

# DIE GEBURT IHRES KINDES

Informationsbroschüre



# DIE GEBURT IHRES KINDES

Liebe Eltern,

Sie planen, auf unserer Geburtsstation zu entbinden. Es ist uns wichtig, Ihnen so viele Informationen wie möglich an die Hand zu geben, um Ihren Aufenthalt bei uns angenehm und angstfrei zu gestalten. In der vorliegenden Broschüre finden Sie unsere Angebote sowie Tipps und Informationen zu Ihrer Schwangerschaft, der Geburt Ihres Kindes und Ihrer Entlassung.

Unser Team besteht aus Hebammen, Kinderkrankenpfleger/innen, Gynäkolog/innen, Kinderärzt/innen und Anästhesisten. Wir arbeiten eng zusammen, um Ihnen eine sichere Geburt zu garantieren.

Unsere Abteilung befindet sich im ersten Stock des Centre Hospitalier du Nord (CHdN) in Ettelbruck. Hier stehen 18 Betten zur Verfügung. Unsere vier Kreißsäle sind der Entbindungsstation angegliedert; der Zugang ist beschränkt, um Ihnen die für eine gute Geburt notwendige Intimität zu gewährleisten. Wir hoffen, wir können Ihnen mit dieser Broschüre Antworten auf Ihre Fragen geben. Selbstverständlich stehen wir für weitere Auskünfte jederzeit gern zur Verfügung.

Ihr Team von der Geburtsstation des CHdN



# DIE SCHWANGERSCHAFT

## Geburtsvorbereitung

Das CHdN bietet Ihnen einen Geburtsvorbereitungskurs sowie Informationsveranstaltungen an.

- Der Geburtsvorbereitungskurs soll sie körperlich und mental auf Ihre Schwangerschaft, die Entbindung und das neue Leben mit Ihrem Kind vorbereiten. Die Kurse finden in der Abteilung für Physiotherapie statt. Ein Kurs umfasst acht Sitzungen mit einer Dauer von etwa ein- einhalb Stunden. Jede Sitzung kostet 10 € (nicht von der CNS erstattet).
- Bei den Informationsveranstaltungen geht es einerseits um das Stillen, andererseits um das Tragen Ihres Neugeborenen. Die Teilnahme an diesen Veranstaltungen ist kostenlos.

Ihr/e Partner/in ist herzlich willkommen.

Weitere Informationen und die Anmelde-modalitäten finden Sie in der Broschüre „Geburtsvorbereitungskurse“. Dort sind auch die Kurse der Eltereschoul J. Korczak aufgelistet.

## Hebammensprechstunde vor der Geburt

Während der Schwangerschaft sollten Sie zwei Termine bei unseren Hebammen wahrnehmen. Die Sprechstunden finden um die 26. und 36. Schwangerschaftswoche statt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Sie können alleine oder in Begleitung einer Person Ihrer Wahl zur Sprechstunde kommen. Folgende Themen werden angesprochen:

- Begleitung während der Schwangerschaft und Informationen über den Verlauf,
- Hilfestellung bei der Entscheidungsfindung,
- Vorbereitung auf den einzigartigen Moment der Geburt,
- Vorbereitung der ersten Augenblicke mit Ihrem Baby und Ihrem/Ihrer Partner/-in,
- Vorbereitung Ihrer Patientenakte,
- Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit,
- soziale, diätetische und/oder psychologische Beratung,
- Vorbereitung Ihrer Entlassung (freiberufliche Hebamme zur Nachsorge, Hilfsangebote usw.).

Bringen Sie bitte folgende Unterlagen zur Hebammensprechstunde mit:

- Blutgruppenkarte,
- Mutterpass,
- Sozialversicherungskarte,
- Personalausweis,
- Blutanalysen / Röntgenberichte.

Wenn Sie sich eine Begleitung nach der Entbindung zu Hause wünschen, wenden Sie sich bitte während der Schwangerschaft zusätzlich an eine freiberufliche Nachsorgehebamme.

Auf der Seite [www.sages-femmes.lu](http://www.sages-femmes.lu) finden Sie eine Liste aller freiberuflich tätigen Hebammen.

**Telefonische Terminvereinbarung**  
**montags bis freitags von 8:00 - 12:00 Uhr**  
**☎ (+352) 8166-61114**

### Termin beim Anästhesisten

Während des dritten Trimesters Ihrer Schwangerschaft sollten Sie einen Termin bei einem Anästhesisten wahrnehmen. Bitte vereinbaren Sie einen Termin:

☎ (+352) 8166-8166





## KLINIKTASCHE PACKEN

Um im Eifer des Gefechts nichts zu vergessen, empfehlen wir Ihnen, Ihre gepackte Tasche griffbereit zu haben. Hier eine Checkliste, damit Sie nichts vergessen.

