

## ***Checkliste Geburtsplan***

Bald ist es so weit und das Kind kommt auf die Welt?  
Damit für die Entbindung alles gut vorbereitet ist, hilft ein Geburtsplan.  
Werdende Eltern können den **FamilienMomente**-Plan für die  
Entbindung nutzen.

### ***Allgemeine Angaben***

- Name \_\_\_\_\_
- Entbindungstermin \_\_\_\_\_
- Kontaktdaten von Arzt, Hebamme, ggf. Doula \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Adresse des Krankenhauses/Geburtshaus \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Name und Kontakt des Geburtspartners \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- relevante gesundheitliche Informationen \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### ***Die Wehenphase***

- Möchtest du in dieser Phase von deinem Geburtspartner begleitet werden?
- Welche Geburtsorte kommen für dich in Frage? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Welche Geburtspositionen möchtest du probieren? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Möchtest du eine Schmerzlinderung/PDA? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Stimmt du einer künstlichen Einleitung zu? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### **Die Geburt**

- Soll dein Partner dabei sein? Wo darf dieser stehen? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Wenn es zu einem Kaiserschnitt kommt, welche Art der Narkose möchtest du?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Ziehst du einen Dammschnitt einem möglichen Riss vor? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Wer darf die Nabelschnur durchtrennen? \_\_\_\_\_
- Möchtest du die Plazenta mit nach Hause nehmen? \_\_\_\_\_
- Soll die Nabelschnur auspulsieren, bevor sie durchtrennt wird? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Möchtest du Nabelschnurblut als Stammzellspende einlagern? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### **Nach der Geburt**

- Wer darf dein Baby zuerst halten? \_\_\_\_\_
- Möchtest du über jede Untersuchung des Babys informiert werden? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Möchtest du die Hilfe einer Stillberaterin in Anspruch nehmen? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Wünschst du im Krankenhaus Besuch von Freunden und Verwandten?  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

