburt
- Fotos / Video von der Geburt
- andere Wünsche: _____

Schmerzlinderung

Ich möchte Schmerzmittel erhalten:

- ja
- nein
- erst, wenn ich den Wunsch äußere

Ich möchte folgende Maßnahmen gegen Schmerzen erhalten:

- PDA
- Spinalanästhesie
- andere Wünsche: _____

Alternativ wünsche ich mir folgende Schmerzlinderung:

- TENS
- Akupunktur
- Akupressur
- warmes Bad
- angeleitetes Veratmen der Wehen
- Wärme-/Kälte-Therapie
- Massage
- Homöopathie
- andere Wünsche: _____

Geburt

Wenn es losgeht, wünsche ich mir:

- wieder nach Hause gehen zu können, wenn es doch noch dauern kann
- dass nur folgende Personen anwesend sind (z.B. Hebamme und Partner):
- nach Bedarf essen und trinken zu können
- mich nach eigenem Ermessen bewegen zu können
- keine ständige CTG-Überwachung (nach Absprache mit dem Klinikpersonal und solange es keine Komplikationen gibt)
- dass sich die Geburt nach Bedarf entwickeln kann und nicht beschleunigt wird
- andere Wünsche: _____

Die Hebamme:

- soll mich nach eigenem Ermessen unterstützen
- soll mich, solange es keine Komplikationen gibt, die Geburt nach meinem Instinkt alleine durchführen lassen
- mich unterstützen, wenn ich sie darum bitte
- andere Wünsche: _____

Ich wünsche mir folgende Entbindungsposition:

- seitlich liegend
- normal liegend
- stehend
- auf allen Vieren
- Gebärhocker
- Gebärstuhl
- Wassergeburt
- andere Wünsche: _____

Ein Dammschnitt:

- kommt für mich nicht in Frage, ich nehme dafür einen Dammriss in Kauf
- kommt möglicherweise nach Absprache in Frage
- ist für mich kein Problem

Ich wünsche mir außerdem:

- nicht grundsätzlich einen Zugang gelegt zu bekommen (nach Absprache mit dem Klinikpersonal)
- möglichst viel Ruhe
- den Kopf meines Babys berühren zu können, sobald er sichtbar ist
- mit einem Spiegel die Geburt verfolgen zu können
- dass Nabelschnurblut entnommen und gelagert wird
- andere Wünsche: _____

- Ich habe spezielle Wünsche (aufgrund von Religion, Erkrankung, ...):

Kaiserschnitt

Bei einem Kaiserschnitt wünsche ich mir:

- dass meine Begleitung dabei ist
- mein Baby so schnell wie möglich bei mir zu haben
- dass mein Baby so schnell wie möglich zu meiner Begleitung kommt
- wenn möglich nur eine örtliche Betäubung
- wenn möglich eine Vollnarkose (Sollten Sie sich eine Vollnarkose wünschen, bedenken Sie bitte, dass diese Narkoseart für Sie und Ihr Baby belastender sein kann als eine rückenmarksnahe Narkose wie die PDA. Zudem sollte Ihnen bewusst sein, dass Sie Ihr Neugeborenes erst Stunden nach der Operation zum ersten Mal sehen können. Bei einem geplanten Kaiserschnitt kann es sein, dass Ihre Wunschklinik eine Vollnarkose schon im Vorfeld ablehnt und Sie sich eine andere Geburtsklinik aussuchen oder eine andere Narkoseart wählen müssen.)
- andere Wünsche: _____

Nach der Geburt

Nach der Geburt wünsche ich mir, wenn möglich:

- dass meine Begleitung das Baby gleich auf den Arm nimmt
- dass ich mein Baby gleich in den Arm nehmen kann
- dass die Nabelschnur nicht gleich durchtrennt wird
- dass meine Begleitung die Nabelschnur durchtrennt
- ein Familienzimmer
- Untersuchungen, Baden etc. meines Babys mitzuerleben
- dass meine Begleitung immer bei dem Kind ist, sofern ich das nicht kann
- dass mein Kind, sofern es keine Komplikationen gibt, immer bei mir ist
- dass mein Kind nur bei mir ist, wenn ich wach bin
- dass mein Baby zunächst nur zum Füttern/Stillen zu mir gebracht wird
- schnellstmöglich aus dem Krankenhaus entlassen zu werden
- andere Wünsche:

Ich möchte stillen:

- ja, bitte nach einem Stillplan
- ja, mit Unterstützung
- ja, nach Bedarf
- nein
- das entscheide ich spontan

Mein Stillbaby darf außerdem bekommen:

- NICHTS, und das ist mir sehr wichtig
- Säuglingsnahrung
- Schnuller
- Tee
- andere Wünsche:

Wenn mein Baby oder ich aufgrund von Komplikationen verlegt werden müssen, wünsche ich mir Folgendes:

- dass mein Partner (oder eine andere Person) das Neugeborene begleitet
- dass ich möglichst schnell zu meinem Baby kann
- dass wir (bei Verlegung in getrennte Kliniken) baldmöglichst in die gleiche Klinik verlegt werden
- andere Wünsche: _____

Eigene Notizen

Das Onmeda-Team wünscht Ihnen alles Gute für die Geburt!