

Informationen für werdende Eltern...



...über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett im Spital Thusis

Herzlich Willkommen!

Mit dieser Präsentation vermitteln wir einen Einblick in unsere Gebär- und Wochenbettabteilung:

- Unsere Philosophie
- Gebär- und Wochenbettzimmer
- Geburtshilfliches Team und kinderärztlicher Dienst
- Angebote rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett
- Betreuungsangebot nach Spitalaustritt

Unsere Philosophie

Wir erachten die Schwangerschaft und Geburt als einen normalen, natürlichen Vorgang, sehen unsere Rolle unterstützend und begleitend. Wir greifen so wenig wie möglich und nur wenn nötig in diesen Prozess ein. Es ist uns ein grosses Anliegen, jede Familie so einzigartig wie sie selbst sind zu betreuen. Da die Geburt ein sehr intimes Erlebnis ist, ist ein respektvoller und empathischer Umgang für uns zentral.

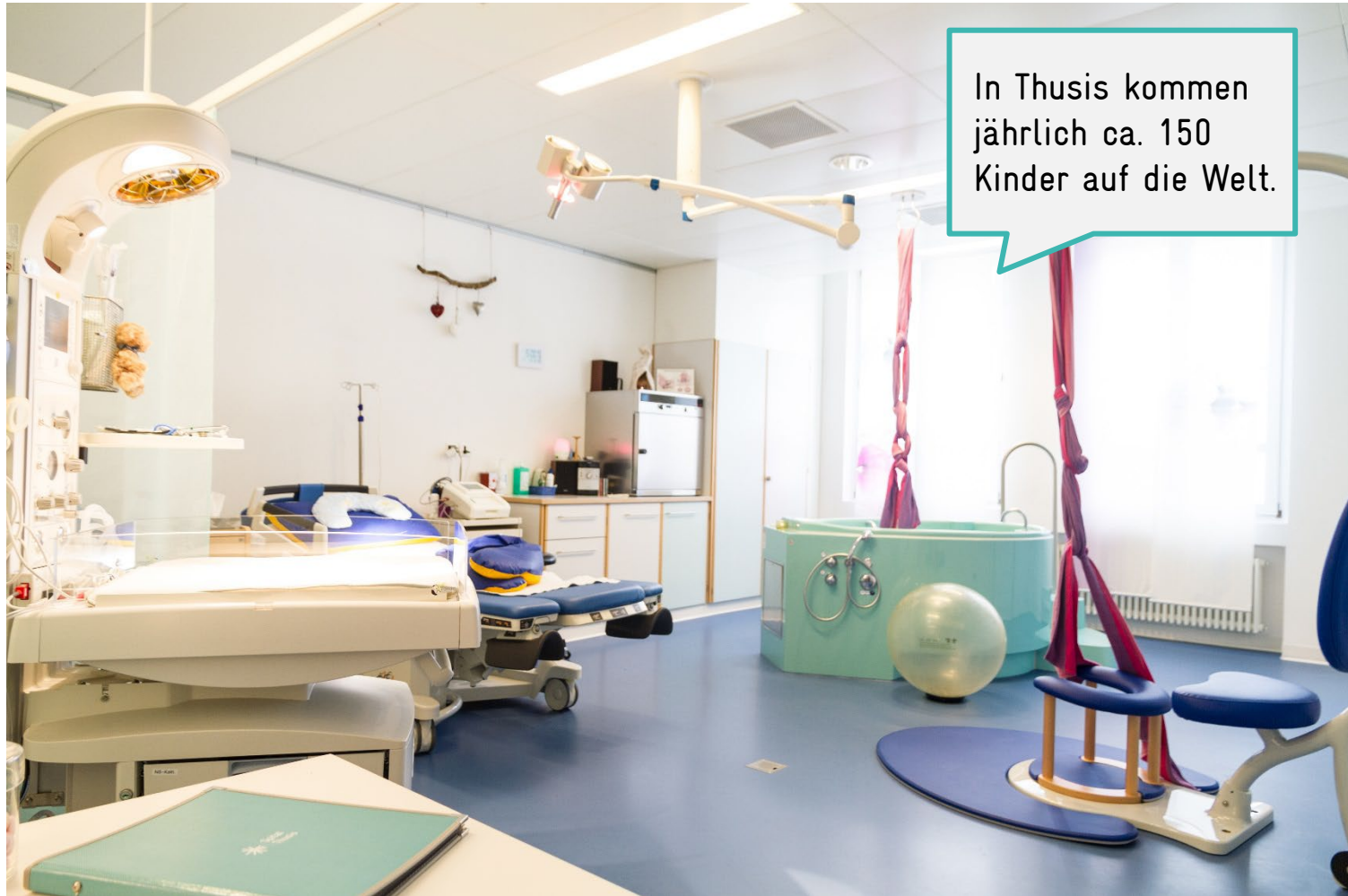


Unsere Abteilung

Die Wochenbettstation und die Gebärabteilung befinden sich im 2. Stock. Dort finden ebenfalls Schwangerschaftskontrollen und die gynäkologische Sprechstunde statt.



