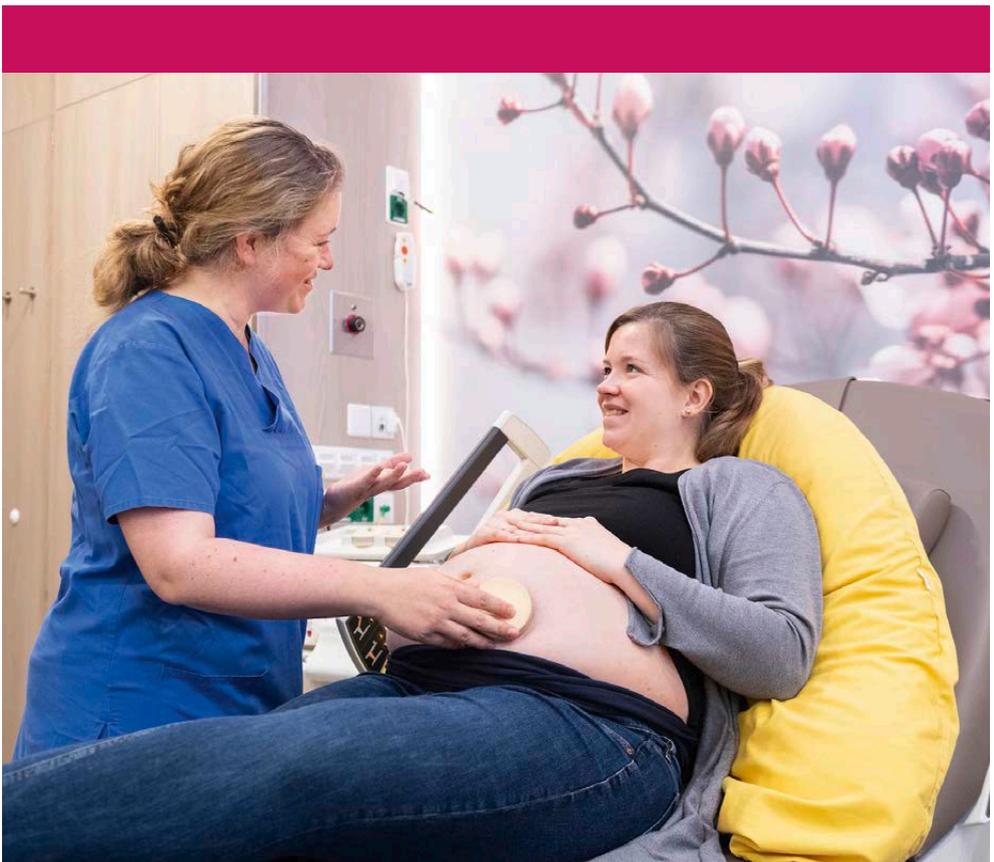




Familie beginnt hier – Marienhospital Osnabrück

Informationen für werdende Eltern





Das Hebammen-Team des Marienhospitals Osnabrück.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Vor der Geburt	4
Die Geburt	6
Wochenbett	10
Stillberatung	12
Was gehört in die Kliniktasche?	14
Kontakt	16

Liebe werdende Eltern,

mit dieser Broschüre wollen wir uns und unser Konzept einer modernen, individuellen und familienorientierten Geburtshilfe vorstellen.



Die Entwicklung neuen Lebens und schließlich die Geburt gehören zu den herausragendsten Erlebnissen in einer Familie. Wir freuen uns darauf, Sie hierbei zu begleiten, und möchten alles tun, damit Sie sich bei uns wohlfühlen. Um Ihnen **Geborgenheit** zu bieten, beziehen wir einerseits die Eltern in die Entscheidungen unter der Geburt mit ein und versuchen nach Möglichkeit, Ihre **individuellen Wünsche** zu erfüllen. Auf der anderen Seite sorgen wir für ein Höchstmaß an **Sicherheit**: Zusammen mit der neonatologischen Abteilung des Christlichen Kinderhospital Osnabrück (CKO) bilden wir ein Perinatalzentrum der höchsten Versorgungsstufe (Level I).

Mein Team und ich freuen uns, Sie in unserer Abteilung begrüßen zu dürfen.

