

Wie läuft eine Geburt ab und wann stelle ich mich im Kreißsaal vor?



Wie verläuft denn eigentlich eine Geburt?

Eine Geburt wird in vier Abschnitte unterteilt:

„**Latenzphase**“ – in dieser Zeit bereitet sich der Körper der Mutter auf die Geburt vor. Die Gebärmutter produziert erste Kontraktionen (kleine Wehen), der Gebärmutterhals wird weich und dehnbar, das Baby sucht sich eine gute Startposition. Häufig passieren viele dieser Dinge unbemerkt und zu Hause. Sollte eine Einleitung nötig sein, kann diese in den meisten Fällen ambulant beginnen.

„**Eröffnungsphase**“ – der Beginn von regelmäßigen, zunehmenden und häufigen Wehen, die zunehmend kräftiger und z.T. auch schmerzhafter werden. Die Wehen üben Druck auf das Baby und somit auf den Muttermund aus und beginnen diesen so zu öffnen.

„**Pressphase**“ – Wenn der Muttermund vollständig eröffnet ist (10cm), dann verursacht dies Pressdrang und das Baby wird durch die Kraft der Gebärmutter und des aktiven Mitpressens durch das Becken geschoben und geboren.

„**Nachgeburtsphase**“ – Nach der Geburt des Babys wird die Plazenta (Mutterkuchen) geboren, das geschieht in der Regel binnen 20-30min.

Blasensprung:

Wenn Sie Fruchtwasser verlieren, machen Sie sich bitte in Ruhe auf den Weg in den Kreißsaal. Sie können sich gerne von Ihren Angehörigen im PKW bringen lassen. Sollte Ihr Kind jedoch in **Beckenendlage bzw. Querlage** liegen, rufen Sie bitte einen Krankenwagen.

Schwangerschaftsbeschwerden:

Eine **vaginale Blutung** ist immer ärztlich abzuklären. Auch bei leichten vaginalen Blutungen ist eine Kontrolle durch Ihren Gynäkologe/Gynäkologin ratsam. Wenn Sie sich unwohl fühlen, akute oder starke Schmerzen oder nachlassende Kindsbewegungen haben, sollten Sie sich ebenfalls bei Ihrem Gynäkologe/Gynäkologin oder Hebamme vorstellen. Außerhalb der Sprechzeiten kommen Sie gerne zu uns.

Befinden Sie sich **vor der 37+0 Schwangerschaftswoche** und verspüren vorzeitige Wehen, sollten Sie zeitnah eine Kontrolle bei Ihrem Gynäkologe/Gynäkologin/Hebamme oder durch die Geburtsklinik durchführen lassen.

Einleitungen:

Nicht immer wählt die Natur den günstigsten Geburtstermin, deshalb ist es in einigen Fällen nötig eine Geburt einzuleiten, um Mutter oder Kind nicht zu gefährden. Sollte bei Ihnen eine Einleitung notwendig sein, werden wir Sie ausführlich über den Verlauf aufklären und beraten.

Wehen ab der 37+0 Schwangerschaftswoche oder auch - Geburtsbeginn:

Ein kleiner Anfang: Die meisten Geburten beginnen mit einem unregelmäßigen unangenehmen Ziehen in den Leisten, vergleichbar für viele Frauen mit Menstruationsbeschwerden. Außerdem wird der Bauch hart.

Schon Mittendrin? Dieses „Ziehen“ entwickelt sich im Verlauf zu regelmäßigen, kräftigen Wehen. Bei regelmäßigen Wehen, die ungefähr alle 5 min über einen Zeitraum von 2 Stunden kommen (ab dem 2. Kind ungefähr alle 6-7 min) können Sie sich auf den Weg in den Kreißsaal machen.

Gehäuft geht dies mit einem leicht blutigen Schleimabgang einher. Sie können sich gerne von einer Begleitperson mit dem PKW bringen lassen oder ein Taxi nehmen.

Wehen äußern sich z.B. durch:

- wiederkehrend auftretende Rückenschmerzen
- Unterbauchschmerzen
- Hartwerden des Bauches
- Ziehen in den Leisten oder den Beinen



Zwischen dem „Anfang“ und dem „Mittendrin“ liegt häufig noch etwas Zeit, hier einige Tipps wie Sie mit einem Geburtsbeginn umgehen können:

- Bewegung – erspüren Sie welche Position Ihnen hilft, die Kontraktionen besser zu tolerieren
- Wärme & Massagen – ein Kirschkernkissen, eine Wärmflasche auf dem unteren Rücken oder leichter Druck auf das Kreuzbein können Wunder wirken (Vorsicht: Verbrennungsgefahr)
- Tens-Gerät - Die Vibrationen eines Tens-Gerätes helfen vielen Frauen im Umgang mit Wehenschmerz
- Entspannungsbad - auch ein Entspannungsbad kann helfen, mit dem Wehenschmerz zurecht zu kommen. Achten Sie hier bitte darauf, dass Sie nicht zu heiß baden. Außerdem wird der Badewanne nachgesagt, dass Sie echte Geburtswehen verstärkt und leichte Kontraktionen lindert..
- Ablenkung – zu Beginn der einsetzenden Geburtswehen kann es hilfreich sein, sich noch etwas abzulenken/zu beschäftigen, die Wehen werden irgendwann Ihre volle Aufmerksamkeit fordern – dann machen Sie sich einfach auf den Weg zu uns

Wir freuen uns, wenn Sie sich telefonisch ankündigen, auch können Sie uns gerne jederzeit telefonisch unter **040/1818 82 15 10** kontaktieren, wenn Sie sich mit dem Geburtsbeginn unsicher fühlen.

Wir wünschen Ihnen eine noch schöne Schwangerschaft und freuen uns auf die Geburt mit Ihnen,

Ihr Barmbeker Geburtshilfe-Team

Kreißsaalteam
040/1818 82-15 10



Feuerwehr
112