### Notwendige Dokumente

- Blutgruppenkarte,
- Mutterpass,
- Sozialversicherungskarte und Zusatzversicherungskarte (falls vorhanden)
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde (falls vorhanden),
- Personalausweis oder Reisepass,
- aktuelle Befunde.

### Für den Kreißsaal

Das, womit Sie sich wohlfühlen:

- Lippenbalsam, Wasserzerstäuber, CD, Fotoapparat, eine Flasche Wasser, isotonische Getränke (Getränkeautomat vor Ort) usw.
- Bequeme Kleidung für Sie und Ihren Begleiter, etwas zu lesen, Snacks (Getränkeautomat vor Ort).

### Für den Aufenthalt auf der Wöchnerinnenstation

- Schlafanzüge, Nachthemden oder T-Shirts,
- bequeme Kleidung für drinnen,
- Unterhosen (vorzugsweise aus Baumwolle),
- Handtücher, Waschlapen, Kulturbeutel,
- bügelloser BH in angemessener Größe,
- ggfs. Kompressionsstrümpfe.

Binden werden Ihnen zur Verfügung gestellt.

### Für Ihr Baby

- Strampelanzüge mit Füßen,
- Bodys,
- Söckchen,
- an die Jahreszeit angepasste Mütze.

Lassen Sie sich den Kindersitz (Maxi-Cosi) am Tag Ihrer Entlassung mitbringen. Bringen Sie eine leichte Decke mit, wenn Sie das Zimmer verlassen oder um das Baby zu pucken. Windeln und ein Schlafsack werden Ihnen im Krankenhaus zur Verfügung gestellt.

# IHR AUFENTHALT BEI UNS

## Wann sollten Sie sich ins Krankenhaus begeben?

- Wenn Sie regelmäßige Wehen haben.
- Wenn die Fruchtblase geplatzt ist oder wenn Sie ungeklärten Flüssigkeitsabgang feststellen.
- Wenn Sie Ihr Baby nicht mehr spüren.
- Wenn Sie Blutungen haben.
- Wenn Sie vor der 36. Woche Wehen haben.
- Wenn Sie besorgt sind, ganz gleich aus welchem Grund.

## Wer darf mich begleiten?

Sie können sich von einer oder zwei Personen Ihrer Wahl begleiten lassen. Die Begleitpersonen können einen Ausweis erhalten, den es ihnen ermöglicht, den Kreißaal hin und wieder zu verlassen.

## Wie lassen sich die Schmerzen lindern?

- Durch Bewegung,
- Änderung der Position mithilfe von Bällen oder Kissen,
- Massage,
- ein Bad,
- Entspannungstechniken,
- Musik,
- Aromapflege,
- eine Periduralanästhesie (PDA).

Wenn Sie Kurse in Hypnose oder Haptonomie belegt haben, unterstützen wir Sie gern bei der Umsetzung.

## Anwesenheit Gynäkologe

Während der Woche (tagsüber) wird Ihr behandelnde/r Gynäkologe/in über Ihre Anwesenheit informiert. Am Wochenende, an Feiertagen, nachts oder sollte er/sie im Urlaub sein, steht stets der/die diensthabende Gynäkologe/in zur Verfügung.





### Anwesenheit Kinderarzt

Im Notfall steht rund um die Uhr ein/e Kinderarzt/ärztin zur Verfügung. Die erste Untersuchung Ihres Babys erfolgt in der Regel einen Tag nach der Entbindung. Eine zweite Untersuchung wird am Tag Ihrer Entlassung durchgeführt. Der/Die Kinderarzt/ärztin untersucht das Baby in Anwesenheit der Eltern im Zimmer

### Bleibt mein Baby stets bei mir?

Die erste Begegnung mit Ihrem Baby ist sehr wichtig. Man nennt das „Bonding“. In den ersten Stunden hat das Baby dauerhaft Hautkontakt mit Ihnen oder Ihrem/Ihrer Partner/-in. Während Ihres Aufenthalts bleibt Ihr Baby in Ihrem Zimmer. Das ist das Prinzip des „Rooming-in“.

### Die Zimmer

Die Wöchnerinnenstation verfügt über sechs Einzel- und sechs Zweibettzimmer. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Versicherung oder Zusatzversicherung, ob der Einzelzimmerzuschlag übernommen wird.

Alle Zimmer verfügen über Kühlschrank, Safe, Fernseher und Radio. Der Zugriff auf das Wi-Fi-Netzwerk ist auf Anfrage möglich und kostenpflichtig. Auf der Wöchnerinnenstation steht Ihnen ein Spender für stilles und kohlenensäurehaltiges Wasser zur Verfügung.