Ihr

Chefarzt Dr. Götz Menke



Neun spannende Monate

Sie sind schwanger! Nun erwartet Sie eine spannende Zeit: das Wachsen des Kindes, seine zunehmende Aktivität, erste Bilder aus dem Mutterleib, die Frage „Junge oder Mädchen“ und vielleicht neben aller Freude auch Fragen: nach der Gesundheit des Kindes, nach der Zukunft in der Familie. Bei all dem wollen wir Sie unterstützen:

Sie möchten bei uns entbinden?

Dann sollten Sie sich in unserer Anmeldesprechstunde zur Geburt anmelden. Bitte melden Sie sich in der 30. SSW, um einen Termin für die 34. SSW auszumachen.

Bei diesem individuellen Termin mit einer Hebamme oder medizinischen Fachangestellten findet die Anmeldung statt. Ebenso können Fragen und Wünsche rund um die Geburt besprochen werden.

Auch wenn Sie nicht angemeldet sind, können Sie natürlich bei uns entbinden. Bitte bringen Sie zum Termin Ihren Mutterpass sowie Ihre Krankenversicherungskarte mit.

Terminvergabe

Dienstags und **donnerstags** von
13:00 – 15:00 Uhr nach telefonischer
Vereinbarung: T 0541 326-8450

Bei Risikoschwangerschaft:
T 0541 326-4202

Sie suchen einen Geburtsvorbereitungskurs?

Bei uns erfahren Sie alles, was rund um die Geburt wichtig ist. Sie lernen Frauen kennen, die ähnliche Fragen haben, und fühlen sich bei uns schon fast zuhause, wenn es so weit ist.

Die aktuellen Kursangebote finden Sie auf unserer Webseite:

www.nsk.de/mho-geburt



Sie erwarten Mehrlinge oder haben andere Besonderheiten in der Schwangerschaft?

In der Geburtsmodusprechstunde sollten Sie sich vorstellen, wenn bei Ihnen eine Risikoschwangerschaft vorliegt wie z.B. Diabetes, Zustand nach Kaiserschnitt, Steißlage oder Mehrlingsschwangerschaften. Hier wird der mögliche Geburtsmodus mit Ihnen als Eltern hinsichtlich der Risiken und Ihrer Wünsche besprochen. Als Stützpunkt für Mehrlingsgeburten sind Sie gerade dann in den besten Händen, wenn gleich mehrfaches Elternglück auf Sie wartet.

In der **Pränatalsprechstunde (DEGUM II)**, welche durch die Praxis für Pränataldiagnostik Dr. Silke Lampe und Tanja Friepörtner bei uns in der Abteilung durchgeführt wird, werden alle modernen Methoden vorgeburtlicher Untersuchungen genutzt, um Ihnen und Ihrem Baby größtmögliche Sicherheit zu geben. Zum Beispiel: Ersttrimester-Screening, differenzierte Organdiagnostik und Echokardiographie, Farbdopplersonographie sowie Fruchtwasserpunktion.

Ihr Kind kommt vielleicht früher zur Welt?

Auf unserer Wochenbettstation sind wir auch schon vor der Geburt für Sie da. Ärzte, Schwestern oder die Diabetologin kümmern sich liebevoll um Sie. Die Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen der Frühgeborenen-Intensivstation des CKO bieten **Eltern-Sprechstunden** an, um Ihnen Ängste zu nehmen und Sie möglichst gut auf ein „Frühchen“ vorzubereiten.

Sie wollen uns kennenlernen?

Unsere **Kreislaufführungen** finden jeden Donnerstag im Monat (außer an Feiertagen) um 19 Uhr statt. Treffpunkt: Cafeteria im Eingangsbereich des MHO. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Der große Tag ist da ...

... der Tag, den Sie sicher mit Freude, aber auch mit gewissen Sorgen erwartet haben. Wie wird die Geburt sein? Geht alles gut? Wie lange wird es dauern? Wie werde ich die Schmerzen ertragen?



Das Team des Kreißsaals will Ihnen dabei helfen, dass der Geburtstag Ihres Kindes ein rundherum glücklicher Tag wird. Wir bieten Ihnen eine familienorientierte Geburtshilfe, bei der beide Eltern oder auch eine andere Vertrauensperson selbstverständlich miteinbezogen werden.

