



# Mein Geburtsplan für die Geburt in der Ammerland-Klinik

Liebe Schwangere,  
liebe werdende Eltern,

unser Geburtsplan kann Ihnen dabei helfen, sich genauer mit der bevorstehenden Geburt Ihres Kindes zu befassen. Uns selbst dient der Geburtsplan dazu, Sie vorab besser kennenzulernen. Nehmen Sie sich Zeit und teilen Sie uns alle Wünsche, Erwartungen und Gedanken zu der Geburt und der ersten Zeit danach mit.

Bei weiteren Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

## Kreißsaal

T +49 4488 50-4115

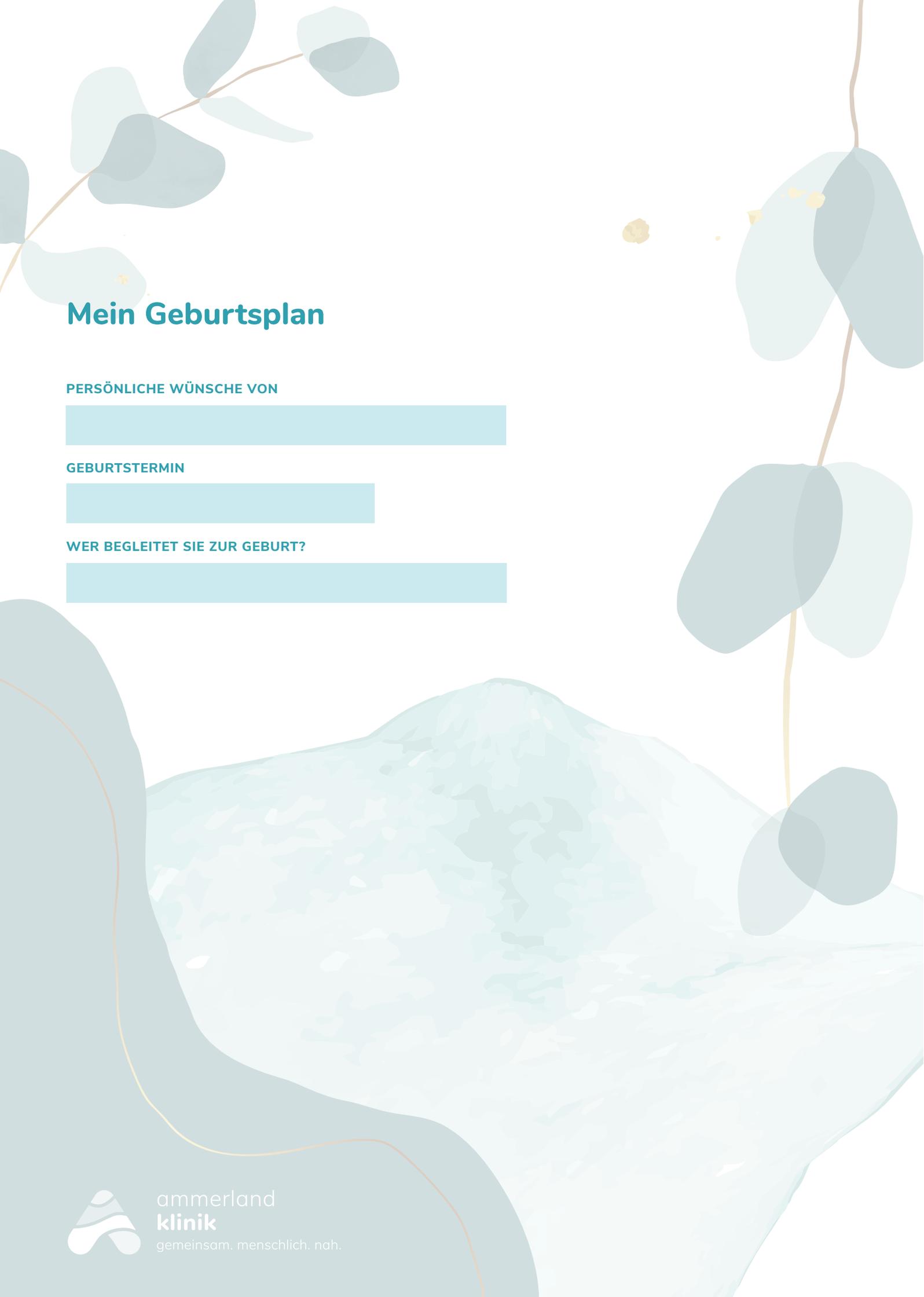
kreisssaal@ammerland-klinik.de

Oder nutzen Sie unsere **Hebammensprechstunde**, um Ihre Fragen persönlich mit einer Hebamme zu besprechen:

Die Hebammensprechstunde findet **montags von 8 bis 15 Uhr sowie donnerstags von 13 bis 15 Uhr** statt. Für Ihre Anmeldung können Sie uns Montag bis Donnerstag von 8 bis 14 Uhr unter der Telefonnummer (04488) 50-3258 erreichen.



ammerland  
**klinik**  
gemeinsam. menschlich. nah.



# Mein Geburtsplan

PERSÖNLICHE WÜNSCHE VON

GEBURTSTERMIN

WER BEGLEITET SIE ZUR GEBURT?





## Vor der Geburt

WIE GEHT ES IHNEN IN IHRER JETZIGEN SCHWANGERSCHAFT?

HABEN SIE EINEN GEBURTSVORBEREITUNGSKURS ODER ANDERE KURSE IN DER SCHWANGERSCHAFT BESUCHT (SPORTKURSE, SCHWANGERENYOGA, ...)



# Während der Geburt

WAS IST IHNEN FÜR DIE GEBURT WICHTIG?

WIE KÖNNEN WIR SIE UNTERSTÜTZEN?