Geburtsraum 1



Geburtsraum 2





Wochenbettzimmer

Nach einer unkomplizierten Geburt und wenn es euch und eurem Kind gut geht, dauert der Spitalaufenthalt max. 3 Nächte. Wir bitten um Check Out am Austrittstag bis 11:00 Uhr. Im Normalfall bieten wir Einzel- oder auf Wunsch kostenpflichtige Familienzimmer für alle Frauen/Paare an. Nur bei starker Auslastung werden Zweibettzimmer erforderlich sein.





Wochenbettzimmer

Besuchsregelung:

Auf der Wochenbettstation sind der Vater und die Geschwisterkinder jederzeit willkommen. Für weitere Besucher gilt folgende Besuchszeit: 14:00 – 19:45 Uhr.



Hebammen



Die werdende Familie wird hauptsächlich durch uns Hebammen betreut und beraten.

Wir sind insgesamt 10 Hebammen und arbeiten im Drei-Schicht-Betrieb. Es kann daher durchaus vorkommen, dass es zu einem Hebammenwechsel während eurer Betreuung kommt.

Wir arbeiten bei Bedarf eng mit anderen Fachpersonen zusammen.

Betreuung

Zusätzlich zur Hebammenbetreuung stehen euch Ärzte/-innen aus den folgenden medizinischen Disziplinen für die Betreuung von Schwangeren, Gebärenden, Wöchnerinnen und Neugeborenen zur Seite:

- Gynäkologie
- Anästhesie
- Pädiatrie
- Innere Medizin
- Chirurgie





Gynäkologen

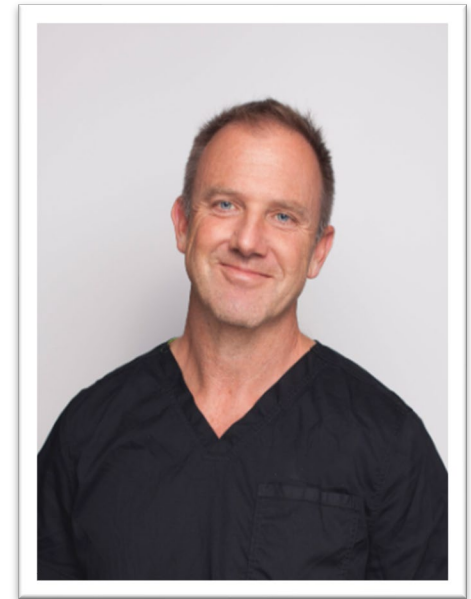
Dr. Patricia Kollow, Dr. Armin Rütten und Med. Axel Mühlan sind Fachärzte der Gynäkologie und Geburtshilfe. Neben ihrer Zuständigkeit für geburtshilfliche Eingriffe führen sie die gynäkologische Sprechstunde und die Schwangerschaftssprechstunde im Spital Thuis.



Dr. med. Armin Rütten
Stv. Chefarzt



Dr. med. Patricia Kollow
Chefärztin



Med. Axel Mühlan
Leitender Arzt

Kinderärzte



Dr. Nadège Krafft



Dr. Werner Krafft



Dr. Brigitte Scharrer

Nadège und Werner Krafft führen die Kinderarztpraxis Feldstrasse in Thuis. Sie kommen jeweils am Dienstag- und Freitagmorgen zur Kinderarztvisite auf die Wochenbettabteilung. Im Notfall kommen sie jederzeit ins Spital.

Die Hebammen und das Anästhesiepersonal sind für Neugeborenen-Notfälle ebenfalls ausgebildet. Bei Bedarf arbeiten wir eng mit der Kinderintensivstation Chur zusammen.



Schwangerschaftsbegleitung

*„Schwanger sein bedeutet
in guter Hoffnung sein.“*

Wir begleiten eure Schwangerschaft kompetent und einfühlsam.

Wir informieren euch immer über allfällige Massnahmen wie spezielle Untersuchungen, Blutentnahmen etc., damit ihr euren Schwangerschaftsverlauf mitgestalten könnt.

Für die Schwangerschaftskontrollen ist bei uns jeden Mittwoch und Donnerstag eine Hebamme eingeteilt, die euch zusammen mit den Gynäkologen begleitet.

Geburtsbegleitung

Wir Hebammen sind eure Begleiterinnen bei der Geburt:

Wir helfen euch einen Umgang mit den Kontraktionen zu finden, wir atmen mit euch, wir motivieren und unterstützen mit Rat und Tat.

Wir stehen stets in engem Kontakt mit unseren Ärzten und rufen sie bei Bedarf zur Mitunterstützung.



Bedingungen für eine Geburt in Thuis:

- Vollendete 36 Schwangerschaftswochen
- Nur ein Kind, keine Zwillinge oder Mehrlinge
- Schädellage ist für eine vaginalgeburt erforderlich

Geburtsvorbereitung

Eure Wünsche für die Begleitung vor, während und nach der Geburt nehmen wir uns gerne zu Herzen.

Ihr habt sicherlich schon eigene Strategien, um mit bekannten Schmerzen wie Kopf-, Bauch- oder Menstruationsbeschwerden umzugehen. Meistens sind diese schmerzlindernden Massnahmen auch unter der Geburt hilfreich.

Ihr dürft gerne eigene pflanzliche oder homöopathische Heilmittel, ätherische und Massage-Öle oder eigene Musik zur Geburt mitbringen.



Was soll ich einpacken?

Dokumente:

- Blutgruppenausweis
- Mutterpass, sofern vorhanden
- Dokumente zur Registrierung eures Kindes: Familienbüchlein, Vaterschaftsanerkennung (unverheiratete Paare), ev. Ausländerausweis, Heiratsurkunde
- Krankenkassen-Versicherungsausweis der Frau

Persönliches:

- Bequeme Kleidung, warme Socken für die Geburt, Still-BH, Bademantel, Hausschuhe
- Toilettenartikel
- Für das Kind: Kleider für den Austrittstag und einen Sicherheits-Babysitz für die Heimfahrt mit dem Auto



Geht's los? Was nun?

Was sind Zeichen, um sich bei der Hebamme telefonisch zu melden:

- Einsetzende, stärker werdende oder regelmässige Wehen
- Abgang von Fruchtwasser
- Vaginale Blutung
- Mangelnde Kindsbewegungen
- Unwohles Gefühl

Hebammen-Telefon: 081 632 24 20 (Tag und Nacht)

Es kann sein, dass wir euch nach der Kontrolle nochmals nach Hause lassen. Manchmal ist es schwierig, Vorbereitungswehen von Geburtswehen zu unterscheiden. In der Vorbereitungsphase, der sogenannten Latenzphase, seid ihr zu Hause oft am besten aufgehoben.

Ankommen im Spital

Tagsüber (07:00 – 20:00h):

Über den Haupteingang gelangt ihr zum Empfang, dort werden die Personalien aufgenommen. Die Gebärabteilung befindet sich im 2. Stock. Dort begrüsst euch die diensthabende Hebamme.

Nachts (20:00 – 07:00h):

Rechts vom Haupteingang befindet sich der Noteingang mit der Notfallklingel. Über die Freisprechanlage könnt ihr euch anmelden. Anschliessend werdet ihr von der Hebamme oder einer Pflegenden in den 2. Stock begleitet.

Parkplatz:

Zur Geburt kann der Notfallparkplatz direkt vor dem Spital benutzt werden. Für nachfolgende Besuche bitte das Parkhaus benutzen.

Unterstützung durch Begleitperson(en)



Die meisten Gebärenden schätzen die Unterstützung durch den Partner oder eine andere Begleitperson sehr. Schon die Präsenz der Begleitperson trägt zu einer vertrauteren Atmosphäre bei. Zudem kennt diese die Bedürfnisse der Gebärenden sehr gut.

Wenn erwünscht, kann die Hebamme die Begleitperson aktiv durch kleinere „Aufgaben“ wie beispielsweise das Massieren des unteren Rückens involvieren. Die Begleitperson kann während der Geburtsbetreuung die Hauptmahlzeiten über die Spitalküche bestellen.

Umgang mit den Geburtswehen

Die Kontraktionen werden von Frau zu Frau unterschiedlich wahrgenommen. Deshalb benötigt die Gebärende nach subjektivem Erachten allenfalls unterstützende Massnahmen.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um euch den Umgang mit den Geburtswehen zu erleichtern:

Natürliche Möglichkeiten

- Atemtechniken
- Massagen
- Wickel, Wärmeanwendungen
- Aromatherapie
- Homöopathie
- Musik
- Bad

Medikamentösen Möglichkeiten

- Diverse Schmerzmittel
- Lachgas
- Periduralanästhesie

Geburtspositionen

Es gibt unzählige Möglichkeiten und Hilfsmittel, wie du dich während der Geburt bewegen und positionieren kannst. Oft spürst du, welche Gebärposition sich zum aktuellen Zeitpunkt am angenehmsten anfühlt. Dies kann sich stets wieder ändern.



Kaiserschnitt




Für einen Kaiserschnitt vor oder nach Einsetzen der Geburtswehen wird grundsätzlich eine Teilnarkose (Spinalanästhesie) empfohlen. Bei einem Notkaiserschnitt kann eine Vollnarkose erforderlich sein. In der Regel darf die Begleitperson im OP dabei sein.