## Besuch

Ihr/Ihre Partner/-in ist den ganzen Tag über zwischen 8:00 und 20:30 Uhr willkommen. Er/Sie kann nur dann im Krankenhaus übernachten, wenn Sie ein Einzelzimmer haben (dieser Service ist kostenpflichtig).

Besuche von Familie und Freunden sind nur nachmittags möglich, damit Sie Zeit haben, sich auszuruhen und die pflegerischen Abläufe nicht gestört werden. Wir empfehlen Ihnen dringend, die Besuche in den ersten 24 Stunden auf den/die Partner/-in und ggfs. Geschwister zu begrenzen.

## Mahlzeiten

Morgens können Sie zwischen 8:00 und 9:30 Uhr zusammen mit anderen Müttern am Buffet frühstücken. Mittags und abends haben Sie die Wahl zwischen zwei verschiedenen Menüs und einem vegetarischen Gericht. Gegen Aufpreis ist ein Menü à la carte möglich. Tee, Kaffee und Wasser stehen Ihnen jederzeit zur Verfügung. Begleitpersonen in Einzelzimmern können Mahlzeiten bestellen, die vor Ort bezahlt werden.

## Sicherheitssystem

Das CHdN stellt Ihnen kostenfrei ein elektronisches Überwachungssystem für Ihr Baby zur Verfügung, welches ein eventuelles Entführungsrisiko verringern soll.

## Wie funktioniert das?

Das System besteht aus einem Tag (elektronisches Kennzeichen) für das Baby und einem für die Mutter. Der Tag für das Kind wird am Body im Bauchbereich befestigt. Wenn jemand versucht, mit dem Baby die Abteilung zu verlassen, geht ein Alarm auf der gesamten Station los. Das Personal kann dann sofort sehen, wo sich das Baby befindet.

## Kann ich die Station trotz des Systems mit meinem Baby verlassen?

Wir empfehlen Ihnen, die Station mit Ihrem Kind nicht zu verlassen. Wenn Sie Ihre Familie trotzdem mit dem Baby begleiten und die Station dabei verlassen wollen, vergessen Sie nicht, Ihren Tag mitzunehmen.

## Bin ich verpflichtet, das System zu benutzen?

Die Entscheidung, ob Sie das System nutzen möchten, bleibt Ihnen überlassen. Es gibt keinerlei gesetzliche Verpflichtung dazu. Wir bitten Sie aber, uns Ihre Entscheidung mit einer Unterschrift zu bestätigen.

Wir empfehlen Ihnen ohnehin, Ihr Baby niemals allein zu lassen!



## GEBURTSANZEIGE

Jede Geburt muss beim Standesamt der Gemeinde, in der die Geburt stattgefunden hat, innerhalb von 10 Tagen (den Tag der Entbindung nicht eingerechnet) gemeldet werden. Die Geburt kann vom Vater, der Mutter, der Hebamme oder jeder anderen Person, die bei der Geburt anwesend war, angemeldet werden (gegen Vorlage der vom Arzt oder der Hebamme ausgestellten „Geburtsanzeige - avis de naissance“). Wenn das Paar nicht verheiratet ist, muss der Vater unbedingt die Geburt des Kindes anmelden, da sonst der Name des Vaters nicht auf der Urkunde erscheint.

Luxemburgische Eltern müssen folgende Dokumente vorweisen:

- Personalausweise oder Reisepässe der Eltern,
- Geburtsanzeige des Krankenhauses,
- beim ersten gemeinsamen Kind: Erklärung über die Wahl des Familiennamens,
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde, wenn die Ehe nach dem 31.12.2014 geschlossen wurde (bei verheirateten Eltern).

Eltern, die eine ausländische Staatsangehörigkeit besitzen, müssen folgende Dokumente vorweisen:

- Personalausweise oder Reisepässe und Aufenthaltsnachweis (Aufenthaltsgenehmigung, Aufenthaltskarte oder Meldebescheinigung) der Eltern,
- Geburtsanzeige des Krankenhauses,
- Portugiesische Staatsangehörige, die für ihr Kind die portugiesische Staatsangehörigkeit beantragen wollen, müssen zunächst die Anmeldung im portugiesischen Konsulat vornehmen und eine Vollmacht und den entsprechenden Bogen für das portugiesische Geburtsregister mitbringen,
- Familienstammbuch oder Heiratsurkunde, wenn die Ehe nach dem 31.12.2014 geschlossen wurde (bei verheirateten Eltern).
- Andere Staatsangehörige informieren sich bitte vor der Geburt bei ihrer Botschaft.

