

# Geburtsplan

## Persönlicher Geburtsplan von

Der Geburtsplan soll eine Orientierungshilfe für Sie und die Geburtsklinik sein, um eine nach Ihren Wünschen gestaltete Geburt zu ermöglichen.

Mit diesem Fragebogen haben Sie die Gelegenheit sich noch einmal innerlich mit der Geburt Ihres Kindes zu beschäftigen.

Uns dienen Ihre persönlichen Einstellungen und Erwartungen dazu, mehr von Ihnen zu erfahren.

## Wie ist es Ihnen bisher in dieser Schwangerschaft ergangen?

## Wer begleitet Sie zur Geburt?

## Was könnte Ihnen helfen sich im Kreißsaal wohl zu fühlen?

(z. B. Eigene Musik, Aromaöle, Kissen.....)

## Latenzphase

Die Latenzphase ist die Phase vor der eigentlichen Eröffnungsperiode, die der Vorbereitung des Muttermundes dient.

Sie ist bei jeder Frau unterschiedlich lang und schmerzhaft. Da ein aktives Vorgehen in diesem Moment nicht sinnvoll ist, verhalten wir uns abwartend, stehen Ihnen aber beratend zur Seite.

## Was ist Ihnen wichtig? Was denken Sie könnte Ihnen in dieser Phase helfen?

# Geburtsplan

## Eröffnungsphase

Uns ist es wichtig, Sie bei Ihrer Geburtsarbeit zu unterstützen. Wir können Ihnen dazu unterschiedliche Möglichkeiten anbieten: z.B. Ball, Matte, Seil, warmes Bad. Bei Bedarf Schmerzmittel, PDA.

### Was ist Ihnen wichtig?

## Austreibungsphase

In dieser Phase ist der Wechsel verschiedener Positionen förderlich. Besonders aufrechte Gebärhaltungen unterstützen den Weg des Kindes durch das Becken, doch nehmen Sie immer Rücksicht auf Ihr Körpergefühl

### Was ist Ihnen in dieser Phase wichtig?

## Nach der Geburt

Das Baby kommt direkt nach der Geburt nackt auf Ihre Brust und bleibt dort eine Stunde.

### Was ist Ihnen sonst noch wichtig?

## Sonstiges

Über den Dammschnitt bin ich aufgeklärt

Ich wünsche mir, dass Nabelschnurblut entnommen wird. Das Set hierfür bringe ich mit

Ich wünsche mir bei Verfügbarkeit ein Einbettzimmer oder Familienzimmer

Ich kann mir eine frühzeitige Entlassung (nach frühestens 4 Stunden) vorstellen: