



Ich werde wahrscheinlich Kopfhörer und evtl. eine Schlafmaske tragen oder Hypnosen laut hören. Ich bin ansprechbar, möchte aber möglichst nicht abgelenkt werden. Mein/e Geburtsbegleiter/in ist über meine Wünsche informiert und darf in meinem Sinne Entscheidungen treffen. Notwendigen/hilfreichen Anweisungen folge ich sehr gerne.

Vielen Dank!

AUFNAHME

- kein Ultraschall
- kurzes CTG
- Vaginale Untersuchung in Ruhe
- kein Routine-Zugang

IM GEBURTSRAUM

- Wassergeburt
- Kommunikation bitte über meine/n Geburtsbegleiter/in
- mich nur ansprechen wenn nötig
- so wenige Interventionen wie möglich, so viele wie nötig (CTG, Untersuchungen, etc.)
- leise (Anklopfen nicht nötig)
- dunkel
- kein Dauer-CTG, Kabellos, stumm

KOMPLIKATIONEN

- Kristeller-Handgriff nur bei absolutem Notfall
- lieber Dammriss als Dammschnitt
- Hypnose während Kaiserschnitt (Kopfhörer)
- Kaisergeburt statt Kaiserschnitt

NACHGEBURTSPHASE

- Nabelschnur auspulsieren
- Zeit geben für Nachgeburt/Bonding
- keine Oxytocingabe wenn möglich
- APGAR während Bonding
- Nachversorgung: gerichtetes Licht (Baby schützen)

SCHMERZMITTEL (nur bei Bedarf)

- Wärme (Wärmflasche, Kompressen, Wanne)
- Homöopathie
- Naturheilkunde
- Aromaöl, Einreibungen
- Akupunktur
- Massage Kreuzbein
- Fußmassage
- Buscopan
-
- Tens Gerät
- Meptid
- Lachgas
- PDA

MEINE ERGÄNZUNGEN

.....

.....

.....

.....

.....