

Geburtshilfe

im Alb-Donau Klinikum Ebingen



SICHER IN DEN BESTEN HÄNDEN

LEBEN SCHENKEN	3
BEVOR ES LOSGEHT	
Jetzt wird es Zeit	4
CHECKLISTE	5
ENDLICH IST ES SOWEIT	
Geburt ganz individuell	6
FÜR IHRE SICHERHEIT	
Ihr Baby in guten Händen	
Nach der Geburt	
Besuche im Wochenbett	8
BEVOR ES NACH HAUSE GEHT	
Nachsorge im Krankenhaus ...	
... und daheim	10
RUNDUM GUT VERSORGT	
Informationsveranstaltung	
Kursangebote	11



LEBEN SCHENKEN



Ein Glück ist die Geburt eines Kindes – immer wieder einzigartig und für die werdende Mutter / 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.

Von WHO und UNICEF bereits 2005 als „Babyfreundliches Krankenhaus“ ausgezeichnet, unterstützen und fördern wir die enge Bindung von Mutter und Kind von Beginn an. Dabei arbeiten wir nach den B.E.St.[®]-Kriterien (B.E.St.[®] = Bindung, Entwicklung, Stillen). Wir bieten eine Vielzahl von Leistungen, um dem ganzheitlichen Konzept von körperlicher wie seelischer Gesundheit zum Wohlergehen der jungen Familie gerecht zu werden. Wesentliche Grundlagen sind vor allem der intensive direkte Kontakt von Müttern und ihren Babys und die Förderung des Stillens. Frauen, die ihr Kind mit der Flasche ernähren, werden individuell in die bindungsfördernde Flaschenernährung eingeführt.

Um die hervorragende Betreuungsqualität in unserer babyfreundlichen Klinik langfristig garantieren zu können, werden wir alle drei Jahre in einem Wiederholungsaudit kontrolliert. Nach strengen Kriterien wird insbesondere geprüft, in welchem Umfang wir das Stillen sowie die Bindung zwischen Mutter und Kind fördern.

Wir wünschen Ihnen eine wundervolle Zeit der Vorbereitung und Vorfreude.

Chefarzt Jacek Goldzinski
und das gesamte Team der Geburtshilfe

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 FrauenärztInnen, Hebammen und MitarbeiterInnen 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 FrauenärztInnen 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 bestehenden Unklarheiten können Sie unser Team der Geburtshilfe gern anrufen:
Telefon 07391 586-5365



CHECKLISTE

FÜR IHREN KLINIKKOFFER

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

FÜR DEN KLINIKAUFENTHALT

- mehrere Nachthemden (vorn zu knöpfen) oder bequeme T-Shirts
- kochfeste Slips
- warme Socken
- Haus- und Badeschuhe
- bequeme Freizeitkleidung (Leggings)
- Still-BHs
- persönliche Hygieneartikel (unparfümiert)
- Hand- und Waschtücher
- Kleingeld

FÜR DIE GEBURT

- Brille (keine Kontaktlinsen)
- Lieblings-CD und Aromaduft
- 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/ Wolldecke sowie ggf. einen Auto-Babysitz.

ENDLICH IST ES SOWEIT



Geburt – ganz individuell

Für eine sanfte und natürliche Geburt ganz nach Ihren persönlichen Wünschen stehen Ihnen in unseren Entbindungsräumlichkeiten verschiedene Alternativen zur Verfügung: zwei Geburtsbadewannen, ein breites, individuell verstellbares Entbindungsbett oder eine großzügige, ebenfalls verstellbare Gebärinsel. Die zusätzliche Ausstattung mit Sprossenwänden, Bodenmatten, Pezzi-Bällen, Gebärhockern und -seilen ermöglicht Ihnen die freie Wahl für die bevorzugte 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 ÄrztInnen und Hebammen herkömmliche und alternative Methoden: Ob Akupunktur oder Aromatherapie, homöopathische Heilmittel, medikamentöse Schmerzausschaltung oder Lachgas – 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.



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 ausgesuchter Innenarchitektur sowie aufwändiger Wandgestaltung in venezianischer 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!



FÜR IHRE SICHERHEIT



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

Dezent verborgen findet sich die medizin-technische 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 direkt integrierter, gut ausgestatteter OP-Bereich zur Verfügung. Ein spezieller Ultraschall- und Untersuchungsraum erlaubt die eingehende Diagnostik der Neugeborenen; und eine mobile Intensiv-Einheit garantiert jederzeit die umfassende Erstversorgung Ihres Babys, wenn nach der Geburt einmal Probleme auftreten sollten.

Ihr Baby in guten Händen

Erfahrene FachärztInnen betreuen Sie vor, während und auch nach der Geburt. Täglich sind KinderärztInnen auf der Wochenstation und sorgen für die medizinische Versorgung der Kleinsten. Bereits in den ersten Stunden erfolgt bei allen Neugeborenen eine Erstuntersuchung (U1) durch unsere Frauen-, KinderärztInnen und Hebammen. Die Vorsorgeuntersuchung (U2) mit Stoffwechselltest, Hör- und ggf. Hüftscreening, Nieren-Sonographie sowie einem Bluttest wird ebenfalls noch während Ihres Krankenhausaufenthaltes durchgeführt. Völlig schmerzfrei und sicher ist das Vorgehen für Ihr Baby und gibt Ihnen das gute Gefühl bester medizinischer Betreuung.



