



# Informationen zur Geburt im Hebammenkreißsaal

---

Helios Klinikum Hildesheim

# Erstkontakt

---



Gerne können Sie auch unser Angebot der geburtsvorbereitenden Akupunktur in Anspruch nehmen.

Ihr Wunsch nach einer Geburt im Hebammenkreißsaal

## **Termin mit Hebamme**

Wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen, werden wir Ihnen so bald wie möglich einen Termin mit einer unserer Hebammen geben. Die Zeiten dafür sind sehr flexibel – wir sind rund um die Uhr da. Gerne können Sie die Person(en) ihres Vertrauens mitbringen.

## **Anamnese erheben**

Die Hebamme wird mit Ihnen gemeinsam über Ihre frühere und jetzige Gesundheit und den Verlauf der Schwangerschaft sprechen. Dabei wird auch Ihr Mutterpass berücksichtigt.

## **Akte anlegen**

Wir dokumentieren alle Feststellungen sowie Ihre Wünsche und Vorstellungen, so dass alles bereitliegt, wenn Sie zur Geburt kommen.

**Sie erhalten bei einem ausführlichen Beratungsgespräch auch diese (und nach Bedarf weitere) schriftliche Informationen.**

*Wenn Sie Fragen haben, rufen Sie uns gerne an.*

Im Programm der Elternschule finden Sie neben einem breiten Angebot von Kursen für Schwangere und Eltern auch Angebote unseres Hildesheimer Hebammenkreißsaal.





## Informationen über die Geburt im Hebammenkreißsaal

Wir arbeiten „interventionsarm“. Das heißt, mit so wenig Maßnahmen, Eingriffen oder Störungen des normalen Geburtsablaufs wie möglich. Unsere Hebammen arbeiten im Schichtdienst.

Unsere Ärztinnen werden nur hinzugezogen, wenn Sie es wünschen oder eine medizinische Notwendigkeit auftaucht (z.B. wenn Sie eine PDA wünschen). Qualitätsmedizin innerhalb des gesamten Versorgungsspektrums. Helios versorgt in Deutschland jährlich mehr als 5,2 Millionen Patienten, davon rund 1,3 Millionen stationär.



Routinemäßig legen wir keine Nadel („Braunüle“) in die Vene und nehmen kein Blut ab.





# Die Geburt beginnt

---

## **Status feststellen**

Wenn Sie zur Geburt kommen, werden sie von einer Hebamme begrüßt. Sie fragt genau nach, was bis jetzt passiert ist – Wehen, Fruchtwasserabgang, seit wann, wie oft ...

## **Aufnahme CTG (20–30 Minuten)**

Zur Aufnahme schreiben wir für 20–30 Minuten ein CTG, wie Sie es sehr wahrscheinlich in der Schwangerschaft schon einmal erlebt haben: eine schmerzlose Art, die Herztöne des Ungeborenen und die Kontraktionen der Gebärmutter zu messen und zu dokumentieren.

## **Anfangsbefund erheben**

Ihr Einverständnis vorausgesetzt, wird die Hebamme tasten, ob und wie weit der Muttermund geöffnet ist und wie das Baby liegt.

## **Vitalzeichen**

Der Blutdruck, Puls und die Temperatur werden gemessen.

## **Arztinfo**

Die diensthabende Ärztin wird von ihrer Anwesenheit informiert, kommt aber – sofern alle erhobenen Befunde normal waren – nicht dazu.

# Die Geburt schreitet voran

---

## Die Eröffnungsperiode

### **CTG**

Die Intervalle, in denen wir eine 20–30-minütige CTG-Aufzeichnung für sinnvoll halten, liegen bei zwei Stunden.

### **Vaginale Untersuchung**

Das Abtasten des Muttermundes wird so wenig wie nötig und nur in Absprache mit Ihnen durchgeführt; die Hebamme und Sie können das individuell nach Ermessen entscheiden.

### **Partogramm**

Wir dokumentieren den Geburtsverlauf mit Hilfe eines Vordrucks; Sie können gerne nach der Geburt eine Kopie der grafischen Darstellung als Erinnerung mitnehmen.

### **Vitalzeichen**

Alle zwei Stunden kontrolliert die Hebamme Ihren Blutdruck, die Temperatur und den Puls.

### **Essen und Trinken**

Wir empfehlen, viel zu trinken und behutsam mit dem Thema Essen umzugehen. Leichte Kost ist möglich.

### **Positionen**

Die ideale Position während der Eröffnungsphase ist aufrecht und in Bewegung. Sie entscheiden natürlich selbst, was Ihnen guttut – zum Aufstehen ermuntern werden wir Sie aber ganz sicher.

### **Schmerzmittel**

Alle unsere Hebammen haben eine zertifizierte Akupunkturausbildung, einige darüber hinaus noch Erfahrung mit Homöopathie und anderen naturheilkundlichen Therapien.

### **PDA**

Die rückenmarksnahe örtliche Betäubung kann jederzeit kurzfristig durchgeführt werden. Es gibt jedoch bei der Hebammengeburt eine Verzögerung im Vergleich zur üblichen Geburt, weil eine dazu erforderliche Bestimmung von Laborwerten erst bei der Entscheidung zur PDA angefordert wird.