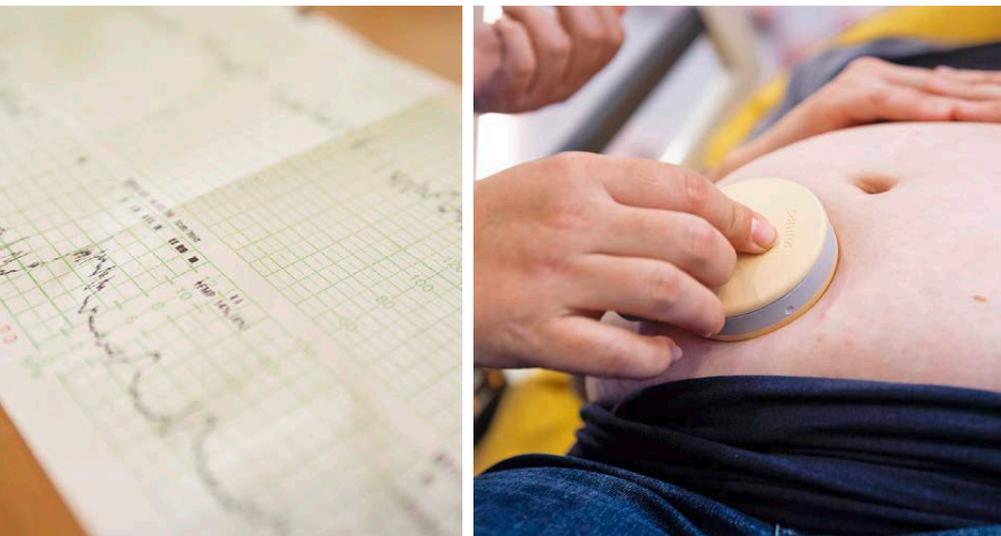
Und natürlich können Sie sich darauf verlassen, dass wir Ihnen auch in Zusammenarbeit mit anderen Abteilungen des Marienhospitals rund um die Uhr die größtmögliche medizinische Sicherheit bieten – für Mutter und Kind.

Es geht los ...

... mit den Wehen. Das kann dauern. Im Wehenzimmer können Sie und Ihre Begleitperson es sich bequem machen. Jeder Kreißsaal ist mit einer Musikbox ausgestattet, so dass Sie gerne auch Ihre eigene Musik zur Geburt mitbringen dürfen.

Um Ihnen die Schmerzen zu erleichtern, bieten wir Ihnen viele Möglichkeiten an: Aromatherapie, Akupunktur, Entspannungsbad, Homöopathie, Tens-Anwendung (Transkutane Elektrische Nervenstimulation), Lachgas, Schmerzmedikamente oder Periduralanästhesie (PDA).

Wir Hebammen werden Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen.



Das Kind kommt ...

...in einem unserer acht modernen Entbindungsräume zur Welt. Wählen Sie die Geburtspositionen, die Ihnen angenehm sind. Wir bieten Gebärhocker, Gebärwanne, Seile und Pezzibälle an, manche Frauen bevorzugen den Vierfüßlerstand oder einfach das Kreißbett. Dabei hat Ihre Sicherheit und die Sicherheit Ihres Babys immer höchste Priorität.

Falls Sie eine ambulante Entbindung in Erwägung ziehen, bitten wir Sie, noch vor der Geburt mit einer Hebamme in Kontakt zu treten und eine*n Kinderärzt*in auszusuchen.

Wenn das Baby da ist ...

... teilen wir die Freude über Ihr Kind gerne mit Ihnen. Wenn Sie wollen, können Sie oder Ihr Partner es selbst abnabeln. Wir fördern das Bonding, indem wir Ihnen frühzeitig Ihr Kind auf Ihren Bauch legen, damit das emotionale Band zwischen Ihnen und Ihrem Baby von Anfang an aufgebaut wird. In dieser Phase gelangt das Kind über Ihre Nähe durch Hautkontakt, Geruch und Herzschlag zu einem Gefühl von Sicherheit und Vertrauen. Es unterstützt das Wohlbefinden Ihres Babys und stärkt Sie in der Elternrolle, die Bedürfnisse Ihres Babys besser kennenzulernen. Übrigens unterstützen wir Sie gerne auch beim Bonding nach einem Kaiserschnitt im OP oder nach einer Geburt eines frühgeborenen Kindes in Begleitung des pädiatrischen

Teams. Während der Begleitung im Kreißsaal helfen wir Ihnen gern beim ersten Anlegen, falls Ihr Kind schon hungrig ist. Auch das erste Foto entsteht bereits hier.

