



Kreis Krankenhaus
osterholz

**Schwangerschaft,
Geburt und Wochenbett**

„Es gibt Momente, die kann
man nicht in Worte fassen,
nur fühlen“



Schwangerschaft und Geburt stehen am Anfang jeder menschlichen Existenz und bestimmen das weitere Leben werdender Eltern auf eine ganz neue, positive Art und Weise. Die Gründung einer Familie stellt ein einmaliges Glückserlebnis für junge Paare dar, an dessen Verwirklichung Hebammen und Ärzte maßgeblich beteiligt sind.

Vor diesem Hintergrund ist uns die sorgfältige und vertrauensvolle Begleitung schwangerer Frauen ein wichtiges Element der Gesundheitsfürsorge, um Fragen zu beantworten, Ängste abzubauen, Gefahren rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Unser Ziel ist es, Ihnen eine familienorientierte und selbstbestimmte Geburt in Sicherheit und Geborgenheit zu ermöglichen.

Wir möchten Ihnen helfen, die Geburt zum Erlebnis werden zu lassen und hierbei Ihre Bedürfnisse zu erkennen. Mit ausführlicher Beratung zur Schwangerschaft, zum Wochenbett und zum Geburtsverlauf möchten wir Ihnen dabei zur Seite stehen.

... gut ankommen. *Wir bekommen ein Kind – alles wird sich verändern. Wie wird es sein? Wie bereiten wir uns auf die Geburt vor? Wie und wo wird das Baby auf die Welt kommen? Wie ist es, wenn das Baby da ist? Wird das Baby gesund sein?-*

Welche Sicherheit gibt mir das Krankenhaus?

Unser geburtshilfliches Team umfasst Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Gynäkologen sowie weitere Fachärzte, die im Schichtdienst 24 Stunden für Sie da sind und Ihre Wünsche erfüllen.

Wir helfen etwa 450 Kindern jährlich auf die Welt, wovon ca. 100 Elternpaare die Möglichkeit einer Wassergeburt nutzen.

Eine Hebamme begleitet die werdende Mutter durch die Geburt. Sie unterstützt bei der Suche nach der optimalen Gebärposition. Sollten Risiken bestehen oder Notfälle auftreten, so ist die medizinische Versorgung auch durch die anderen internen Fachabteilungen und eine enge Kooperation mit den Bremer Kinderkliniken gewährleistet.

Selbstverständlich stehen uns im Haus moderne Geräte für die Betreuung und Überwachung der Mütter und der Neugeborenen zur Verfügung. Die Möglichkeit eines Kaiserschnitts ist jederzeit gegeben.



Ich will mein Kind so natürlich wie möglich zur Welt bringen und ich möchte mich sicher fühlen. Aber wie kann ich sicher sein, dass alles gut geht?

Ein Kind zur Welt bringen. Wie wird es sein? Kann ich mich spontan entscheiden, in welcher Position ich mein Kind gebären will? Was ist, wenn Schmerzen unerträglich scheinen? Welche Möglichkeiten habe ich?

03

Welche Möglichkeiten habe ich für das Erleben einer sanften und natürlichen Geburt?

Wir legen großen Wert auf eine selbstbestimmte und familienorientierte Geburt. So entscheiden Sie als werdende Mutter selbst, ob Sie ambulant oder stationär gebären möchten.

Sollten Sie sich für eine ambulante Geburt entscheiden, können Sie noch am selben Tag nach ca. drei Stunden mit Ihrem Kind nach Hause gehen. Wichtig dabei ist, dass Sie sich rechtzeitig um eine Hebamme bemühen, die Sie zu Hause weiter betreut. Bei der Suche sind wir Ihnen gerne behilflich.

Falls Sie eine stationäre Geburt vorziehen, stehen Ihnen auf unserer Wochenstation Ein- und Zwei-Bett-Zimmer zur Verfügung, in denen wir Sie gerne betreuen.

Sie können bei uns eine selbstbestimmte Geburt in jeder gewünschten Gebärposition erleben. Eine Hebamme begleitet Sie durch die Geburt. Sie unterstützt Sie und hilft Ihnen, die für Sie optimale Gebärposition zu finden – hockend, stehend, liegend, Vierfüßlerstand oder in unserer Entbindungswanne. Ganz nach Ihrem persönlichem Empfinden.

Zur Linderung der Geburtsschmerzen stehen uns viele Möglichkeiten zur Verfügung: Entspannungsmassagen, Entspannungsbäder, Entspannung durch Licht, Aromatherapie, Homöopathie, Akupunktur aber auch medikamentöse Schmerztherapie. Auch eine PDA (rückenmarksnaher Anästhesie) ist möglich, zur Schmerzlinderung als auch zur Anästhesie bei Kaiserschnitt. Beziehen Sie auch Ihren Partner in Ihre Überlegungen mit ein. Je besser er Ihre Wünsche und Vorstellungen kennt, desto leichter kann er Sie während der Geburt unterstützen.