Nach der Geburt

Jetzt tut Erholung gut! Bei uns können Sie sich in freundlichen und hellen Zwei- und Dreibettzimmern erholen; sofern Sie möchten, mit Ihrem Baby direkt an Ihrem Bett und über 24 Stunden. Rooming-in ermöglicht von Anfang an eine sehr intensive Beziehung zu Ihrem Kind. So spürt es Ihre Liebe, Nähe und Geborgenheit.

Besteht der Wunsch, können Sie vorübergehend 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 ÄrztInnen, Kinderkrankenschwestern und Hebammen auch nach der Geburt zur Seite. Als babyfreundliche Geburtsklinik bieten wir eine Vielzahl von Leistungen – für einen guten Start von Eltern und Kind. Unser ganzheitliches Konzept berücksichtigt körperliche und seelische Bedürfnisse der Familie. Das Stillen und ein intensiver Körperkontakt sind dabei besonders wichtig. Durch die unmittelbare Nähe der Eltern zu ihrem

Kind lernen diese schnell, die Bedürfnisse des Babys zu erkennen und sicher mit ihm umzugehen. Unser Team hilft Ihnen, die gemeinsame Zeit optimal zu gestalten. Einfühlsame Beratung und praktische Unterstützung beim Stillen, der Säuglingspflege und -ernährung und bei allen Fragen rund um die erste Zeit halten wir dabei für selbstverständlich – soviel Sie brauchen und wollen.

Besuche im Wochenbett

Die Neugierde ist verständlicherweise groß. Alle wollen Ihren Familienzuwachs bewundern. Für das Ruhebedürfnis von Mutter und Kind haben wir die Besuchszeiten auf unserer Wochenstation auf die Zeit von 14.30–17.00 Uhr begrenzt. Familienangehörige und Freunde sollten die Privatsphäre der jungen Familie respektieren und ihre Besuche kurz halten. 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 14.30 Uhr–17.00 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 verändernden 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 8 Wochen nach der Geburt; bei Kaiserschnitt, Stillschwierigkeiten etc. auch länger. Die Hebamme Ihrer Wahl betreut Sie und Ihr Baby nach der Entlassung aus unserer Klinik auch Zuhause weiter.

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

RUNDUM GUT VERSORGT

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



INFOVERANSTALTUNGEN

- **Schwangerschaft und familienorientierte Geburtshilfe**
jeweils erster Mittwoch im Monat 19.30 Uhr. Im Anschluss können Sie die Geburtshilfestation und die Geburtsräume besichtigen. Keine Anmeldung erforderlich. Außerdem gibt es ein Angebot zum virtuellen Rundgang.
- **Geburtsvorbereitungskurse für Schwangere, Paare oder Mehrgebärende**
Anmeldung erforderlich *
- **Säuglingskurs für werdende Eltern**
Anmeldung erforderlich *
- **Stillvorbereitungskurs**
Anmeldung erforderlich *
- **Hebammensprechstunde (ambulante Schwangerenbetreuung) ****
- **Schwangerenversorgung**

* Informationen, Termine und Anmeldung über die Hebammenpraxis Ehingen, Telefon 07391 75 88 340, www.ehinger-hebammenpraxis.de

** Informationen, Termine und Anmeldung über die Ambulanz der Frauenklinik, Sekretariat, Telefon 07391 586-5351

*** Informationen, Termine und Anmeldung über die Rezeption des S29 Fitness- und Gesundheitssudios, Telefon 07391 586-5229

KURSANGEBOTE

- **Emotionale Erste Hilfe**
EEH-Beraterin, Hilfe bei unruhigen Kindern oder Schwangerschaftsschwierigkeiten
Anmeldung erforderlich *
- **Yoga für Schwangere**
Anmeldung erforderlich *
- **Geburtsvorbereitende Akupunktur**
dienstags nach Vereinbarung *
- **Hebammen-Wochenbettbetreuung**
Anmeldung erforderlich *
- **Babymassage**
Anmeldung erforderlich *
- **Babyschwimmen**
Schwimmbad des S29 Fitness- und Gesundheitssudios im Gesundheitszentrum ***
- **Rückbildungsgymnastik**
Anmeldung erforderlich *
- **PEKiP**
- **Notfallkurse**
- **Yoga für Mutter und Kind**
- **Osteopathie**

Stillambulanz, persönliche Stillberatung oder Babytreff und Stillcafé – in Zusammenarbeit mit der Hebammenpraxis Ehingen im Gesundheitszentrum Ehingen können Sie sich informieren und beraten lassen oder sich mit anderen Müttern austauschen.

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 Ehingen

Spitalstraße 29
89584 Ehingen

Telefon 07391 586-5351

Telefax 07391 586-5251

www.adk-gmbh.de



Impressum

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