



RegioNetzwerk für die Frau

- Gynäkologie Eschweiler
- Geburtshilfe Stolberg

*Gemeinsam stark für Sie!*



# Checkliste für werdende Eltern



Information kompakt



**BETHLEHEM  
GESUNDHEITSZENTRUM  
STOLBERG gGmbH**

*Wir nehmen uns Zeit für Sie*



# Startklar fürs Baby

Ein kleiner Mensch wächst in Ihnen heran. Vielleicht fühlen Sie schon erste Bewegungen. Vor Ihnen liegt eine aufregende Zeit und Sie werden sicherlich viele Fragen haben, zumal jede Geburt unterschiedlich verläuft. So individuell und einzigartig, wie Sie und Ihr Ungeborenes sind.

Eine Geburt ist eine Gipfeltour – anstrengend, aber ein wunderbares Erlebnis. Der Entspannungsgrad hat dabei einen nicht zu unterschätzenden Einfluss auf den Geburtsverlauf – **Stress tut Ihnen und Ihrem Baby nicht gut.**

Auf den folgenden Seiten haben wir für Sie eine Checkliste zusammengestellt: Sie soll dabei helfen, unnötige Hektik zu vermeiden, wenn es losgeht.

Babys halten sich selten an den errechneten Entbindungstermin. Daher empfehlen wir ab der 34. Schwangerschaftswoche die fertig gepackte Tasche für den Klinikaufenthalt griffbereit zu haben.

# Das Hebammen-Team vom Bethlehem



Bringen Sie Ihr  
Zuhause mit in den  
Kreißsaal.

Nehmen Sie Ihre Lieblings-  
musik oder Ihr Kuschelkissen  
mit – die Dinge, die Ihnen  
beim Entspannen  
helfen.





**Manuela Osman**  
Leitende Hebamme

Ihre  
Bedürfnisse  
und Wünsche  
stehen im  
Mittelpunkt.

Wir sind das  
geburtenstärkste  
Krankenhaus  
der Region.

# Wir stehen Ihnen zur Seite



**Funktionsoberärztin**  
Dr. Regina Wehrle

**Sektionsleiter Geburtshilfe, Oberarzt**  
Ansgar Cosler

Die natürliche  
Geburt in sicherer  
Umgebung.

Die meisten Geburten verlaufen ohne Komplikationen, also ganz natürlich. Dennoch ist es für die werdenden Eltern beruhigend zu wissen, dass sie bei uns in den besten Händen sind, sollte doch ein Problem auftreten.



**Oberärztin**  
Sabine Sieberichs

**Chefarzt**

Dr. Uwe Heindrichs

Das Bethlehem ist auf Risikogeburten spezialisiert und verfügt somit über ein ausgeklügeltes Notfallmanagement. Die hochentwickelte Medizintechnik wurde geschickt im Mobiliar des Kreißsaales integriert und ist damit nicht sichtbar, aber jederzeit einsatzbereit, sollte es die Situation erfordern. Auch die Spezialisten aus der Kinderklinik sind dann sofort zur Stelle. Damit ist maximale Sicherheit für Mutter und Kind gewährleistet.





# Checkliste 1

## Das gehört in die Kliniktasche

- ☐ Drei bis vier bequeme Nachthemden, die sich zum Stillen öffnen lassen
- ☐ Weite Kleidung (Jogginganzug/Umstandsmode)
- ☐ Bademantel und Handtücher
- ☐ Hausschuhe
- ☐ Still-BH (zwei Nummern größer als bisher)
- ☐ Stilleinlagen
- ☐ Einmal-Unterwäsche oder kochfeste Slips
- ☐ Shampoo
- ☐ Duschgel
- ☐ Zahnpasta und Zahnbürste
- ☐ Haargummi oder Spange (bei langen Haaren)
- ☐ Creme oder Massageöl
- ☐ Lippenbalsam
- ☐ Kontaktlinsenträgerinnen sollten ihre Brille einstecken, Pflegemittel für die Linsen
- ☐ MP3-Player (Ladegerät nicht vergessen), Kopfhörer
- ☐ Lektüre

### Hinweis

Sie brauchen keine Binden einzupacken; dafür ist in der Klinik bereits gesorgt. Verzichten Sie bitte in der ersten Zeit auf Tampons.