Wir möchten, dass die Geburt Ihres Kindes für Sie zu einem schönen und unvergesslichen Erlebnis wird!

Was kann ich schon während der Schwangerschaft tun?

Bereits vor der Geburt werden Sie sich mit vielen Fragen rund um die Geburt beschäftigen. Wir sprechen mit Ihnen über Unklarheiten und Probleme und führen Schwangerschaftskurse durch. Hierfür nehmen wir gerne Anmeldungen entgegen.

Kursangebote

In unseren Kursen haben Sie Gelegenheit, sich mit Fragen um die Schwangerschaft, Geburt und der Zeit danach auseinander zu setzen. Selbstverständlich können Sie uns jederzeit unter der Telefonnummer 04791/803-313 erreichen. Gerne beantworten wir alle Ihre Fragen.



Geburtsvorbereitung

Im Geburtsvorbereitungskurs erwartet Sie nicht nur Schwangerengymnastik, sondern Sie können sich darüber hinaus auch auf Geburt und Elternschaft vorbereiten. Der Kurs soll Ängste abbauen und Selbstvertrauen stärken. Übungen zur Körperwahrnehmung, das Erlernen von Massage-, Atem- und Entspannungstechniken, aber auch Gespräche über Veränderungen in der Schwangerschaft, über Geburt, Wochenbett, Stillzeit und Säuglingspflege gehören dazu. Zudem werden verschiedene Gebärpositionen ausprobiert. Wir geben Informationen über eine „normale“ Geburt, aber auch darüber, welche medizinischen Maßnahmen bei schwierigen Geburtsverläufen ergriffen werden.

Geburtsvorbereitungskurse finden über sieben Wochen statt. Die Kosten werden in der Regel durch Ihre Krankenkasse übernommen. Nähere Informationen hierzu finden Sie auf unserer Homepage www.kreiskrankenhaus-osterholz.de

Elterninformationsabend

Sie erfahren etwas über unsere Geburtshilfe, über die kliniktypischen Abläufe rund um die Geburt und über unsere Wochenbettpflege. Ein kurzer Dokumentarfilm vermittelt einen Einblick in das Geschehen während einer Wassergeburt. Die Besichtigung des Kreißsaals und der Wochenstation mit einer Hebamme und einer Kinderkrankenschwester runden die Veranstaltung ab.

Einer unserer Chef- bzw. Fachärzte, ein Kinderarzt, eine Hebamme und eine Kinderkrankenschwester stehen Ihnen jeden ersten Dienstag im Monat um 19 Uhr in unserer Cafeteria für all Ihre Fragen zur Verfügung.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich!



**Wie werde ich
untergebracht?****Das Krankenhaus im Grünen**

Mit seiner ruhigen Lage, umgeben von viel Grün, bietet unser Haus ideale Voraussetzungen für einen angenehmen und entspannten Aufenthalt. Sie können auf Ihrer Terrasse die frische Luft genießen oder einen Spaziergang auf bequemen Wegen durch unsere schönen Gartenanlagen unternehmen. Für eine gesunde Ernährung sorgen wir selbstverständlich. Auf Wunsch können Sie die Mahlzeiten in Ihrem Zimmer, im Aufenthaltsraum oder auch in unserer Cafeteria genießen. Hier steht Ihnen auch ein Wickelraum zur Verfügung.

Kreißsaal

In unseren Entbindungsräumen herrscht eine angenehm häusliche Atmosphäre. Wir haben zwei Kreißsäle. Eine Entbindungswanne für eine Wassergeburt als auch ein gemütliches Doppelbett, welches Ihnen und Ihrem Partner oder Ihrer Begleitperson während der Geburt Möglichkeit zur Ruhe und Entspannung bietet, stehen Ihnen zur Verfügung.

Die Wochenstation

Jedes Zimmer auf unserer Wochenstation verfügt über WC/Dusche, Telefon, Fernseher und eine eigene Terrasse. Auf Wunsch kann Ihr Partner in unserem Familienzimmer übernachten. Das Kinderzimmer verfügt über eine gemütliche Stillecke. Es ist mit einem Sicherheitssystem ausgestattet.

Ihre Besucher sind jederzeit herzlich willkommen!

Das Baby ist da! Endlich! Wir sind erschöpft! Ich will mein Kind bei mir haben. Mein Kind braucht mich und doch bin ich so müde. Wer kümmert sich jetzt um mein Kind? Wie geht es mit dem Stillen?

