

# Checkliste

## für die ambulante Geburt

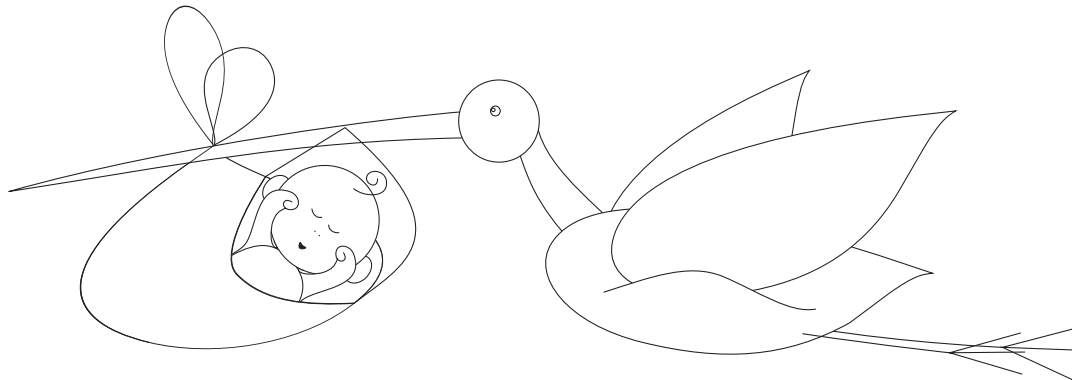


Illustration: W&B/Oksana Gepting/Sabine Schiel

### FÜR DIE KLINIK:

#### Für Mama:

- ein Päckchen dicke Binden (Wochenfluss)
- Einweg-Slip

#### Fürs Baby:

- Body
- Strampler
- Jäckchen
- Mützchen
- Autobabyschale
- eine kleine Decke oder ein Fußsack für die Babyschale

### FÜRS WOCHENBETT:

- viele extradicke Binden
- Stilleinlagen
- Quark, um bei schmerzenden Brüsten Wickel zu machen

#### Telefonnummern:

Meine Hebamme: \_\_\_\_\_

Unser Kinderarzt: \_\_\_\_\_

Die Klinik: \_\_\_\_\_

### UNTERLAGEN:

- Mutterpass
- U-Heft
- Krankenkassenkarte

**Wichtig:** Die Geburt muss innerhalb einer Woche beim Standesamt gemeldet werden. Auch bei ambulanten Geburten übernimmt das in der Regel die Klinik

#### Dazu notwendig:

- Geburtsbescheinigung der Klinik
- Kopie der Personalausweise von Mutter und Vater

#### Bei Ehepaaren:

- Geburtsurkunden der Eltern und vorheriger Kinder
- Beglaubigte Familienstammbuch-Abschrift oder Heiratsurkunde

#### Bei unverheirateten Paaren:

- Geburtsurkunden von Mutter und Vater
- Vaterschaftsanerkennung (kann vor der Geburt beim Standes- und Jugendamt beantragt werden)

#### Bei Alleinstehenden:

- Geburtsurkunde der Mutter

### TERMINE:

- U2:** Zwischen dem dritten und dem zehnten Lebenstag muss der Kinderarzt die Untersuchung machen. Am besten schon vor der Geburt nach einem Kinderarzt umschaun und gleich nach der Geburt einen Termin vereinbaren.
- Neugeborenen-Screening auf Stoffwechsel- und Hormonstörungen:** muss binnen 72 Stunden nach der Geburt stattfinden. Letzteres kann auch die Hebamme übernehmen. Allerdings muss vorher immer eine ärztliche Aufklärung stattfinden! Dazu schon vor der Geburt einen Termin beim Kinderarzt vereinbaren.
- Hör-Screening:** sollte in den ersten vier Tagen nach der Geburt stattfinden. Falls der Kinderarzt es nicht übernimmt, Termin beim HNO-Arzt besorgen.

### ORGANISATION ZU HAUSE:

Putzen, Wäsche waschen, Einkaufen – organisieren Sie sich Unterstützung für die Zeit des Wochenbetts. Klären Sie auch vorab, wer sich um Geschwisterkinder kümmern kann. Alleinerziehende mit mehreren Kindern können über den Frauenarzt oder die Hebamme bei der Krankenkasse eine Haushaltshilfe beantragen