



Vorbereitungen für eine Hausgeburt

Telefonliste schreiben und bereitlegen: Telefon und Handynummer der Hebamme und Vertretung, nächst mögliche Klinik, Rettungs- und Notarztwagen

Flockenwindeln (Strampelpeter), ca. 30 Stück, Grösse ca. 10 x 30 cm einkaufen

Dünne Malerfolie über die ganze Matratze zwischen 2 Laken spannen

Eine waschbare Decke in den Bettbezug einziehen

Tüchtig einheizen! Die Fenster können immer noch geöffnet werden

Klemmleuchte oder Stehlampe, evtl. Verlängerungskabel

Genaue Uhr oder Küchenwecker für die Geburtsstunde

Großer Müllsack und Eimer

10 Krankenunterlagen à 60 x 90 cm

Kühlelemente und Binden mit Arnika einfrieren

Wärmflasche, dicke Socken

Thermoskanne mit heißem Wasser oder Wasserkocher, kleine Schüssel mit einem Waschlappen herrichten (Dammvorbereitung)

4 Handtücher oder Flanelltücher zum Wärmen für das Baby (kommen in den sauberen Backofen)

Babykleidung (Windeln, Hemdchen, Jäckchen, Socken, Mütze, Strampler, kleine Decke aus Wolle, Pucksack)

Heizgerät / Ventilator

Wickelplatz, am besten mit Wärmequelle

Leintücher, um den Boden zu schützen, falls das Baby nicht im Bett kommt

Steißkissen: einen gefüllten Aktenordner in eine Plastiktüte stecken, zukleben, in ein Handtuch wickeln, zukleben oder Keilkissen (wenn vorhanden)

Arnikaessenz, Arnica D 3

Kissen in waschbaren Bezügen zum Aufstützen

Tee, Wasser, Schokolade und Traubenzucker zur Stärkung

Mutterpass und evtl. Allergiepass bereitlegen

Bei Blutgruppe rh neg. Rezept von Ärztin besorgen

Kontakt mit Kinderärztin aufnehmen wegen U2 und NG-Screening (Aufklärung)

Kliniktasche packen

Papiere: Familienstammbuch bzw. Geburtsurkunde der Frau, ggf. Vaterschaftsanerkennung

Antrag auf Haushaltshilfe von der Krankenkasse besorgen

Überlegungen zu folgenden Themen: Was soll mit der Plazenta geschehen? Vitamin K Gabe nach der Geburt? Wer schaut nach den Geschwisterkindern? Wo kann die Hebamme sich ggf. ausruhen?