# ENTLASSUNG

Die meisten Mütter bleiben im Durchschnitt knapp 3 Tage auf der Wöchnerinnenstation. Eine vorzeitige Entlassung ist mit ärztlicher Zustimmung möglich. Auch die Möglichkeit einer vorher organisierten ambulanten Entbindung ist gegeben.

Wenn Sie eine Nachsorge wünschen, konsultieren Sie bereits in der Schwangerschaft die Seite [www.sages-femmes.lu](http://www.sages-femmes.lu). Dort finden Sie eine Liste der freiberuflich tätigen Hebammen, die Sie begleiten können. Bitte nehmen Sie während der Schwangerschaft Kontakt auf, um ein erstes Treffen zu vereinbaren.

Bevor Sie nach Hause gehen, vergessen Sie nicht:

- die Tags abzugeben,
- sich die notwendigen Rezepte (Schmerzmittel, Nachsorgehebamme usw.) aushändigen zu lassen,
- kontrollieren zu lassen, ob Ihr Baby im Kindersitz richtig angeschnallt ist.

Wenn Sie zu Hause angekommen sind, vereinbaren Sie Termine für:

- die Erstuntersuchung beim Kinderarzt Ihrer Wahl,
- die Kontrolluntersuchung beim Gynäkologen/in (zwei bis zehn Wochen nach der Entbindung).

Vor allem sollten Sie sich jetzt Zeit nehmen, sich zu erholen und in Ihr neues Familienleben einzufinden!

Wenn Sie möchten, melden Sie sich auch an für:

- eine Stillberatung,
- einen Rückbildungskurs (frühestens sechs Wochen nach der Entbindung),
- oder andere Angebote.





## STILLBERATUNG

Die Stillberatung bietet Schwangeren und Müttern Informationen, Beratung und Unterstützung rund um das Thema Stillen und Ernährung des Kindes. Die Teilnahme ist nach Terminvereinbarung kostenlos.

Unsere Still- und Laktationsberaterinnen IBCLC stehen zu Ihrer Verfügung und bieten Ihnen eine individuelle und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Begleitung und Betreuung. In der Beratung können die Mütter ihre Gefühle und Sorgen ausdrücken. Auf der Grundlage ihrer persönlichen Erfahrung erhält jede Mutter an ihre persönliche Lebenssituation und ihre wirtschaftliche und soziale Lage angepasste Informationen.

Die Stillberatung kann die Qualität der Ernährung entscheidend beeinflussen, da die Mütter und ihre Kinder hier von der Geburt bis zum eigenständigen Essen begleitet werden. Unser Ziel besteht darin, Sie professionell zu betreuen und an unseren Erfahrungen teilhaben zu lassen. Bei der professionellen Stillberatung profitieren Sie von der Zusammenarbeit

zwischen Gynäkolog/-innen, Kinderärzt/-innen, freiberuflichen Hebammen, Ernährungsberaterinnen, Sozialarbeiterinnen und unseren Apothekern.

### Leistungen / Sprechstunde

- allgemeine Informationen,
- Säuglingsernährung,
- Neugeborenenpflege,
- Stillen und Berufsleben,
- Einführung des Zufütterns, Diversifizierung der Ernährung,
- Kontrolle des Wachstums des Neugeborenen,
- Stillen bei Erkrankungen des Babys oder der Mutter,
- Abstillen.

#### Terminvereinbarung:

☎ (+352) 8166-51222 oder

☎ (+352) 8166-51110

Sprechstunde Mittwoch und

Donnerstag von 8:30 bis 16:30 Uhr

# RÜCKBILDUNG

Die Abteilung für Physiotherapie des CHdN bietet Rückbildungskurse an. Sie können frühestens sechs Wochen nach der Entbindung damit beginnen. Wir bieten Ihnen acht Sitzungen mit folgenden Inhalten an:

- Einschätzung Ihrer individuellen Situation,
- urogenitale Rückbildung mit oder ohne Biofeedback,
- Rückbildungsgymnastik.

Die Kurse finden in Einzelsitzungen statt. Sie können Ihr Baby mitbringen.

**Terminvereinbarung:**

☎ (+352) 8166-63240 oder (+352) 8166-63245

✉ [reeduc.perineale@chdn.lu](mailto:reeduc.perineale@chdn.lu)







Service de maternité  
CHdN Ettelbruck - Unité de soins 11  
☎ (+352) 8166-51110



120, avenue Salentiny  
L-9002 Ettelbruck  
☎ (+352) 8166-1

10, rue G.-D. Charlotte  
L-9515 Wiltz  
☎ (+352) 8166-9