## Checkliste 2

### **Persönliche Papiere**

- ☐ Mutterpass
- ☐ Personalausweis
- ☐ Krankenversicherungskarte
- ☐ Allergiepass  
(falls vorhanden)
- ☐ Familienstammbuch  
oder Heiratsurkunde  
bzw. Geburtsurkunde
- ☐ ggf. Vaterschaftsanerkennung  
(wenn Sie ledig sind)

### **Falls Sie Ihr Nabelschnurblut einlagern möchten**

- Entnahmeset für das Nabelschnurblut mitbringen (keine Kassenleistung)
- Unterschriebene Erklärung für die Klinik; direkt bei der Aufnahme Arzt oder Hebamme aushändigen



Bei uns können  
Sie Ihr Kind direkt  
anmelden  
(Servicestelle Standes-  
amt Stadt Stolberg,  
Öffnungszeiten siehe  
Seite 15).

## Checkliste 3

### Nützliches für den Kreißsaal

- ☐ Ein bis zwei bequeme, weite Hemden oder Shirts zum Wechseln während der Wehen
- ☐ Dicke Socken (viele Frauen frieren während der Geburt)
- ☐ Bei langen Haaren ist ein Haargummi hilfreich
- ☐ Lippenbalsam, Badezusatz oder auch Duftöl
- ☐ Kamera für die ersten Fotos vom Sprössling (Akku vorher aufladen)
- ☐ Entspannende Musik (CD oder Smartphone)

**Seien Sie kreativ.  
Bringen Sie die Dinge mit,  
die Ihnen gut tun!**



**Anmerkung:**  
Zum Wohl von Mutter  
und Kind dürfen maximal  
zwei Personen mit in den  
Kreißaal.





# Checkliste 4

## Die Tasche für das Baby

Ihr kleiner Schatz bekommt in unserer Klinik alles, was er in den ersten Tagen braucht (Windeln, Pflegeprodukte, Strampler etc.).

Dazu gehört auch ein Schlafsack (zertifiziert, mit Sicherheitslabel), den Sie mit nach Hause nehmen dürfen.

### Für die Heimfahrt sollten Sie aber Folgendes mit dabei haben:

- ☐ Zwei Windeln
- ☐ Ein bis zwei Bodys in Größe 50 oder 56
- ☐ Ein Strampelanzug
- ☐ Ein Wickeljäckchen
- ☐ Mützchen und Socken (im Winter: wärmender Overall und Handschuhe)
- ☐ Spucktücher
- ☐ Decke
- ☐ Trageschale/Babyautositz (am besten erst am Entlasstag mitbringen)





# Die Wehen setzen ein: tief durchatmen und auf zum Bethlehem!

Wenn es losgeht, atmen Sie bitte zunächst tief durch. Sie schaffen das! Denken Sie daran: Wir sind die ganze Zeit über an Ihrer Seite, wir begleiten und unterstützen Sie.

Nehmen Sie Ihre gepackte Kliniktasche mit allen nötigen Papieren. Machen Sie sich auf den Weg zum Bethlehem. Keinesfalls darf die werdende Mutter am Steuer sitzen!

Direkt vor dem Haupteingang des Bethlehem-Krankenhauses befindet sich der Storchentparkplatz. Bitte denken Sie daran, dass dort nur für kurze Zeit geparkt werden darf.

Wenn Sie im Bethlehem angekommen sind, melden Sie sich bitte im Eingangsbereich an der Zentrale; wir kümmern uns dann um alles Weitere.

