

## Checkliste Hebamme

 Bei einer Hebamme handelt es sich nicht nur um eine Geburtshelferin, sondern sie unterstützt die Schwangere oder die werdenden Eltern - während und nach der Schwangerschaft. Sie ist sozusagen die Ansprechpartnerin überhaupt, wenn es rund um die Geburt geht und hilft Ihnen tatkräftig dabei. Des Weiteren kann sie bei folgenden Situationen und Angelegenheiten helfen und Sie beraten:

- Vorsorgeuntersuchung
- Beschwerden während sowie nach der Schwangerschaft
- bei Fragen, Ängsten oder Sorgen der Eltern
- Geburtsvorbereitung
- Pflegevorbereitung für das Kind
- Säuglingsernährung
- Rückbildungssport

## Wann sollte eine Hebamme hinzugezogen werden?

 Es ist nicht zwingend notwendig eine Hebamme zu engagieren, da Ärzte eine genauso gute Vorsorge für Schwangere bieten. Vorteil einer solchen Hebamme ist, dass sie zeitlich öfters zur Verfügung steht. Sie kann Sie somit ausreichend beraten und unterstützen.

Möchten Sie sich die Unterstützung einer Hebamme holen, fangen Sie frühestmöglich mit der Suche an. Idealerweise sobald der Gynäkologen die Schwangerschaft bestätigt. Insbesondere in Großstädten haben Hebammen viel zu tun und daher bestehen oftmals lange Vorlaufzeiten. Doch die rechtzeitige Suche lohnt sich, da Sie dadurch genügend Zeit haben um die ideale Hebamme für sich zu finden.

## Hebammensuche: Vorgehensweise und Kriterien

 Für die Suche können Ihnen sicherlich Empfehlungen oder Tipps von Freunde, Bekannten oder Verwandten weiterhelfen. Ansonsten sind Frauen- oder Kinderärzte genauso gute Anlaufstellen. Darüber hinaus gibt es den Deutschen Hebammenverband, der

Ihnen auch hilft. Dieser Verband ist ein Zusammenschluss einer Vielzahl von Hebammen, die Schwangere bei der Suche gerne unterstützen.

Haben Sie mögliche geeignete Kandidaten gefunden, können Sie bei einem Vorgespräch die jeweilige Hebamme wie auch ihre Arbeitsweise besser kennenlernen. Fragen Sie sich allerdings selbst vorher, was genau Sie von der Hebamme erwarten. Auf welche Behandlungsmethoden Wert legen Wert? Welche sind gar unerwünscht? Haben Sie mit dem Partner oder alleine die Kriterien für die Hebamme festgelegt, können Termine für die Vorgespräche vereinbart werden.

## Währenddessen können Ihnen die nachstehenden Fragen weitere Hilfestellung geben:

- Kann die Hebamme Ihnen zum voraussichtlichen Entbindungstermin zur Verfügung stehen?
- Zu welchen Uhrzeiten kann sie Ihnen beiseite stehen? Und wie ist sie erreichbar?
- Wer vertritt sie im Krankheitsfall oder wenn sie Urlaub hat?
- Welche Dienstleistungen werden von ihr angeboten? Arbeitet sie dabei alleine oder in einem Team?
- Gibt sie auch Vorbereitungskurse oder andere Kurse an oder kann sie welche empfehlen?
- Zu wann empfiehlt sie außerdem mit derartigen Kursen anzufangen?
- Welche Krankenhäuser würde sie des Weiteren für die Entbindung empfehlen?

## Zu beachtende Kriterien, die Sie im Nachhinein mit in Ihre Entscheidung einbeziehen sollten wären dazu:

- Hebamme sollte Ihnen sympathisch sein
- sie arbeitet in der Nähe, sodass sie Ihnen bei Hilfe schnell beiseite stehen kann
- Leistungen, die einem wichtig sind, sollte sie zudem ebenso anbieten

 Weiterhin ist es nicht zwingend, dass Sie und die Hebamme ein freundschaftliches Verhältnis aufbauen. Solange Sie Ihnen sympathisch ist und Sie ihr vertrauen können, reicht dies aus.

## Welche Hilfe bietet die Hebamme während oder nach der Entbindung?

Zunächst gibt es Hebammen in verschiedenen Bereichen zu unterscheiden:

- angestellte Hebamme des Krankenhauses
- von Hebammen geleitete Geburtshäuser
- bei Hausgeburten

 In Kliniken ist es Pflicht die Entbindung mit einer angestellten Hebamme durchzuführen. Nur in absoluten Noffällen darf der Arzt ohne diese Hilfe entbinden. Angenehmer wäre es für die Schwangere, wenn die betreuende Hebamme bei der Geburt Hilfestellung leistet. Wünschen Sie sich dies, können Sie eine sogenannte Beleghebamme suchen. Diese stehen in einem Belegvertrag zu einem Krankenhaus und sind zu dem voraussichtlichen Entbindungstermin rufbereit.