## Die Austreibungsperiode

### CTG

Von jetzt an dauert es nicht mehr lange, bis das Kind da ist: Ab hier zeichnen wir die Herztöne Ihres Babys bis zur Geburt auf.

### Positionen

Auch jetzt gilt: Aufrechte Positionen erleichtern und beschleunigen die Geburt und entlasten Ihr Kind. Wenn es Ihr ausdrücklicher Wunsch ist, können Sie natürlich liegen. Aber unsere Empfehlung ist: aufrecht.

### Möglichst interventionsarm

Wir greifen auch jetzt so wenig wie möglich in die Geburt ein. Im regulären Kreißsaal wird jetzt die Ärztin gerufen. Wir ziehen jetzt eine zweite Hebamme hinzu, die sich im Hintergrund zur Verfügung hält, falls sie gebraucht wird.

### Dammschnitt

Wir schützen Ihr Gewebe so gut wie möglich vor Verletzungen. Sollte es trotzdem zu einer Verletzung kommen, näht entweder eine Hebamme, oder eine Ärztin wird hinzugezogen.

*Häufig brauchen Frauen, die sich unter der Geburt frei bewegen und Wasser und Massagen nutzen, gar keine zusätzlichen schmerzlindernden Medikamente.*

*Der intakte Damm ist nicht nur Wunsch der meisten Frauen, sondern auch das Ziel aller Hebammen.*





# Baby



Nach der Geburt





*Bitte lesen Sie die Informationen sorgfältig durch und stellen Sie uns gerne Ihre Fragen – dafür sind wir da.*

### **Auspulsieren**

Die Nabelschnur des Kindes kann, wenn Sie möchten, bis zu zehn Minuten lang auspulsieren.

### **Nabelschnur-pH**

Wir – oder, wenn Sie wollen, Sie – nabeln das Kind dann ab und nehmen ein paar Tropfen Blut, um den Sauerstoffgehalt zu messen.

### **Plazenta**

Innerhalb der ersten halben Stunde nach der Geburt sollte die Nachgeburt kommen; bei normaler Blutungsstärke ist es nicht nötig, dazu Medikamente zu geben. Sollte die Nachgeburtphase länger dauern, wird die diensthabende Ärztin hinzugezogen.

### **U1**

Die Hebamme lässt Sie nach der Geburt in aller Ruhe Ihr Kind begrüßen und hilft, falls nötig, beim ersten Anlegen. Später untersucht die Hebamme das Baby. Es wird gewogen und gemessen sowie das Untersuchungsheft ausgefüllt.

### **Augentropfen**

Es besteht die Möglichkeit, Ihrem Kind nach der Geburt antibiotische oder chemische Augentropfen zur Verhütung einer Bindehautinfektion zu geben. Ihre Hebamme gibt Ihnen zur Entscheidungshilfe weitere Informationen.

### **Vitamin K**

Zur Verhütung von Hirnblutungen sollen laut internationalen Empfehlungen alle Neugeborenen nach der Geburt, in der ersten Lebenswoche und im zweiten Lebensmonat je einmal zwei Tropfen eines Vitaminpräparates (Konakion/Vitamin K) zum Schlucken bekommen. Auch dazu bekommen Sie weitere Informationen.



# Wochenstation

---

Während Ihres Aufenthaltes in unserem Klinikum betreuen unsere kompetenten Kinderkrankenschwestern und Hebammen Sie und Ihr Baby auf der Wochenstation. Sie können von unserem Wochenbett-Team die passenden Anleitungen erhalten und ihre Fragen werden gerne beantwortet. Ihr Neugeborenes bleibt rund um die Uhr bei Ihnen. Beim Stillen und bei der Pflege Ihres Babys unterstützen Sie gerne unsere Stillberaterinnen.



Bei allen Abweichungen vom normalen Schwangerschafts-, Geburts- oder Wochenbettverlauf wird von der Hebamme eine Ärztin hinzugezogen. Das Helios Klinikum Hildesheim ist ein Perinatalzentrum der Stufe 1; das bedeutet, dass rund um die Uhr Fachärzte der Geburtshilfe und der Neugeborenenintensivmedizin (Neonatologie) anwesend sind und sofort zur Verfügung stehen, falls eine geburtshilfliche Situation das erfordert. Im Regelfall werden zur Hebammengeburt keine Ärzte hinzugezogen; die Verantwortung für die „Geburtsleitung“ liegt bei der Hebamme. Die Entscheidung, doch ärztliche Betreuung in Anspruch nehmen zu wollen, kann von der Schwangeren/Gebärenden zu jeder Zeit und ohne Angabe von Gründen getroffen werden.

### **Familienzimmer**

Gerne bieten wir Ihnen nach Verfügbarkeit unser gemütliches Familienzimmer an.  
(ca. 60 Euro pro Nacht „Hotelkosten“ für die Begleitperson).

**Ärztliche Betreuung** wird – wie während der Geburt – auch während des Aufenthalts auf der Wöchnerinnenstation nur auf Ihren Wunsch oder bei auftretenden medizinischen Indikationen geleistet.



