

Mein Geburtsplan

Mein Name: _____

Mein voraussichtlicher Entbindungstermin: _____

Meine Begleitung

- Ich habe eine Beleghebamme / Doula _____
- Partner(in) Freund(in), Verwandte(r) _____
- Ich komme allein
- Meine Begleitung soll die ganze Zeit bei mir bleiben
- Meine Begleitung soll bei vaginalen Untersuchungen / zur Geburt den Raum verlassen
- Meine Begleitung soll alle wichtigen Entscheidungen mittreffen

Das ist mir besonders wichtig

- Ich möchte möglichst natürlich gebären. Bitte schlagen Sie mir keine Interventionen oder schulmedizinischen Schmerzmittel vor, wenn keine akute Gefahr besteht. Wenn ich Schmerzmittel wünsche, melde ich mich selbstständig.
- Ich bin aber offen für alternative Schmerztherapien wie Akkupunktur, Homöopathie oder Aromatherapie.
- Bitte lassen Sie mir ausreichend Ruhe und Zeit. Es sollen zu jeder Zeit so wenig Personen wie möglich und so viele wie nötig anweisend sein.
- Ich habe keine genauen Vorstellungen von meiner Geburt und lasse alles auf mich zukommen. Ich bin allen Vorschlägen des medizinischen Personals gegenüber offen.
- Ich wünsche mir eine möglichst schmerzarme Geburt. Wenn nötig bin ich offen für eine PDA oder andere Schmerztherapien.

