Geburtshilfe

im Alb-Donau Klinikum
Standort Blaubeuren

ALB DONAU KREIS

SICHER IN DEN BESTEN HÄNDEN

LEBEN SCHENKEN 3

BEVOR ES LOSGEHT 4

CHECKLISTE 5

ENDLICH IST ES SOWEIT
Geburt ganz individuell 6

FÜR IHRE SICHERHEIT
Ihr Baby in guten Händen
Nach der Geburt
Besuche am Wochenbett 8

BEVOR ES NACH HAUSE GEHT
Nachsorge im Krankenhaus …
… und daheim 10

RUNDUM GUT VERSORGT
Informationsveranstaltungen und
Kursangebote 11

LEBEN SCHENKEN

Ein Glück ist die Geburt eines Kindes – immer wieder einzigartig und für die werdende Mutter bzw. die Eltern ein sehr persönliches Erlebnis.

Wenn ein neues Leben heranwächst, bringt dies neben körperlichen Veränderungen und einer sehr emotionalen Lebensphase auch viele Fragen, manchmal sogar Sorgen mit sich. Um das Wunder von Schwangerschaft und Geburt jederzeit mit einem Gefühl größter Sicherheit und Geborgenheit erleben zu können, sind wir Ihr Partner. Wir begleiten und unterstützen Sie mit unseren Erfahrungen und einer hochmodernen medizinischen Betreuung. Eine sanfte, familienorientierte Geburt ist unser Anliegen, an Ihren individuellen Wünschen orientieren wir unser Handeln.

Wir wünschen Ihnen eine wundervolle Zeit der Vorbereitung und Vorfreude.

Dr. med. Ute Mayer-Weber
und das gesamte Team der Geburtshilfe

Dr. med. Martin Bäuerle

BEVOR ES LOSGEHT

Es wird eine schöne und aufregende Zeit für Sie. Wir begleiten Sie durch die Schwangerschaft und leisten Unterstützung für Ihre neue Rolle als werdende Mutter bzw. künftige Eltern.

Mit unseren speziellen Informationsangeboten, Geburtsvorbereitungskursen und Hebammensprechstunden sind Sie bestens vorbereitet.
Die Besichtigung unserer Kreißsäle und Geburtsräumlichkeiten erlaubt Ihnen darüber hinaus auch einen ganz persönlichen Eindruck vom harmonischen Wohlfühlambiente unserer Geburtshilfeabteilung. Ihre ganz persönlichen Fragen beantworten unsere Frauenärzte und Hebammen der Entbindungsstation immer gern im direkten Gespräch.

Das erfahrene Team unserer Geburtshilfe ist täglich rund um die Uhr für Sie da und garantiert Ihnen jederzeit beste medizinische Versorgung und eine ganz persönliche Betreuung.

Jetzt wird es Zeit …

Bei regelmäßigen Wehen im Abstand von 5 bis 10 Minuten, bei Blutungen oder dem Abgang von Fruchtwasser sollten Sie umgehend unsere Entbindungsstation aufsuchen. Eine Untersuchung von Mutter und Kind durch Hebammen und Frauenärzte bringt Klarheit über den Fortgang des Geburtsvorganges und entscheidet über das weitere Vorgehen.

Eine Anmeldung zur Geburt ist nicht erforderlich. Sie sind uns jederzeit herzlich willkommen! Für Fragen oder bei Unklarheiten können Sie unser Team der Geburtshilfe gern anrufen: Telefon 07344 170-6147.

