



## Fragen zum Thema Geburtshilfe

### *Ist ein Kaiserschnitt notwendig, wenn das Kind in Steisslage liegt?*

Grundsätzlich ist bei einer Steisslage eine Spontangeburt möglich. Wir empfehlen eine Kontrolle und Besprechung ca. 3-4 Wochen vor dem Geburtstermin im Gebärsaal. Die genaue kindliche Lage und die Beckenmasse der Mutter werden bestimmt. Erfahrene Geburtshelfer und Hebammen besprechen mit Ihnen die auf Grund der Untersuchungen und Ihrer Vorstellungen, ob eine Spontangeburt möglich ist.

### *Der Geburtstermin ist vorbei, wie kann ich den Wehen etwas nachhelfen?*

Zur natürlichen Wehenförderung nach dem Termin gibt es verschiedene Möglichkeiten:

- Ausgedehnte Spaziergänge, Treppen steigen
- Einen Tag lang fasten, darauf achten, dass Sie genügend trinken
- Geschlechtsverkehr
- Wehentee (erhältlich in Drogerien)
- Sanfte Bauchmassage
- Wehen-Cocktail (mit Hebamme besprechen)

### *Darf ich am Termin noch ins Schwimmbad?*

Ja, so lange Sie sich wohl fühlen.

### *Wann ist der richtige Zeitpunkt für den Spitaleintritt zur Geburt?*

Wenn Sie regelmässig Wehen verspüren, d.h. in 5-10 Min. Abstand, bei Abgang von Fruchtwasser, bei Blutungen oder wenn Sie sich nicht mehr wohl fühlen.

### *Wie lange nimmt mich eine Fluggesellschaft in der Schwangerschaft mit?*

Ist je nach Gesellschaft unterschiedlich, unbedingt vor Reisebeginn mit dem Reisebüro und/oder der Fluggesellschaft Rücksprache nehmen.

### *Wie lange dauert der Aufenthalt im Spital nach der Geburt?*

Dies wird Ihren Bedürfnissen entsprechend angepasst; zwischen einigen Stunden (ambulante Geburt) bis einige Tage (ca. 5-7 Tage je nachdem, ob Spontangeburt oder Kaiserschnitt).

### *Wer darf bei der Geburt mitkommen?*

Ihre Begleitung bestimmen Sie selber. Erfahrungsgemäss sind in der Regel 1-2 Personen ausreichend.

*Wann ist ein Dammschnitt notwendig und wie kann ich den Damm vorbereiten?*

Ein Dammschnitt ist heute nur noch in wenigen Fällen nötig und wird gemacht, um die Geburt für das Kind zu verkürzen. Sie können den Damm ab der 36. Schwangerschaftswoche mit einer sanften Massage und einem milden, natürlichen Öl unterstützen.

*Ist bei Ihnen eine Geburt mit Beleghebamme möglich?*

Ja.

*Ist eine Geburtsvorbereitung nötig?*

Nein. Jedoch hilft vielen Frauen die gezielte Vorbereitung auf die Geburt und um sich auf dieses Ereignis einzustimmen.

In unserer Broschüre "Wegleitung für Schwangere" finden Sie eine grosse Palette an verschiedenen Geburtsvorbereitungskursen.

*Ich habe Wasser in Händen und Beinen, was kann ich dagegen tun?*

Sorgen Sie dafür, dass Sie genügend trinken. Hilfreich sind Vollbäder 1-2x täglich für 15-20 Min. Ruhen Sie sich mehrmals am Tag aus und legen Sie dabei die Beine hoch. Evtl. nachts Erhöhen des Fussendes im Bett, evtl. Kompressionsstrümpfe (müssen in einer Apotheke angepasst werden).

*Ich muss häufig auf die Toilette, ist das normal?*

Je weiter die Schwangerschaft, desto mehr drückt das Kind auf die Blase. Dies führt schon bei geringeren Urinmengen zu Harndrang. In der Schwangerschaft kann es auch häufiger zu einer Blasenentzündung kommen, die jedoch nicht zwingend schmerzhaft sein muss.

Seit einigen Jahren besteht die Möglichkeit, bei der Geburt ohne großen Aufwand eine Vielzahl höchst vitaler Stammzellen, die sich im Nabelschnurblut befinden, entnehmen, konservieren und aufbewahren zu lassen.

Dieser Vorgang ist schmerzfrei und ohne Risiko für Mutter und Kind. Durch die sofortige Einlagerung wird dafür gesorgt, dass diese Stammzellen später zur Verfügung stehen. Somit kann das Kind in der näheren oder fernerer Zukunft über eigene Stammzellen verfügen, die möglicherweise die Tür zu einer Reihe von Therapiemöglichkeiten öffnen.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.cryo-save.com](http://www.cryo-save.com)