Nachdem das Kind geboren ist, überreicht der Arzt das Neugeborene der Hebamme. Nach einer kurzen Kontrolle des Neugeborenen im Nebenraum, wird es in warme Tücher eingepackt und direkt der Mama auf die Brust gelegt (Bonding auf Wunsch bis zur Verlegung vom OP ins Zimmer).

Das Spital Thusis hat mit 19% (2020) eine tiefe Kaiserschnitttrate.

Bonding



Das erste Kennenlernen und Bewundern eures Kindes nennen wir Bonding. Dies geschieht direkt nach der Geburt über den Hautkontakt zu den Eltern. Diese wertvollen ersten Stunden gehören euch und eurem Kind. Meistens sucht das Neugeborene in dieser Zeit schon nach der Brust und kann zum ersten Mal gestillt werden. Erst danach wird euer Kind gewogen, gemessen und angezogen.

Wochenbett

Wenige Stunden nach der Geburt beginnt der Aufenthalt auf der Wochenbett-
abteilung. Die junge Familie wird dort
sehr individuell durch die Hebammen
begleitet und beraten. Wir legen viel
Wert auf eure Erholung und bestärken
euch in eurer Elternrolle.

Euer Kind ist stets bei euch im Zimmer
(Rooming-in). Wir führen euch Schritt für
Schritt in die Kinderpflege ein.



Auf Wunsch sind kostenpflichtige
Familienzimmer verfügbar.

Stillphilosophie



Grundsätzlich bietet das Stillen die natürlichste Form der Ernährung für das Neugeborene. Es intensiviert die Mutter-Kind-Beziehung durch die körperliche Nähe. Darum nehmen wir uns viel Zeit, euch beim Stillen zu unterstützen. Wir haben auch diverse Hilfsmittel zur Verfügung bei allfälligen Still Schwierigkeiten.

Falls ihr euer Kind nicht stillen möchtet oder könnt, respektieren wir das und unterstützen euch in der Zubereitung und Verabreichung der Säuglingsnahrung.

Und dann...

...wünschen wir euch einen guten Start zu Hause!

Die Versicherung bezahlt euch nach der Geburt eine ambulante Betreuung durch eine Hebamme, welche euch zu Hause weiterbegleitet:

Unter www.ostschweizer-hebammen.ch könnt ihr bereits jetzt eine Hebamme fürs Wochenbett zu Hause organisieren. Dies ist nicht obligatorisch, doch gerade beim ersten Kind sehr empfehlenswert.

Stillberatungen können während der gesamten Stilldauer bei uns besucht werden.

3 Stillberatungen werden von der Krankenkasse übernommen.

Nach 6–8 Wochen empfehlen wir einen Nachsorgetermin für die Mutter bei ihrem Gynäkologen.

Mütter- und Väterberatung

Hier findet ihr Unterstützung für Fragen und Anliegen rund um das Kind innerhalb der ersten 5 Lebensjahre. Diese Beratungsstelle hat besonders die folgenden Punkte im Fokus:

- ❖ Entwicklung und Erziehung
- ❖ Stillen, Ernährung, Bewegungsförderung
- ❖ Gesundheitsförderung und Prävention
- ❖ Kinderschutz und Familie



Tina Ardüser

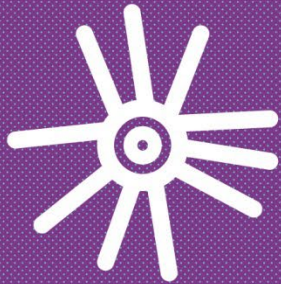


Judith Hürbi



Andrea Koch



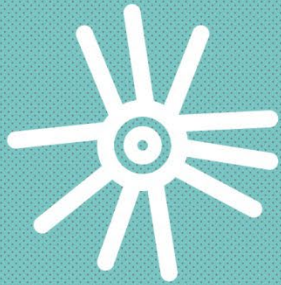


Klein – familiär – persönlich – freundlich –
farbig – warm ist unsere Gebärabteilung.

Hebammen-, Ärzte- und Pfllegeteam
im Spital Thusis betreuen Euch ganzheitlich
und individuell während Schwangerschaft,
Geburt und Wochenbett.

Es ist uns wichtig, dass ihr eine angenehme
Geburt und ein erholsames Wochenbett bei uns
verbringen könnt. Teilt uns eure Wünsche mit,
wir gehen gerne darauf ein.

Wir begleiten euch mit grossem Fachwissen,
viel Erfahrung , mit Respekt und
Einfühlungsvermögen und mit dem Ziel, euch
zufrieden und entspannt ins Familienleben zu
entlassen.



Herzlichen Dank für euer
Interesse und eure
Aufmerksamkeit!

Hebammen- und Ärzte-Team
Thuis