



## Service und Hilfen

### Wie finden Sie eine gute Hebamme?

Die Hebamme, die Sie während einer Geburt begleitet, hat einen großen Einfluss auf den Geburtsverlauf. Eine der besten Möglichkeiten, sich über Vorsorge- und Geburtsbegleitungsmöglichkeiten in Ihrer Gegend zu informieren besteht darin, verschiedene Hebammen kennen zu lernen. Achten Sie darauf, wie Sie sich während eines Beratungsgesprächs und danach fühlen.

Vertrauen Sie ruhig Ihrer Intuition. Wenn Sie zufrieden stellende Antworten bekommen haben, sich aber dennoch bei dieser Person nicht wohl fühlen, tun Sie gut daran, sich eine für Sie besser geeignete Hebamme zu suchen.

Nachfolgend finden Sie eine Liste mit speziellen Fragen, die Sie beim Erstkontakt mit einer potenziellen Hebamme stellen können:

#### Fragen an die Hebamme im Falle einer geplanten Geburtshaus- oder Hausgeburt

- Wie lange sind Sie schon freiberuflich in der Geburtshilfe tätig ?
- Mit welchen Ärzten arbeiten Sie zusammen, oder welchen Arzt rufen Sie im Notfall herbei?
- Wie viele Frauen, die Sie betreuen, haben ihren Geburtstermin nahe dem meinen?
- Wie verhalten Sie sich, wenn eine weitere Frau in Ihrer Betreuung gleichzeitig mit mir Wehen bekommt?
- Welche pränatalen Untersuchungen benötigen Sie?
- Haben Sie ein Sauerstoffgerät bei der Geburt bei sich?
- Welche Methoden der Schmerzlinderung schlagen Sie für die Wehen vor?
- Falls nötig, in welche Klinik lassen Sie mich einliefern? Wer wird mich dorthin begleiten?

#### Fragen an die Hebamme im Falle einer geplanten Krankenhausgeburt

- Wie viele Frauen betreuen Sie gleichzeitig?
- Welche Routinemaßnahmen nehmen Sie während der Wehen vor?
- Haben Sie etwas dagegen, wenn mich außer meinen Mann/Partner noch eine mir näher stehende Person betreut?
- Darf ich während der Wehen essen und trinken?
- Können Sie nur in bestimmten Abständen die Herztöne messen, statt mich durchgängig an das CTG zu legen?
- Welche Methoden zur Schmerzlinderung der Wehen schlagen Sie vor?
- Ist die Wehendauer zeitlich begrenzt?
- Legen Sie mir mein Baby nach der Geburt auf den Bauch?
- Warten Sie mit dem Abklemmen der Nabelschnur, bis sie aufhört zu pulsieren?

Quelle: in Anlehnung an: Gaskin, Ina May: Die selbstbestimmte Geburt, Kösel Vlg.