



RegioNetzwerk für die Frau

- Gynäkologie Eschweiler
- Geburtshilfe Stolberg

Gemeinsam stark für Sie!

Checkliste für werdende Eltern





Inhalt

Startklar fürs Baby	4 – 5
Kreißsaal-Rundgänge	6 – 7
Wir stehen Ihnen zur Seite	8 – 9
Die Anmeldung zur Geburt	10 – 11
Das Hebammen-Team vom Bethlehem	12 – 13

Checklisten

● 1 Das gehört in die Kliniktasche	14 – 15
● 2 Persönliche Papiere	16 – 17
● 3 Nützliches für den Kreißsaal	18 – 19
● 4 Die Tasche für das Baby	20 – 21
Die Wehen setzen ein	22 – 23
Wachsen mit den Aufgaben	24 – 25
Kontakt	26 – 27
Anfahrt	28



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.

Kreißsaal- Rundgänge

- Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat um 19:30 Uhr
- Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat um 18 Uhr
- Dauer: 1 Stunde
- Treffpunkt: Cafeteria im Eingangsbereich

Keine
Anmeldung
erforderlich.



Wir stehen Ihnen zur Seite



Sabine Sieberichs
Ltd. Oberärztin

Ansgar Cosler
Chefarzt

Gonny Vroomen-Nauta
Oberärztin

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.

Das Bethlehem ist auf Risikogeburten spezialisiert und verfügt somit über ein ausgeklügeltes Notfallmanagement. Die hoch entwickelte 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.

Kreißsäle der Wohlfühlatmosphäre



Sie haben sich dafür entschieden, im Bethlehem Gesundheitszentrum Ihr Kind zur Welt zu bringen – das freut uns sehr.

**Anmeldung zur Vorstellung
in der Geburtsklinik:**

Nachdem nun die Entscheidung gefallen ist, melden Sie sich bitte an. Optimal ist, wenn Sie uns bereits ab der 32. Schwangerschaftswoche kontaktieren und einen Termin vereinbaren. Bei diesem ersten Gespräch wird eine Hebamme Ihre medizinische Vorgeschichte (Anamnese) erfassen. Es wird auch festgehalten, wie Sie sich den Geburtsverlauf vorstellen und was Ihnen wichtig ist.

Wenn Sie Zwillinge erwarten, eine Schwangerschafts-Diabetes diagnostiziert wurde oder andere medizinische Besonderheiten vorliegen, werden Sie vom Chefarzt der Geburtsklinik oder von einer Oberärztin betreut.

- **Terminvereinbarung**
Gynäkologische Ambulanz, 3. Etage
Telefon: (02402) 107-4316
- **Die Gesprächstermine**
finden immer mittwochs in
der Zeit von 9 bis 17 Uhr statt.

**Wichtig!
Unterlagen
mitbringen!**

Bringen Sie bitte zur Geburtsanmeldung Mutterpass, Krankenversicherungskarte/ Versicherungsunterlagen (Privatpatientinnen) sowie alle wichtigen medizinischen Unterlagen mit.

Das Hebammen-Team vom Bethlehem



Manuela Osman
Leitende Hebamme

Bringen Sie Ihr
Zuhause mit in den
Kreißsaal.

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

Ihre
Bedürfnisse
und Wünsche
stehen im
Mittelpunkt.

Wir sind das
geburtenstärkste
Krankenhaus
der Region.



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 27).

Checkliste 3

Nützliches für den Kreißsaal

- ☐ Ein bis zwei bequeme, weite Hemden oder Shirts zum Wechseln während der Wehen
- ☐ Dicke Socken, denn 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 guttun!**

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



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)



Kreißsaal (2. Etage)

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 Storchentplatz. 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.
3. Vor dem operativen Eingriff erklärt Ihnen ein Gynäkologe genau die Abläufe. Dazu gehört auch ein weiteres Aufklärungsgespräch mit dem Anästhesisten.
4. Am Folgetag kommen Sie zur Vorbereitung in den Kreißsaal.



Wachsen mit den Aufgaben

Ein Kind groß zu ziehen, ist eine wunderbare Aufgabe, aber sicherlich auch einer der größten Herausforderungen überhaupt.

Gerade beim ersten Kind ist die Verunsicherung groß, zumal sich die jungen Mütter und Väter schier durch einen wahren Informationsdschungel kämpfen müssen.

Stillen, Ernährung und Entwicklung sind die zentralen Themen – frischgebackene Eltern haben viele Fragen. In unserer Baby-Sprechstunde beantwortet eine Hebamme oder Kinderkrankenschwester in gemütlicher Atmosphäre Ihre Fragen.

Baby-Sprechstunde

- Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 10:30 bis 12 Uhr.
(keine Anmeldung erforderlich)

Hier finden Sie uns

- 6. Etage, B-Trakt, in den Räumen der Hebammenpraxis Schaps



Gerne informieren wir Sie im Rahmen der Sprechstunde auch über das Lasern wunder Brustwarzen oder Hämorrhoiden.

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
Internet: www.bethlehem.de
www.regio-netzwerk.com

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 7:30 - 14:30 Uhr

Kreißaal (2. Etage, Flur A2)
Telefon: (02402) 107-4128

Aufnahmebüro (Eingangsbereich)

Telefon: (02402) 107-4205

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 7 - 16 Uhr

Der besondere Service
Anmeldung des Neugeborenen
direkt im Krankenhaus

Servicestelle Standesamt Stadt Stolberg
(Eingangsbereich Bethlehem)

Telefon: (02402) 107-4306
E-Mail: sabine.roosen@stolberg.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag 9 - 13 Uhr

Bitte kommen Sie spätestens bis 12:30 Uhr,
damit genügend Zeit für die Bearbeitung bleibt.





Direkt vor
dem Krankenhaus
befindet sich der
Storchen-
parkplatz.

Bethlehem Gesundheitszentrum Stolberg

Steinfeldstraße 5, 52222 Stolberg

www.bethlehem.de

[f www.facebook.com/bethlehem.gesundheitszentrum](https://www.facebook.com/bethlehem.gesundheitszentrum)