

Mein Geburtsplan



Name:

Errechneter Geburtstermin:

Notfallkontakte mit Telefonnummer:

Ich werde begleitet von

Partner/Partnerin

Freund/Freundin

Hebamme

Doula

von:

ich habe keine Begleitung

Vor der Geburt

Meine Begleitung

soll während der gesamten Geburt bei mir bleiben

soll bleiben bis

soll mich unterstützen (Atmen, Stützen, Massage)

soll einfach nur dabei sein

soll bei kritischen Situationen bei mir bleiben oder den Raum verlassen

Während der Wehen möchte ich

in der Badewanne entspannen

mich bewegen - Ich möchte ein mobiles CTG-Gerät.

im Geburtsbett liegen

Besondere Wünsche oder Hinweise:

Zusätzlich möchte ich entspannen bei

gedämpftem Licht

Entspannungsmusik

eigener Musik

Während der Geburt



Gegen die Schmerzen möchte ich

PDA
Homöopathische Mittel
Akupunktur
Akupressur
Lachgas
TENS-Gerät
Massage

Meine bevorzugte Gebärposition:

auf dem Rücken liegend
seitlich liegend
sitzend
mit Gebärhocker
mit Pezziball
mit Seil
Wassergeburt

Während der Geburt wünsche ich mir

gedämpftes Licht
Entspannungsmusik
eigene Musik

Fotos/Videos während der Geburt

Es dürfen Fotos/Videos gemacht werden
Ich möchte keine Fotos oder Videos

Dammschnitt

Ich habe Angst vor einem Dammschnitt und wünsche eine umfassende Aufklärung, falls nötig
Ein Dammschnitt ist bei medizinischer Notwendigkeit okay für mich

Falls ein Kaiserschnitt nötig wird, möchte ich

so viel wie möglich erklärt bekommen und sehen
nichts über den Eingriff wissen, wenn es nicht notwendig ist
dass meine Begleitung bei mir bleibt, falls möglich
dass meine Begleitung das Bonding übernimmt
mein Baby so schnell wie möglich bei mir haben

Ich möchte

während der Geburt angeleitet werden
intuitiv selbst mitschieben oder eine andere Position einnehmen
jederzeit über Komplikationen informiert werden

Nach der Geburt



Ich habe folgende Wünsche nach der Geburt:

- Mein Baby soll mir sofort auf den Bauch gelegt werden (direktes Bonding)
- Falls ich nicht in der Lage bin, soll meine Begleitung das Bonding übernehmen
- Mein Baby soll auf meinem Bauch untersucht werden
- Ich wünsche mir ein Familienzimmer
- Mein Baby soll rund um die Uhr bei mir sein

Plazenta

- Die Plazenta soll auf natürlichem Wege abgestoßen werden
- Der Abgang der Plazenta soll mit Wehenmitteln beschleunigt werden
- Ich möchte mir die Plazenta ansehen
- Ich möchte mir die Plazenta nicht ansehen
- Ich möchte die Plazenta mitnehmen

Nabelschnur

- Die Nabelschnur soll erst auspulsieren, bevor sie durchtrennt wird
- Die Nabelschnur soll sofort durchtrennt werden
- Meine Begleitung soll die Nabelschnur durchtrennen
- Ich möchte die Nabelschnur selbst durchtrennen
- Das Nabelschnurblut soll aufbewahrt werden

Stillen

- Ich möchte unmittelbar nach der Geburt stillen
- Ich möchte eine Anleitung zum Stillen
- Ich möchte nicht stillen
- Ich möchte das spontan entscheiden

Mein Baby darf Vitamin K bekommen : Ja Nein

Das ist mir außerdem wichtig:

