

Merkblatt Praxisgeburt

1 Einführung

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sind keine Krankheit, sondern ein ganz besonderer Umstand im Leben einer Frau

In dieser Zeit brauchen Frauen kompetente, liebevolle, wertschätzende und individuelle Begleitung, die Angst vermeidet, Normalität erhält und Selbstbestimmung ermöglicht. Die Möglichkeit, früh in der Schwangerschaft mit einer Hebamme Kontakt aufzunehmen unterstützt diesen Prozess und bietet Frauen die Chance, Vertrauen in ihren Körper zu gewinnen, ein Kind gesund zu tragen und aus eigener Kraft zu gebären.

Vertrauen schafft Sicherheit

Die kontinuierliche Begleitung während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett schafft eine Vertrauensbasis zwischen Frau und Hebamme. Wir bieten jeder Frau entsprechend ihren Bedürfnissen eine individuelle Betreuung. Wir tun das unsere, um Sie zu unterstützen und begleiten sie auf dem von ihr selbst gewählten Weg.

Wir legen großen Wert auf eine frauen- und babyfreundliche Betreuung

Ähnlich wie in einem Geburtshaus, haben wir ein Geburtszimmer für Frauen und Familien eingerichtet – eine gute Alternative für Frauen, die nicht zu Hause gebären können oder wollen, sich aber dennoch eine heimelige Atmosphäre für die Geburt wünschen. Auch hier werden sie von ihrer vertrauten Hebamme geburtshilflich unterstützt. In der ruhigen und freundlichen Umgebung können Frauen ihr Kind in ihrem eigenen Rhythmus zur Welt bringen.

2 Voraussetzungen für eine Praxisgeburt

Nur gesunde Frauen, welche ein gesundes Kind erwarten, sogenannte „Low-risk“ Schwangere dürfen außerklinisch gebären. Dazu haben wir Richtlinien aufgestellt, die wir beim ersten Termin mit Ihnen besprechen. Besprechen Sie ihr Vorhaben, in der Praxis zu gebären zusätzlich mit Ihrer Fachärztin/ ihrem Facharzt und hören Sie sich ihre/ seine Meinung dazu an.

Geburtsvorbereitungskurs

Bereiten Sie sich gemeinsam mit Ihrem Partner auf die Geburt vor! Wir wünschen uns, dass Sie einen Geburtsvorbereitungskurs bei uns in der Praxis besuchen, nicht weil wir denken, dass Kurse von anderen Anbietern schlechter wären, sondern weil die Kurse bei uns auch besondere Aspekte zur Praxisgeburt beinhalten. Zusätzlich empfehlen wir die Teilnahme an der Schwangerschaftsgymnastik, hier bereiten Sie sich körperlich auf die Geburt vor und lernen zusätzlich das Hebammenteam besser kennen und werden mit der Umgebung vertraut, in der Ihr Kind zur Welt kommen wird.

Einbeziehung des Partners

Es ist uns wichtig, dass Sie während der Geburt zusätzlich eine vertraute Person an Ihrer Seite haben. Dies ist zwar nicht zwingend notwendig, wird aber von uns als eine wertvolle Bereicherung gesehen. Sprechen Sie mit Ihrem Partner während der Schwangerschaft darüber und bereiten Sie sich gemeinsam auf dieses Ereignis vor. Sollte Ihr Partner aus irgendeinem Grund nicht bei der Geburt anwesend sein können oder wollen, suchen Sie sich frühzeitig eine andere Bezugsperson, die sie schon während der Schwangerschaft in die Vorbereitung mit einbeziehen.

3 Termine in der Schwangerschaft

WANN	WER	WAS
18.-22.SSW	1. Hebamme	MKP Beratung
23.-26.SSW	2. Hebamme	Anmeldung, Teil 1, Vorsorge
27.-30.SSW	3. Hebamme	Anmeldung, Teil 2, Vorsorge
31.-35.SSW	4. Hebamme	Risikoaufklärung, Vorsorge
36.-40.SSW	5. Hebamme	Vorsorge, AKP*
>40.SSW	Weitere Termine zur Geburtseinleitung alle 2 bis 3 Tage (im Wechsel mit dem Facharzt) bei der Haupthebamme	
*	Ab der 36.SSW bieten wir optional geburtsvorbereitende Akupunktur an. Bei diesen Kosten wird kein Anteil von der Krankenkasse übernommen.	

4 Rufbereitschaft

Eine Geburt ist ab der 37+0 SSW möglich.

Wir Hebammen wechseln uns mit der Rufbereitschaft ab. Dafür wird ein monatlicher Dienstplan erstellt.

Vor Rufbereitschaftsstart erhalten Sie das Formular Rufbereitschaft mit den genauen Informationen und dem Vorgehen bei Geburtsbeginn.

Bitte melden Sie sich bei Geburtsbeginn möglichst persönlich bei der jeweiligen Hebamme und rufen Sie bitte von Ihrer eigenen Rufnummer aus an. Sollten Sie die Haupthebamme nicht erreichen, kontaktieren Sie bitte die Nebenhebamme.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir in speziellen Situationen (krankheitsbedingter Ausfall einer Hebamme, Überlappung von Geburten) die Rufbereitschaft kurzfristig umstellen müssen.

5 Geburt

Eintrittsuntersuchung

Beim Eintritt in die Praxis führen wir eine erste Untersuchung durch.