	VOR DER GEBURT	GEBURT HAT BEGONNEN	ERÖFFNUNGSPHASE
Wie lange dauert es?		Stunden – Tage	Erstes Kind: 6–20 Stunden Zweites Kind: 2–10 Stunden
Wie sind die Wehen?	Schmerzlos	Regelschmerzen, unregelmäßig.	Regelmäßig alle 5 Minuten oder häufiger, 20–60 Sek. lang.
Essen und Trinken	Wie immer	Leichte Mahlzeiten tun gut.	Häufig Appetitlosigkeit; viel Trinken tut gut.
Überwachung	Kindsbewegungen sollten mind. 10-mal am Tag spürbar sein.	Wie vor der Geburt; sorgfältig überwachen.	Herztonüberwachung in regelmäßigen Abständen; Puls-, Blutdruck- und Temperaturkontrolle alle vier Stunden.
Was tun?		Entspannen, vielleicht spazieren gehen und Dehnungsübungen machen. Ablenken. Ausruhen.	Aufrecht und aktiv bleiben, um die Geburt zu beschleunigen und weniger Schmerzmittel zu brauchen.
Hilfreich	Geburtsbegleitung planen. Telefonlisten.	Vielleicht Begleitung und Unterstützung durch Geburtsvorbereiter(innen). Evtl. Rückenmassage.	Kontakt zur Hebamme aufnehmen.
Ausfluss	Klar oder weißlich, geruchlos.	Evtl. blutig-schleimiger Ausfluss. Abgang von Fruchtwasser.	Wie vorher; im Zweifelsfall: Hebamme fragen.
Muttermund	Geschlossen. Gebärmutterhals erhalten, dick/derb.	Weich, evtl. 1.2 cm eröffnet, Gebärmutterhals beginnt zu „verstreichen“ (dünner zu werden).	Vollständige Eröffnung bis auf 10 cm; völliges Verstreichen des Gebärmutterhalses.
Schmerzerleichterung		Baden, Bewegung; evtl. „TENS“; Massagen; Paracetamol (bis zu 1g alle 6 Stunden).	Bewegung, Massagen; Baden; Akupunktur; Homöopathie; Aromatherapie; Schmerzmittel; PDA
Wie fühlt sich das an?		Eventuell aufgeregt; Ruhe bewahren.	Anstrengende Zeit, zum Ende vielleicht Mutlosigkeit – aber dann ist es bald geschafft. Die Hebamme hilft.



	AUSTREIBUNGSPHASE	NACHGEBURTSPHASE	NACH DER GEBURT
Wie lange dauert es?	Erstes Kind: 1–2 Stunden Folgende Geburten: 10 Min–1 Stunde	20 Minuten bis 1 Stunde Mit Injektion 5–15 Minuten	
Wie sind die Wehen?	Sehr stark und häufig, mit Drang zum Mit-Drücken		Nachwehen in den ersten Tagen.
Essen und Trinken	Nippen von Flüssigkeit hilft gegentrockene Lippen	Kaum schmerzhaft	Das erste Essen wird ein Fest!
Überwachung	Kontinuierliches CTG		2 Stunden im Kreißsaal mit Puls, Blutdruck; und die erste Untersuchung für das neue Kind.
Was tun?	Bewegung und aufrechte Positionen bringen das Baby voran		Ausruhen, Stillen, Genießen.
Hilfreich	Hebamme und Partner sind da – sie helfen und ermutigen	Aufrechte Haltung kann hilfreich sein.	Was auch immer Sie jetzt wünschen.
Ausfluss	Fruchtwasser	Etwas Blut	Wie eine starke Regelblutung.
Muttermund	Völlig geöffnet		Schließt sich nach der Geburt der Plazenta wieder.
Schmerzerleichterung			Paracetamol gegen die Nachwehen möglich.
Wie fühlt sich das an?	Sehr konzentrierte Geburtsarbeit; anstrengend.	Große Erleichterung mit Kind im Arm.	Stolz, froh, erleichtert, glücklich ... herzlichen Glückwunsch!

# Notizen

—

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





## Helios Klinikum Hildesheim

---

Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe  
Senator-Braun-Allee 33  
31135 Hildesheim  
Telefon: (05121) 89-0  
E-Mail: [kreisssaal.hildesheim@helios-gesundheit.de](mailto:kreisssaal.hildesheim@helios-gesundheit.de)  
[www.helios-gesundheit.de/hildesheim](http://www.helios-gesundheit.de/hildesheim)

Telefon Kreißsaal: (05121) 894-5392  
Fax Kreißsaal: (05121) 894-5395  
Telefon Pränataldiagnostik: (05121) 894-5392  
Telefon Stillambulanz: (05121) 894-5391  
Telefon Elternschule: (05121) 894-3939  
E-Mail: [elternschule.hildesheim@helios-gesundheit.de](mailto:elternschule.hildesheim@helios-gesundheit.de)

IMPRESSUM  
Helios Klinikum Hildesheim  
Senator-Braun-Allee 33, 31135 Hildesheim