CHECKLISTE

FÜR IHREN KLINIKKOFFER

- ☐ Mutterpass
- ☐ Krankenversichertenkarte
- ☐ Stammbuch oder Geburtsurkunde bzw. Heiratsurkunde und Pass bei ausländischen Mitbürgerinnen
- ☐ Pass auch bei ausländischem Vater
- ☐ Vaterschaftsanerkennung bei unverheirateten Paaren

FÜR DEN KLINIKAUFENTHALT

- ☐ bequeme T-Shirts
- ☐ kochfeste Slips
- ☐ warme Socken
- ☐ Haus- und Badeschuhe
- ☐ bequeme Kleidung (bspw. Leggins)
- ☐ mehrere Still-BHs
- ☐ persönliche Hygieneartikel (unparfümiert)
- ☐ Hand- und Waschtücher
- ☐ Kleingeld

FÜR DIE GEBURT

- ☐ Brille (keine Kontaktlinsen)
- ☐ Lieblings-CD und -Duft
- ☐ Haargummi oder -spange
- ☐ Lippenpflegestift
- ☐ Traubenzucker, erfrischende Bonbons etc.

Für die Dauer des Krankenhausaufenthaltes stellen wir Ihrem Baby Bekleidung zur Verfügung. Je nach Jahreszeit benötigen Sie für die Heimfahrt Hemdchen, Jäckchen, Strampler, Söckchen, Mütze und Kissen/Decke sowie ggf. einen Auto-Babysitz.

ENDLICH IST ES SOWEIT

So angenehm wie möglich soll Ihnen der Geburtsmoment in Erinnerung bleiben.

Für eine Atmosphäre voller Wärme und Entspannung sorgen unsere freundlichen und komfortablen Kreißsäle in hellen Pastellfarben und mit ausgesuchtem Interieur sowie aufwendiger Wandgestaltung in Spachteltechnik. Dimmbare Leuchten, ein CD-Player für Ihre Lieblingsmusik oder auch Aroma-Lampen für Ihren bevorzugten Duft unterstützen das Wohlfühlambiente und geben Ihnen auch während der Geburt selbst ein Stück individuelle Geborgenheit.

Ihr Partner möchte Sie unterstützen und ganz hautnah dabei sein? Wir begrüßen diese Entscheidung ausdrücklich und heißen ihn herzlich willkommen!

Geburt – ganz individuell

Für eine sanfte und natürliche Geburt ganz nach Ihren persönlichen Wünschen stehen Ihnen in unseren Entbindungsräumlichkeiten verschiedene Alternativen zur Verfügung: eine Geburtsbadewanne, extrabreite Entbindungsbetten oder eine Gebärinsel. Die zusätzliche Ausstattung mit Sprossenwand, Bodenmatten, Pezzi-Bällen, Gebärhocker und Geburtslianen ermöglicht Ihnen die freie Wahl für Ihre individuelle Gebärposition. Denn nur Sie entscheiden, was Ihnen gut tut!

Zur Förderung der Entspannung und des Geburtsfortschritts oder auch zur Reduzierung von Schmerzen bieten Ihnen unsere Ärzte und Hebammen herkömmliche und alternative Methoden: Ob Akupunktur oder Aromatherapie, Kinesiotaping, homöopathische Heilmittel oder medikamentöse Schmerzausschaltung – die Entscheidung liegt ausschließlich bei Ihnen. Die Periduralanästhesie (PDA) dient ebenfalls der wirksamen Schmerzlinderung und erlaubt als örtliche Betäubung im Lendenwirbelbereich eine exakte Dosierung auch für eventuelle Eingriffe während und nach der Geburt.

FÜR IHRE SICHERHEIT

Die familienorientierte, selbstbestimmte Geburtshilfe erfolgt stets unter Einbeziehung moderner medizinischer Überwachungsmethoden.

Dezent verborgen findet sich die medizintechnische Ausstattung in Wandschränken und ist als Technik im Hintergrund dennoch im Bedarfsfall jederzeit schnell zur Hand. Die Bewegungen und Herztöne Ihres Kindes sowie die Wehentätigkeit werden mittels eines kabellosen CTG-Sendegerätes kontrolliert, ohne Ihre Bewegungsfreiheit zu sehr einzuschränken. Ist ein Kaiserschnitt erforderlich, steht dafür ein gut ausgestatteter OP-Bereich zur Verfügung. Auch ein Notfall-Kaiserschnitt kann in einem der neu gestalteten Kreißsäle durchgeführt werden. Ein Ultraschallgerät steht für die eingehende Diagnose zur Verfügung; und eine mobile Erstversorgungs-Einheit garantiert jederzeit die umfassende Betreuung Ihres Babys, wenn nach der Geburt einmal Probleme auftreten sollten.

Ihr Baby in guten Händen

Direkt nach der Geburt erfolgt bei allen Neugeborenen eine Erstuntersuchung (U1) durch unsere erfahrenen Hebammen. Nötige Blutuntersuchungen, ein Stoffwechseltest und Hörscreening werden ebenfalls noch während Ihres Aufenthaltes durchgeführt. Die Vorsorgeuntersuchung (U2) sowie eventuell notwendige Hüft- und Nieren-Sonographien organisieren wir gerne für Sie.
Noch vor Ihrer Entlassung übernehmen das unsere Kinderärzte – für ein gutes Gefühl bei bester medizinischer Betreuung und Versorgung. So können Sie beruhigt in die Wochenbettzeit starten.

Nach der Geburt

Jetzt tut Erholung gut! Bei uns können Sie sich in freundlichen und hellen Zweibettzimmern mit Gartenblick erholen. Der ununterbrochene Kontakt zu Ihrem Kind – 24-Stunden-Rooming-in – ermöglicht von Anfang an eine sehr intensive Beziehung. So spürt es Ihre Liebe, Nähe und Geborgenheit.

Besteht der Wunsch, können Sie während Ihres Aufenthaltes auch unser separates Familienzimmer nutzen. Das erlaubt dem jungen Vater und ggf. auch den Geschwisterkindern schon in den ersten Lebenstagen ganz intensiv ein Zusammenleben als Familie mit dem neuen Erdenbürger. Selbstverständlich stehen Ihnen unsere Ärzte, Hebammen und das Pflegeteam auch nach der Geburt zur Seite. Ob bei der Anleitung zur Pflege Ihres Babys, zur speziellen Säuglingsernährung und bei allen Fragen des Stillens – einfühlsame Hilfe und wertvolle Tipps erleichtern Ihnen so den Übergang in ein neues Familienleben. Ihr Partner ist natürlich jederzeit herzlich willkommen.

Besuche im Wochenbett

Die Neugierde ist verständlicherweise groß. Alle wollen Ihren Familienzuwachs bewundern. Die Zeit von 9.00 – 12.00 Uhr ist ausschließlich für Väter und Geschwisterkinder reserviert. Am Nachmittag von 14.00 – 18.00 Uhr können Sie sich darüber hinaus auch über andere Besucher freuen. Mit Rücksicht auf das erforderliche Ruhebedürfnis von Mutter und Kind bitten wir jedoch, die Besuche auf unserer Wochenstation durch Familienangehörige und Freunde nur kurz zu halten und die Privatsphäre der jungen Familie zu respektieren. Für die frischgebackenen Väter und Geschwisterkinder gilt dies ausdrücklich nicht. Sie sind jederzeit herzlich willkommen und dürfen sich auch an der Pflege des Babys gern beteiligen.

Besuchszeiten
täglich 14.00 – 18.00 Uhr

BEVOR ES NACH HAUSE GEHT

Die Stillberatung ist ein Schwerpunkt unserer persönlichen Betreuung auch nach der Geburt.

Nachsorge im Krankenhaus …

Weil die Muttermilch die beste Nahrung (inklusive Abwehrschutz) für Ihr Baby ist, sich dem Nährstoffbedarf Ihres Kindes anpasst und vor allem die besonders intensive Bindung von Mutter und Kind fördert, unterstützen die Hebammen Sie schon beim ersten Anlegen des Babys unmittelbar nach der Geburt. Mit unserem freundlich gestalteten Stillzimmer haben wir für Sie zudem einen intimen Rückzugsort geschaffen, an dem Sie jederzeit ungestört die innige Verbundenheit mit Ihrem Baby genießen und den eigenen Stillrhythmus finden können.