# Während der Geburt

## LATENZPHASE

Die erste Phase der Geburt dient der Vorbereitung des Muttermundes bis zur Muttermundseröffnung von 4-6 cm. Die Wehen sind hier noch unregelmäßig, die Dauer der Latenzphase ist individuell. Diese Phase der Geburt bedarf keiner Intervention. Wir verhalten uns abwartend und unterstützen Sie dabei.

### WAS IST IHNEN IN DER LATENZPHASE WICHTIG?

## ERÖFFNUNGSPHASE

In der Eröffnungsphase öffnet sich Ihr Muttermund mit regelmäßiger Wehentätigkeit. Wir können Ihnen hier unterschiedliche Gebärhaltungen zeigen sowie Möglichkeiten der Wehenverarbeitung (Atmung, Bewegung, Massagen, Entspannungsbad etc.).

### WAS IST IHNEN IN DER ERÖFFNUNGSPHASE WICHTIG?

## AUSTRITTSPHASE

In der Austrittsphase ist der Muttermund vollständig eröffnet. Wir unterstützen Sie dabei, die für Sie und Ihr Kind passende Geburtsposition einzunehmen.

### WAS IST IHNEN FÜR DIE AUSTRITTSPHASE WICHTIG?


## Nach der Geburt

Wir unterstützen den ununterbrochenen Hautkontakt mit Ihrem Kind, während Sie sich kennenlernen. Die Nabelschnur wird nach dem Auspulsieren durchtrennt. Während Sie ihr Kind bonden, wird die Plazenta geboren und werden gegebenenfalls Geburtsverletzungen genäht. Nach zwei Stunden im Kreißsaal, werden Sie auf unsere Wochenbettstation verlegt.

### WAS IST IHNEN FÜR DIE ZEIT NACH DER GEBURT WICHTIG? HABEN SIE BESONDERE ANLIEGEN?

---

---

---

### MÖCHTEN SIE IHR KIND STILLEN?

Ja  Nein

### WÜNSCHEN SIE BEI VERFÜGBARKEIT EIN EINZEL- ODER FAMILIENZIMMER?

Einzelzimmer  Familienzimmer

### WÜNSCHEN SIE EINE FRÜHZEITIGE ENTLASSUNG NACH DER GEBURT?

Ja  Nein

### PLATZ FÜR WEITERE ANMERKUNGEN

---

---

---

