

Geburtsplan

Name / Vorname _____

Geburtsdatum _____

Sie bekommen bald ein Baby und haben sich fürs KSA als Geburtsort entschieden. Wir freuen uns, wenn Sie uns Ihre Wünsche und Bedürfnisse mitteilen.

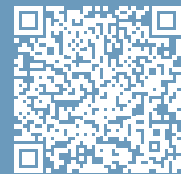
Jede Geburt ist einzigartig. Die Betreuung richtet sich nach dem Gesundheitszustand von Mutter und Kind sowie dem Geburtsverlauf. Falls während der Geburt Komplikationen auftreten, werden wir mit Ihnen besprechen, welche Schritte empfohlen und notwendig sind. In solchen Situationen kann es sein, dass nicht alle Wünsche umgesetzt werden können.

Bitte beantworten Sie uns die folgenden Fragen (Mehrfachnennungen sind möglich) und senden Sie dieses Formular an **maternite@ksa.ch**. Geben Sie den Geburtsplan bei einer Schwangerschaftskontrolle oder zum Geburtseintritt ab. Die QR-Codes führen zu Erklärvideos des KSA, die bestimmte Themen weiter erklären.

1. Begleitperson bei der Geburt

Folgende Begleitperson darf während meiner Geburt dabei sein

- ☐ (Ehe-) Partner oder (Ehe-) Partnerin
- ☐ Familie/Freunde: _____
- ☐ Doula
- ☐ Keine Begleitung gewünscht



→ Väter im Gebärsaal

2. Geburtsmodus

Sind Sie unsicher, wie Sie Ihr Kind zur Welt bringen möchten?
Melden Sie sich bei uns für eine zweite Meinung und ein Geburtsmodusgespräch.

Telefon Ambulatorium: 062 838 50 74



→ Geburtseinleitung



→ Geburt nach Kaiserschnitt

3. Atmosphäre und Umgebung

Was ist Ihnen wichtig?

- ☐ Musik → Entspannungsmusik ist vorhanden, Sie dürfen gerne Ihre eigene Musik und Lautsprecher oder Kopfhörer mitbringen
- ☐ Gedämpftes Licht
- ☐ Ruhige Atmosphäre
- ☐ Sonstige Anliegen: _____

4. Umgang mit Schmerzen

- ☐ Ich möchte alternative Methoden versuchen
(z. B. Atemtechniken, Bewegung, Wasser)
- ☐ Ich mache Hypnobirthing
- ☐ Ich möchte keine medikamentöse Schmerzlinderung
- ☐ Ich wünsche medikamentöse Unterstützung, falls nötig
- ☐ Ich wünsche mir Lachgas zur Schmerzlinderung
- ☐ Ich möchte eine PDA
- ☐ Ich bin offen und entscheide situativ
- ☐ Sonstige Anliegen: _____



→ Lachgas bei der Geburt

5. Geburtspositionen

- ☐ Ich möchte mich frei bewegen können
- ☐ Ich wünsche Unterstützung bei verschiedenen Positionen (Vierfüssler, Seitenlage etc.)
- ☐ Rückenlage ist für mich in Ordnung
- ☐ Ich wünsche eine Wassergeburt, wenn möglich
- ☐ Ich möchte individuell entscheiden
- ☐ Sonstige Anliegen: _____

6. Dammschutz/Dammschnitt

Wir im KSA machen keine routinemässigen Dammschnitte.
Sie werden nur in medizinischen Notfällen durchgeführt.

- ☐ Sonstige Anliegen: _____



→ Dammschnitt

7. Kommunikation im Gebärsaal

- ☐ Ich wünsche möglichst wenig Gespräche, um mich zu konzentrieren
- ☐ Ich möchte aktiv in Entscheidungen einbezogen werden
- ☐ Bitte erklären Sie mir medizinische Massnahmen im Vorhinein ausführlich
- ☐ Mein/e Partner/in soll ebenfalls eingebunden werden
- ☐ Sonstige Anliegen: _____

8. Nach der Geburt

Wenn es Mutter und Kind gut geht, kommt das Baby in den sofortigen Hautkontakt zur Mutter (Bonding).
Das Auspulsieren der Nabelschnur für eine Minute ist bei uns Standard.

- ☐ Die Nabelschnur soll durch mich oder die Begleitperson durchgetrennt werden (bei Kaiserschnitt nicht möglich)
- ☐ Ich bin interessiert, an einer öffentlichen Nabelschnurblutspende (NSBS) mitzumachen → siehe Flyer zur öffentlichen NSBS inkl. Info QR-Codes
- ☐ Sonstige Anliegen: _____



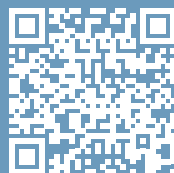
→ Bonding beim
Kaiserschnitt



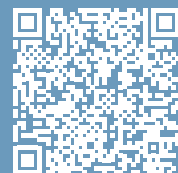
→ Dokumente für
die NSBS zum Ausfüllen

9. Ernährung des Kindes

- ☐ Ich möchte stillen
- ☐ Ich wünsche Unterstützung beim Stillbeginn
- ☐ Ich möchte nur Kolostrum geben und danach abstillen
- ☐ Ich möchte nicht stillen
- ☐ Ich bin offen und entscheide nach der Geburt
- ☐ Sonstige Anliegen: _____



→ Erfolgreicher
Stillbeginn



→ Stillen –
Chance oder Zwang?

10. Unterbringung nach der Geburt

Für ein Zweibett-, Einzel- oder Familienzimmer füllen Sie bitte das beiliegende Informationsblatt aus und geben Sie es bei Eintritt der Hebamme ab.

Sonstiges (Geburtsvorbereitungsart, frühere Geburten, religiöse/kulturelle Wünsche etc.)