… und daheim

Einen Anspruch auf Wochenbettbetreuung durch eine Hebamme haben Sie 12 Wochen nach der Geburt; bei Kaiserschnitt, Frühgeburt, Stillschwierigkeiten etc. auch länger. Die Hebamme Ihrer Wahl betreut Sie und Ihr Baby nach der Entlassung aus unserer Klinik auch zu Hause weiter.
Im besten Fall haben Sie sie bereits in der Schwangerschaft kennengelernt. Konnten Sie noch keine Hebamme auswählen, sind wir Ihnen gerne bei einer kurzfristigen Vermittlung behilflich.

Wenn in Ausnahmefällen das Stillen nicht möglich ist, bei Fragen zur weiteren Säuglingsernährung oder auftretenden Problemen stehen Ihnen unsere Hebammen und die Still- und Laktationsberaterin gern zur Seite.

RUNDUM GUT VERSORGT

Für die Nachbetreuung haben wir ein spezielles Programm für Sie und Ihr Baby zusammengestellt: Ob Baby-Massagekurs, Babyschwimmen oder Rückbildungsgymnastik – alle Kursangebote dienen der gesunden Entwicklung Ihres Kindes und ebenso Ihrem ganz persönlichen Wohlbefinden.

INFOVERANSTALTUNGEN

- **Informationsabend für werdende Eltern**
  jeweils erster Montag im Monat 19.00 Uhr.
  Im Anschluss können Sie die Geburtshilfestation und die Geburtsräume besichtigen.
  Keine Anmeldung erforderlich

KURSANGEBOTE

- **K-Taping Sprechstunde**
  Elternschule, dienstags 17.00 Uhr,
  keine Anmeldung erforderlich
- **Geburtsvorbereitungskurs**
  Elternschule, dienstags 18.00 Uhr,
  Anmeldung erforderlich**
- **Schwangerschaftsgymnastik**
  Termine nach Vereinbarung,
  Anmeldung erforderlich*
- **Rückbildungsgymnastik**
  montags 18.00 Uhr, mittwochs 18.30 Uhr,
  Anmeldung erforderlich*
- **Babymassage**
  Termine nach Vereinbarung,
  Anmeldung erforderlich*
- **Babyschwimmen**
  Schwimmbad im mags Fitness- und Gesundheitsstudio,
  samstags 16.00 Uhr, mittwochs 9.30 Uhr,
  Anmeldung erforderlich*
- **Aqua-Fit in der Schwangerschaft**
  Schwimmbad im mags Fitness- und Gesundheitsstudio, mittwochs 18.30 Uhr,
  Anmeldung erforderlich*
- **Hebammensprechstunde (ambulante Schwangerenbetreuung, geburtsvorbereitende Akupunktur und Ernährungsberatung)**
  dienstags ab 9.00 Uhr,
  Anmeldung erforderlich**

* Informationen, Termine und Anmeldung über unsere Geburtshilfestation, Telefon 07344 170-6147

** Informationen, Termine und Anmeldung über die Gemeinschaftspraxis Dres. med. Ute Mayer-Weber und Martin Bäuerle, Telefon 07344 96770

Familienorientierte Geburtshilfe ist uns ein besonderes Anliegen

- Den individuellen Wünschen der Eltern, insbesondere der werdenden Mutter entgegenkommen und gleichzeitig die optimale Sicherheit aber auch Geborgenheit für Mutter und Kind gewährleisten.
- So wenig Medizin wie möglich, jedoch so viel wie nötig und gewünscht einsetzen.
- Ehemänner/Partner und Angehörige – soweit es die Situation zulässt – einbeziehen.

Alb-Donau Klinikum
Standort Blaubeuren
Ulmer Straße 26
89143 Blaubeuren

Telefon 07344 170-6147
Telefax 07344 7692

www.kreiskrankenhaus-blaubeuren.de

Mitglied im CLINOTEL Krankenhausverbund

Impressum
Herausgeber: Krankenhaus GmbH Alb-Donau-Kreis, Ehingen
Gestaltung: Bertsche + Spiegel, Kommunikation und Design, Ulm