Geburtshäuser gelten als familiärer und entspannter. Das wesentliche Manko dabei ist, dass bei Schwierigkeiten die Schwangere wiederum ins Krankenhaus verlegt wird. Möchten Sie in einem solchen Geburtshaus Ihr Kind entbinden, sollten Sie wissen, dass die dortigen Hebammen Sie demzufolge betreuen.

Bei der Hausgeburt hingegen ist Ihre betreuende Hebamme für Sie zum errechneten Geburtstermin an Ort und Stelle. Es sollte jedoch beachtet werden, dass eine Hausgeburt und eine Entbindung in einem Geburtshaus nur dann in Frage kommen, wenn kein Risiko für die Schwangerschaft vorliegt. Dies sollte mit dem behandelnden Gynäkologen oder der persönlichen Hebamme besprochen werden.

Ihre Hebamme kann Ihnen eine seelische Unterstützung sein und Sie ebenso fachlich bei Beschwerden während der Geburt beraten. Weiterhin ist sie für die Überwachung des Entbindungsverlauf verantwortlich und kontrolliert den gesundheitlichen Zustand beider - von Mutter und Kind.

## Hilfeleistung nach der Geburt

 Die sogenannte Wochenbettbetreuung beinhaltet die Hilfestellung der Hebamme beim Umgang und bei der Pflege des Säuglings wie auch beim Stillen. Unter anderem gibt sie Tipps zum Baden oder Wickeln Ihres Kindes. Ferner wird der Gesundheitszustand Ihres Babys überprüft und gegebenenfalls auf einen Arzt verwiesen. Die bereits während der Schwangerschaft gebotene Unterstützung erhalten Sie weiterhin nach der Geburt. Die Hebamme stattet der Mutter ausreichende Besuche in der sich um das Wohlbefinden des Kindes sowie der Mutter gesorgt wird.

Hinzu kommt, dass manche Hebammen Kurse für Rückbildungen oder Beckenbodenübungen anbieten. Darüber hinaus werden zudem alternative Methoden wie beispielsweise Akkupunktur angeboten, deren Kosten meist nicht von der Krankenversicherung übernommen wird.

## Kostenübernahme der Krankenversicherung

 Gesetzliche Krankenversicherungen oder auch private Krankenkassen übernehmen vielseitige Hebammenleistungen. Informieren Sie sich darum frühzeitig darüber, welche davon Ihre Krankenkasse abdeckt. Optimalerweise fangen Sie zu Beginn der Schwangerschaft an sich umfangreich darüber zu erkundigen. Folgende Auflistung soll Ihnen die üblichen Kosten aufzeigen. Werden Ihre gewünschten Leistungen nicht genannt, lohnt es sich trotzdem bei Ihrer Kasse nachzufragen, da ihnen ein gewisser Spielraum zur Verfügung steht. In manchen Fällen können sie Ihnen eine Bewilligung erteilen.

### In der Schwangerschaft

- Vorsorgeuntersuchungen durch Hebamme (exkl. Ultraschall)
- Hebammenberatung (persönlich & telefonisch)
- Vorbereitungskurs für die Entbindung (evtl. auch für den Partner)
- evtl. alternative Methoden

### Während der Entbindung

- Geburt mit Hilfestellung der Hebamme

- ✓ GMP-zertifizierte Laborqualität
- ✓ Spezial-Kurierservice



**Kostenlose Beratung**  
Tel: 0800 / 3223221

## Nach der Entbindung

- Besuche in den ersten Lebenswochen des Neugeborenen
- Besuche bei Stillproblemen
- evtl. Säuglingspflegekurs
- Rückbildungskurs

- ✓ GMP-zertifizierte Laborqualität
- ✓ Spezial-Kurierservice



DEUTSCHE  
STAMMZELLEN-  
BANK

WIR GEBEN DEM LEBEN NEUE CHANCEN.



Kostenlose Beratung  
Tel: 0800 / 3223221

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt



DEUTSCHE STAMMZELLENBANK GMBH  
Neuer Wall 50  
20354 Hamburg  
Info@deutsche-stammzellenbank.de  
0800 / 322 322 1

Noch wissensdurstig? Hier erfahren Sie mehr:

-  [Klinikfinder >>](#)
-  [Hebammenliste >>](#)
-  [Gynäkologenliste >>](#)
-  [Weitere Checklisten >>](#)
-  [Fragen zur Geburt >>](#)
-  [Stammzelleneinlagerung >>](#)