## **Festgelegter Entbindungstermin mit Kaiserschnitt**

- 1) Melden Sie sich bitte zum vereinbarten Termin im Aufnahmebüro im Eingangsbereich an.
- 2) Anschließend geht es zum Kreißsaal (2. Etage). Es folgen verschiedene Untersuchungen wie CTG-Kontrolle, Labor oder auch Ultraschall.
- 4) Vor dem operativen Eingriff erklärt Ihnen ein Gynäkologe genau die Abläufe. Dazu gehört auch ein weiteres Aufklärungsgespräch mit dem Anästhesisten.
- 6) Am Folgetag kommen Sie zur Vorbereitung in den Kreißsaal.

# Kontakt



---

**Bethlehem Gesundheitszentrum Stolberg**  
Steinfeldstraße 5, 52222 Stolberg

---

**Sekretariat Geburtsklinik (3. Etage)**

Telefon: (02402) 107-4371

Telefax: (02402) 107-4308

E-Mail: [geburtshilfe@bethlehem.de](mailto:geburtshilfe@bethlehem.de)

Internet: [www.bethlehem.de](http://www.bethlehem.de)

[www.regio-netzwerk.com](http://www.regio-netzwerk.com)

**Öffnungszeiten:**

Montag bis Donnerstag 7.30 - 16.30 Uhr

Freitag 7.30 - 12.30 Uhr

---

**Kreißsaal (2. Etage)**

Telefon: (02402) 107-4128

---





---

**Aufnahmebüro**  
(Eingangsbereich)

Telefon: (02402) 107-4205

**Öffnungszeiten:**

Montag bis Freitag      7.00 - 16.00 Uhr

---

**Servicestelle Standesamt Stadt Stolberg**  
(Eingangsbereich Bethlehem)

Telefon: (02402) 13-13211

Telefax: (02402) 13-438

E-Mail: [sabine.roosen@stolberg.de](mailto:sabine.roosen@stolberg.de)



**Öffnungszeiten:**

Montag bis Freitag      9.00 - 13.00 Uhr

---



# Anfahrt

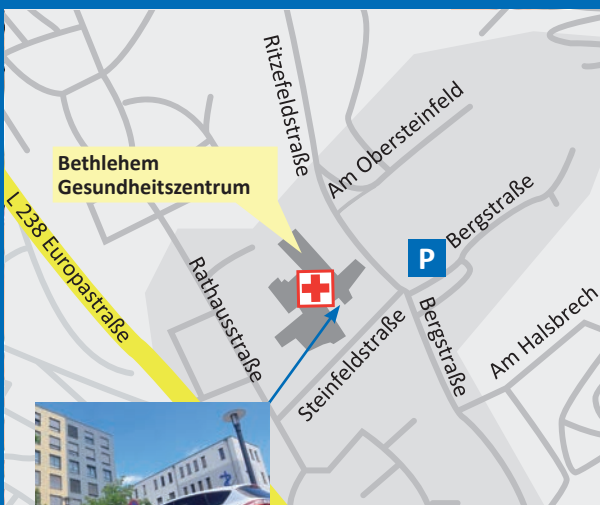
## Euregiobahn

Aachen Hbf bis Stolberg Haltestelle  
„Mühlener Bahnhof“, 450 m bis zum  
Bethlehem Gesundheitszentrum

## PKW

(aus Eilendorf oder Eschweiler kommend)

- Europastraße bis Tankstelle
- nach links in den Schellerweg abbiegen
- nach rechts in die Rathausstraße abbiegen
- nach links in die Steinfeldstraße abbiegen
- Parkplatz (Krankenhaus) an der Bergstraße



Direkt vor dem Krankenhaus befindet sich der „Storchenparkplatz“.

**Bethlehem Gesundheitszentrum Stolberg GmbH**  
Steinfeldstraße 5, 52222 Stolberg