Nabelschnurblut ...

... kann Leben retten, denn daraus werden Stammzellen gewonnen, die etwa leukämiekranken Menschen transplantiert werden. Darum ist es im Marienhospital möglich, in Zusammenarbeit mit der José-Carreras-Stiftung Nabelschnurblut zu spenden. Das Blut wird aufbereitet, eingefroren und weltweit von der Stammzellbank zur Verfügung gestellt. Risikolos und kostenfrei für die Eltern, aber unbezahlbar für Kranke.

Wenn die Geburt schwierig wird ...

... kann jederzeit ein Kaiserschnitt durchgeführt werden. Unser OP ist in den Kreißsaalbereich integriert – Sie müssen also keine weiten Wege zurücklegen. Auch Ihr Partner kann auf Wunsch mit in den OP und das Kind nach kurzer Zeit in die Arme schließen.

Und falls es dem Kind nicht gut geht ...

... dann sind die Ärzte der Kinderintensivstation des Christlichen Kinderhospitals Osnabrück (CKO) sofort da. Sie sind darauf vorbereitet, Ihrem Baby alle erdenkliche Hilfe zukommen zu lassen – und das ganz in Ihrer Nähe.

Endlich da!

Wenn Sie und Ihr Kind sich nach der Geburt erholt haben und alles in Ordnung ist, werden Sie zu uns auf die Wochenbettstation verlegt, wo wir Sie herzlich willkommen heißen.

Ihre Unterbringung erfolgt in aller Regel im Zweibett-Zimmer mit eigenem Bad. Die Ausstattung der Zimmer ermöglicht es, dass Ihr Kind selbstverständlich die ganze Zeit bei Ihnen bleibt. So kann das Wichtigste – die Beziehung zu Ihnen – aufgebaut werden. Auf Wunsch und nach Möglichkeit kann im **Familienzimmer** Ihr Partner oder eine andere Begleitperson ein Bett bekommen.

Ihre Verpflegung erfolgt morgens, abends und für das Mittagessen können Sie zwischen drei Gerichten auswählen. Für den kleinen Hunger zwischendurch können Sie sich am Obstkorb bedienen.

Ihre pflegerische Versorgung und die Ihres Kindes erfolgt nach dem Pflegekonzept der **integrierten Wochenbettpflege** und ist somit optimal auf die Bedürfnisse in der neuen Lebenssituation von Ihnen und Ihrem Kind ausgerichtet. Auf der Wochenbettstation versorgen Sie ausschließlich examinierte Pflegekräfte, die größtenteils langjährige Erfahrung haben und über zahlreiche Zusatzqualifikationen verfügen. Zusätzlich zu den Pflegekräften werden stillende Mütter von den **qualifizierten Stillberaterinnen** betreut, die Sie auf Wunsch schon vor der Geburt beraten. Weitere Pflegeexperten werden bei Bedarf in die Versorgung miteinbezogen, z. B. die Diabetesberatung, die Fachkräfte für das Schmerzmanagement, die Trainerin für Kinästhetik und Kinästhetik Infant Handling, die Basale Stimulation, die Aromatherapie und Homöopathie. Im Rahmen der Früh-Wochenbettgymnastik, die von Physiotherapeuten durchgeführt wird, erfahren Sie Wissenswertes zur Rückbildung der schwangerschaftsbedingten Veränderungen. Auf Wunsch stehen weitere Dienste zur Verfügung, z. B. der Sozialdienst, die Seelsorge oder der psychologische Dienst. Ihr Kind wird medizinisch von den Kinderärzten des Christlichen Kinderhospitals Osnabrück (CKO) betreut.

Ihr Besuch ist bei uns herzlich willkommen. In Ihrem eigenen Interesse bitten wir morgens vor 10 Uhr und abends ab 20 Uhr um Rücksichtnahme und um eine Ruhezeit.

