

Mein Geburtsplan

Geburtsort:

Wo möchtest du dein Kind zur Welt bringen? Zu Hause, im Geburtshaus, im Krankenhaus und soll es eine Wassergeburt werden?

Wünschst du dir eine besondere Atmosphäre während der Geburt und soll es bestimmte Musik geben?

Geburtsbegleitung:

Wen möchtest du bei deiner Geburt dabei haben?

Bringst du eine Beleghebamme oder eine Doula mit?

Wünschst du dir überwiegend die Begleitung einer Hebamme oder ist dir eine Ärztin oder ein Arzt wichtiger?

Soll dein(e) PartnerIn dabei sein? Oder bist du lieber allein?

Untersuchungen und Interventionen:

Möchtest du vaginale Untersuchungen ohne Indikation?

Willst du einen Ultraschall ohne Indikation zur Messung der Größe und des Gewichtes des Kindes? (diese sind kurz vor der Geburt extrem ungenau und führen oft zu Folgeinterventionen)

Möchtest du einen standartmäßigen Zugang gelegt bekommen?

Ist es ok für dich, dass die Fruchtblase ohne vorherige Absprache geöffnet wird?

Möchtest du einen Dammschnitt haben oder ist dir ein Dammriss lieber?

Geburtsposition:

Möchtest du dich jederzeit frei bewegen können und deine Geburtsposition selbst wählen können?

Willst du eine dauerhafte ctg Überwachung?

Strebst du eine Wassergeburt an?

Schmerzmittel:

Möchtest du Schmerzmittel angeboten bekommen oder fragst du lieber selbst danach?

Bevorzugst du naturheilkundliche Medizin?

Möchtest du eine PDA?

Direkt nach der Geburt:

Möchtest du die Nabelschnur auspulsieren lassen?

Oder soll Nabelschnurblut entnommen werden?

Wer soll die Nabelschnur durchtrennen?

Möchtest du dein Kind selbst in Empfang nehmen?

Soll dir dein Kind direkt gegeben werden oder soll es erst gewaschen werden?

Möchtest du der Plazenta Zeit lassen?

Willst du die Plazenta sehen und mit nach Hause nehmen?

Wünschst du (k)eine generelle Vitamin K Gabe oder soll sie vom Geburtsverlauf abhängig gemacht werden?

Möchtest du eine ambulante Geburt?

Wünschst du dir ein Familienzimmer falls du nicht direkt nach Hause gehen kannst?

Möchtest du dein Kind Vollstillen und wünschst du dir hierfür Begleitung?

Soll dein Baby einen Schnuller bekommen oder nicht?

Möchtest du eine Zufütterung vermeiden?

Im Falle eines Kaiserschnitts:

Soll deine Geburtsbegleitung dabei sein?

Strebst du eine Kaisergeburt an?

Möchtest du sofort mit dem Bonding beginnen und dein Baby auf dir haben?

Sollte eine Trennung nötig sein, soll deine Begleitung mitgehen?

Mein Geburtsplan

Geburtsort:

.....
.....
.....
.....

Geburtsbegleitung:

.....
.....
.....
.....
.....

Untersuchungen und Interventionen:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Geburtsposition:

.....
.....
.....
.....

Schmerzmittel:

.....
.....
.....
.....

Fortsetzung: siehe Rückseite...

Direkt nach der Geburt:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Im Falle eines Kaiserschnitts:

.....

.....

.....

.....

.....

War der Geburtsplan hilfreich für dich?

Möchtest du noch weitere Tipps rund um eine selbstbestimmte Geburt und das bedürfnisorientierte Leben mit deinem Baby?

Dann trag dich doch gerne hier ein:



Newsletter

Außerdem findest du mich auf folgenden Kanälen:



Instagram



Facebook



Pinterest

Und hier findest du wenigstens jede Woche neuen Lesestoff:

www.familiengarten.org

Ich freue mich auf dich!

Deine Julia