Wie werde ich betreut?

Rooming-In

Für uns gehören Sie und Ihr Kind zusammen. Deshalb werden Sie beide von einer Kinderkrankenschwester oder Hebamme betreut und haben Ihr Kind, wann immer Sie es wünschen, bei sich – "Rooming in" ist für uns eine Selbstverständlichkeit.

Brauchen Sie etwas Zeit für sich, kümmern sich unsere Kinderkrankenschwestern und Hebammen gerne um Ihr Kind.

Das Stillen

Unsere geschulten Kinderkrankenschwestern beraten und unterstützen Sie in allen Fragen rund ums Stillen. Darüber hinaus haben wir eine speziell geschulte Stillberaterin, die auch bei größeren Problemen weiterhelfen kann. Auch in Ernährungsfragen während der Stillzeit und in der Säuglingspflege steht Ihnen unser geburtshilfliches Team mit Rat und Tat zur Seite. Hierzu finden auch Kurse und Veranstaltungen statt.

Kinderärztliche Untersuchungen

Die Vorsorgeuntersuchungen Ihres Kindes werden von einem Kinderarzt durchgeführt. Natürlich sind Sie und Ihr Partner dabei und sollten Sie Fragen haben, ist der Kinderarzt Ihnen behilflich.



Das Wochenbett

Für die Wochenbettbetreuung zu Hause haben Sie Anspruch auf Hebammenhilfe. Eine Hebamme unterstützt Sie beim Stillen, bei der Säuglingspflege, bei Ernährungsfragen für Mutter und Kind und führt die Wochenbettkontrollen bei Ihnen durch. Die Kosten hierfür werden von den Krankenkassen getragen.

Kurse nach der Geburt

Folgende Kurse bieten wir Ihnen an:

- Rückbildungsgymnastik (Kostenübernahme durch die Krankenkassen)
- PEKiP
- Säuglingsgymnastik

Nähere Informationen hierzu finden Sie auf unserer Homepage www.kreiskrankenhaus-osterholz.de





07

Allgemeiner Service

Meldung ihres Babys

Für die Ausstellung der Geburtsurkunde Ihres Babys benötigt das Standesamt folgende Unterlagen:

- Ihre Geburtsurkunden
- Ihre Personalausweise
- ggf. Ihre Heiratsurkunde
- ggf. eine Vaterschaftsanerkennung

Diese leiten wir für Sie an das Standesamt Osterholz-Scharmbeck weiter.

Dolmetscherservice

Für ausländische Mütter, die bei uns im Haus ihr Kind zur Welt bringen möchten, bieten wir einen Dolmetscherservice an.

Besucherparkplätze

Unser Krankenhausgelände verfügt über ausreichend kostenlose Parkplätze für Ihre Besucher.

Cafeteria

Unsere Cafeteria, von Natur umgeben, ist für unsere Patienten, deren Besucher und das Krankenhauspersonal ein beliebter Treffpunkt. Sie ist täglich von 7.30 Uhr bis 19 Uhr (samstags und sonntags von 10 Uhr bis 18 Uhr) geöffnet. Unser Speiseplan hält täglich eine leckere Auswahl an frisch zubereiteten Menüs für Sie bereit – von der leichten Küche über Vollkost und vegetarische Speisen bis hin zu kalorienreduzierter Kost. Zur Cafeteria gehört ein Kiosk, an dem man Zeitungen, Zeitschriften, Süßigkeiten, Toilettenartikel und Geschenke bis hin zu Postkarten und Briefmarken kaufen kann.

Wegbeschreibung aus Richtung Bremen

- A 27 – Abfahrt Bremen-Burglesum
- B 74 Richtung Stade ca. 7 km geradeaus
- 2. Abfahrt Osterholz-Scharmbeck
- Ausschilderung Kreiskrankenhaus folgen

Wegbeschreibung aus Richtung Bremerhaven

- A 27 – Abfahrt Schwanewede
- L 149 geradeaus bis Osterholz-Scharmbeck
- ab Osterholz-Scharmbeck, Schwaneweder Straße
Ausschilderung Kreiskrankenhaus folgen

Wegbeschreibung aus Richtung Stade

- B 74 – 2. Abfahrt in Osterholz-Scharmbeck
- Ausschilderung Kreiskrankenhaus folgen

Kreiskrankenhaus Osterholz

Am Krankenhaus 4 · 27711 Osterholz-Scharmbeck
Telefon 04791/803-0 · Fax 04791/803-800

E-Mail gyn.geb@kkhohz.de

www.kreiskrankenhaus-osterholz.de