



# Gesucht: Meine Hebamme

## So finden Sie die ideale Schwangerschaftsbetreuung

Die Hebamme: Während der Schwangerschaft ist sie die Frau an Ihrer Seite. Eine wichtige Bezugsperson, die Sie in diesem besonderen Lebensabschnitt mit Tipps, Hilfestellungen und ihrer Erfahrung begleitet und auch beim Start ins Familienleben mit Rat und Tat unterstützt.

**ES GEHT UM IHRE BEDÜRFNISSE**  
 Bei der Suche nach der passenden Hebamme hilft es, wenn Sie sich selbst darüber klar werden, was Sie von dieser erwarten und ein wie enges Verhältnis Sie sich wünschen. Dieser Fragenkatalog\* erleichtert Ihnen die Suche.

\* Fragenkatalog und Checkliste sind Begleitdokumente zum Blogbeitrag „Hebammensuche – die richtige Hebamme finden“ von babywelt-Expertin Jana Friedrich. Die Hebamme bloggt auf [www.hebammenblog.de](http://www.hebammenblog.de) zu den Themen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

### IHRE LEISTUNGEN

- Betreuung bereits ab der frühen Schwangerschaft
- Begleitung der Geburt: als diensthabende oder Beleghebamme in der Klinik, im Geburtshaus oder während einer Hausgeburt
- Betreuung im Wochenbett und in der Stillzeit im Rahmen der Nachsorge
- Die Krankenkassen zahlen für den täglichen Besuch der Nachsorgehebamme in den ersten 10 Lebensstagen des Kindes und für weitere 16 Termine bis zur vollendeten 8. Lebenswoche.
- Hebammen leiten Kurse wie Geburtsvorbereitung, Gymnastik, Babypflege etc.

### FRAGEN FÜR DIE ELTERN

#### Fragen Sie sich selbst:

#### Wie soll Ihre Hebamme sein?

- ehrlich und „handfest“
- etwas älter und mütterlich
- wie eine gute Freundin

#### Wo möchten Sie entbinden?

- zu Hause
- im Geburtshaus

- Klinik mit Beleghebamme
- Klinik mit Klinikhebamme

#### Wie möchten Sie entbinden?

- spontan und natürlich ...
- ... auch bei Beckenendlage
- geplanter Kaiserschnitt

#### Was möchten Sie bei der Geburt?

- wenige Interventionen
- PDA: unbedingt
- PDA: möglichst nicht
- gerne alternative Heilmittel
- in Ruhe gelassen werden

### FRAGEN ZU LEISTUNGEN

#### Welche Leistungen möchten Sie von Ihrer Hebamme in Anspruch nehmen?

#### Schwangerschaftsvorsorge

- von der Hebamme
- abwechselnd mit dem Arzt
- nur beim Arzt, aber zur Hebamme bei Beschwerden

#### Geburtsvorbereitung

- ein Kurs für Frauen
- ein Kurs für Paare
- ein Kurs für Frauen mit Partnertermin(en)

#### Wochenbettbetreuung

- von der freiberuflichen Hebamme

### Rückbildungskurs

- im Krankenhaus
- im Geburtshaus
- in einer Hebammenpraxis

### FRAGEN AN DIE HEBAMME

#### Beim Kennenlernen fragen:

- Seit wann arbeitest du schon als Hebamme?
- Hast du selbst Kinder?
- Wie stehst du zu diesen Themen: Stillen, Homöopathie, Wunschkaiserschnitt etc.?
- Wie läuft die Betreuung ab?
- Wie oft besuchst du uns?
- Kann ich dich auch zwischen den Terminen anrufen?

#### Mein Entbindungstermin:

-----

#### Hebammenbetreuung ab:

-----

#### Meine Hebamme:

Name .....

Telefonnummer .....