Diese beinhaltet:

- Vitalzeichenkontrolle bei der Mutter: Blutdruck, Puls, Temperatur
- Harnkontrolle (wenn der letzte Befund älter als 1 Woche ist)
- Äußere Untersuchung zur Bestimmung der kindlichen Lage
- Kontrolle der kindlichen Herztöne
- Vaginale Untersuchung bei Indikation oder auf Wunsch der Frau

Maßnahmen unter der Geburt

Basierend auf den Empfehlungen zur interventionsarmen Geburtshilfe, verzichten wir in der Hebammenpraxis Innsbruck darauf, Schmerz- oder Wehenmittel routinemäßig zu verabreichen. Auch alternative Methoden, wie Akupunktur oder Homöopathie werden nur nach strenger Indikation und auf Wunsch der Frau angewendet.

Die kindlichen Herztöne werden je nach Geburtsfortschritt alle 5 bis 30 Minuten mittels Dopten überwacht.

Wir legen normalerweise keinen venösen Zugang („Venflon“) weil wir wollen, dass Sie sich unter der Geburt ungestört bewegen können. Gelegentlich brauchen wir dieses Hilfsmittel aber, wenn Komplikationen auftreten.

Nach der Geburt verzichten wir auf die routinemäßige Gabe von Kontraktionsmittel und somit auf eine aktive Leitung der Nachgeburtsperiode. Wir empfehlen die Anwendung nur bei speziellen Indikationen oder wenn tatsächliche eine Nachblutungsgefahr besteht.

Umgang mit dem Kind

Nach der Geburt ist es besonders wichtig, dass das Kind möglichst schnell und ungestört Hautkontakt zur Mutter hat. So beruhigt es sich nach der Geburt rasch wieder. Wir versuchen, diese Zeit so wenig wie möglich zu stören, indem wir:

das Kind nicht frühzeitig abnabeln

das Kind möglichst nicht von der Mutter trennen

mit der Routineuntersuchung (inkl. wiegen und messen) warten.

Wir verzichten auf die routinemäßige Augenprophylaxe, die Vitamin-K- Prophylaxe führen wir auf Wunsch der Eltern durch (siehe Merkblatt Prophylaxen). Für einen guten Stillbeginn ist es wichtig, das Kind möglichst früh nach der Geburt das erste Mal anzulegen. Dabei unterstützen wir Sie sehr gerne.

Aufenthalt nach der Geburt

Nach der Geburt haben Sie die Möglichkeit, sich noch einige Stunden nach der Geburt auszuruhen, eine Hebamme ist dabei immer in Ihrer Nähe. Im Durchschnitt bleiben Frauen 4 Stunden nach der Geburt in der Praxis und fühlen sich danach fit genug, um die Praxis zu verlassen und nach Hause zurückzukehren.

6 Nachbetreuung

Nach der Entlassung aus der Praxis werden Sie von einer unserer Hebammen nachbetreut. Sehr oft übernimmt diese Aufgabe die Haupt- oder Nebenhebamme, die bei Ihrer Geburt anwesend war.

Wenn Sie außerhalb unserer Zuständigkeitsgebietes (Innsbruck Stadt und Innsbruck Land) wohnen, müssen Sie sich für die Nachbetreuung eine Kollegin in Ihrem Wohnbezirk aussuchen und rechtzeitig mit ihr Kontakt aufnehmen, um die Betreuung nach der Geburt zu organisieren.

Alle weiteren Informationen zur Nachbetreuung finden Sie auf dem Merkblatt Wochenbett.

7 Sicherheit

Komplikationen unter der Geburt entstehen normalerweise nicht plötzlich, sondern kündigen sich meistens über einen längeren Zeitraum an.

Sollten doch einmal Komplikationen auftreten und ärztliche Hilfe nötig sein, transferieren wir ins **LKH Innsbruck**. Durch die gute Zusammenarbeit mit dem Krankenhaus, die kurze Fahrtstrecke dahin und die Anwesenheit einer zweiten Hebamme während der Geburt in der Hebammenpraxis können wir so die **internationalen Standards** zur sicheren Geburtshilfe einhalten (NICE 2014). Diese Themen werden bei dem Termin Risikoaufklärung mit Ihnen und Ihrem Partner besprochen.

8 Kosten

Die Hebammen der Hebammenpraxis Innsbruck verfügen über keinen Vertrag mit den gesetzlichen Krankenversicherungen und rechnen ihre Leistungen direkt mit der Kundin ab.

Die Kosten werden laut Preisliste Geburt in Rechnung gestellt.

Der Inhalt dieses Merkblattes dient zur Information und als Anregung für die persönlichen Gespräche und ersetzt diese nicht.

Wir sind stets offen für Ihre Fragen, aufgeschlossen gegenüber Kritik und dankbar über nützliche Hinweise.

Wir freuen uns, dass Sie sich für eine Geburt bei uns in der Hebammenpraxis entschieden haben und hoffen, dass Sie sich bei uns gut betreut fühlen und wir Sie während dieser spannenden Zeit begleiten dürfen.

Die Hebammen der Hebammenpraxis Innsbruck

Quelle:

National Institute for Health and Clinical Excellence (NICE). (2014b). NICE guideline Draft for consultation: Intrapartum care, Care of healthy women and their babies during childbirth. Abgerufen am 26. November 2017, von <http://www.nice.org.uk/guidance/gid-cgwaver109/resources/intrapartum-care-update-nice-guideline2>