Ihre Aufenthaltsdauer bei uns richtet sich nach Ihrem Befinden und dem Ihres Kindes. In aller Regel sind Sie zwei Tage nach einer normalen Entbindung und ca. vier bis fünf Tage nach einem Kaiserschnitt bei uns. Wenn Sie nicht so lange bleiben oder ambulant entbinden möchten, sollten Sie eine Hebamme für die häusliche Versorgung und einen Kinderarzt für die zweite Vorsorgeuntersuchung organisieren.

Wir sind offen für Ihre Anliegen und Wünsche und freuen uns, wenn Sie uns ansprechen, damit Sie sich bei uns wohlfühlen.



Stillberatung

Die Arbeit der Laktations- und Stillberaterinnen im klinischen Bereich konzentriert sich vorrangig auf die Beratung und Unterstützung der Mütter, die ihr Kind stillen möchten. Unser Ziel ist es, durch eine umfassende Anleitung in den ersten Lebenstagen eine langfristige Stillbeziehung einzuleiten.

Besondere Aufmerksamkeit gilt den Müttern, die sich schon vor der Geburt in der Klinik befinden oder vorstellen, z. B. wegen einer Risikoschwangerschaft, Mehrlingsschwangerschaft oder drohender Frühgeburt, um dabei eine informative, beruhigende Beratung über die gesundheitlichen Vorteile der Muttermilchernährung durchführen zu können.

In der Regel beginnt die Beratung nach der Entbindung mit einem Erstgespräch.

Auf Wunsch begleiten wir Sie während des Klinikaufenthaltes:

Ein früher Stillbeginn unmittelbar nach der Geburt fördert eine intensive Mutter-Kind-Beziehung (Bonding), ein schnelleres Erlernen von effektivem Saugen und Trinkverhalten des Neugeborenen und eine gute, beginnende Muttermilchproduktion.



- ✦ Beratung und Begleitung bei verschiedenen Stillpositionen sowie zum korrekten Anlegen
- ✦ Anleitung zur Entleerung der Brust von Hand
- ✦ Ermutigung zu häufigem, uneingeschränktem Stillen
- ✦ Aufzeigen des sicheren Umgangs und des Einsatzes von Stillhilfsmitteln
- ✦ Anleitung zum Abpumpen, Sammeln und Transportieren von Muttermilch
- ✦ Beratung zum Abstillen in besonderen Situationen, z. B. medizinische Gründe
- ✦ Aufzeigen von alternativen Fütterungsmethoden
- ✦ Begleitung bei Brusterkrankungen wie Milchstau oder Mastitis, bzw. nach Brustoperationen wie Implantateinlagen oder Reduktionen
- ✦ Betreuung während eines erneuten Krankenhausaufenthaltes der Mutter, um das Stillen aufrechtzuerhalten
- ✦ Beratung und Begleitung der Mütter, deren Kinder wegen einer Frühgeburt oder Erkrankung im Christlichen Kinderhospital Osnabrück liegen

Für nicht stillende Mütter bieten wir Information bei der Wahl und Zubereitung von Säuglingsernährung an.

Was gehört in die Kliniktasche?

(Unsere Vorschläge)

- Mutterpass, Krankenversichertenkarte
- Still-Shirt
- Dünne Jacke
- Hausschuhe, dicke Socken
- Still-BH
- Bademantel
- Waschutensilien, Föhn
- Fettstift für die Lippen
- Evtl. Zopfgummi
- Smartphone / Handy
- Bücher / Zeitschriften
- Musik (im Kreißaal stehen Bluetooth-Boxen zur Verfügung)

Für die Heimfahrt:

- Kindersitz / Babyschale
- Mütze, Body, Socken, Strampler
- Jacke, Decke



Hier entlang schneiden, um die Liste zu entnehmen.



Die wichtigsten Telefonnummern

Sekretariat	T 0541 326-4202
Kreißaalambulanz	T 0541-326-3570
Kreißaal	T 0541 326-3571
Wöchnerinnenstation	T 0541 326-3350
Hebammensprechstunde	T 0541 326-8450

Niels-Stensen-Kliniken Marienhospital Osnabrück

Klinik für Frauenheilkunde,
Geburtshilfe und Pränataldiagnostik
Chefarzt Dr. Götz Menke
Bischofsstraße 1
49074 Osnabrück
www.nsk.de

Besuchen Sie
unsere Website!

