

## GEBURTSHILFE

# FAQ Pflege Wochenbett

**1. Wie lange dauert das Wochenbett?**

**Antwort im Videoformat:**



Als Wochenbett bezeichnet man die ersten sechs bis acht Wochen nach der Entbindung. In der Regel verbringen die Frauen zwei bis fünf Tage im Spital, um sich zu erholen und um die ersten Schritte im Umgang mit ihrem Kind zu erlernen und sich auf die Zeit Zuhause vorzubereiten.

**2. Was erwartet mich im Wochenbett?**

**Antwort im Videoformat:**



Das Wochenbett ist eine sehr intensive Zeit mit vielen Veränderungen. Jeder Tag kann anders sein. Ihr Körper verändert sich, die Hormone fahren Achterbahn, die Rückbildung der Gebärmutter findet statt und die Milchbildung wird angeregt. Gönnen Sie sich die Zeit, diese ersten besonderen Tage in Ruhe zu erleben und sich gegenseitig kennenzulernen.

**3. Was ist der Wochenfluss (Lochien) und wie lange dauert dieser?**

**Antwort im Videoformat:**



Die Lochien entstehen durch einen physiologischen Rückbildungs- und Heilungsprozess der Gebärmutter. Die Blutung ist in den ersten Tagen oft recht stark und Hellrot, mit wenigen Blutgerinnseln. Mit der Zeit wird der Wochenfluss schwächer, seine Farbe wechselt von Rot zu Rosa oder Braun. Später wird er entweder gelblich oder farblos. Dieser Prozess dauert mehrere Wochen.

**4. Welche Untersuchungen werden bei mir und meinem Kind durchgeführt?**

**Antwort im Videoformat:**



Ihr medizinisches Fachpersonal kontrolliert unter anderem bei Ihnen täglich die Rückbildung der Gebärmutter, die Geburtsverletzungen und Ihre Brust. Bei Ihrem Kind werden die Vitalzeichen, die Ausscheidung, das Gewicht und das Trinkverhalten überwacht. Bei jedem Kind wird eine Ein- und Austrittsuntersuchung durch den Pädiater gemacht. Zwischen 72 und 96 Stunden nach der Geburt wird der Guthrietest (eine Blutentnahme an der Ferse Ihres Kindes) zum Ausschluss von Stoffwechselerkrankungen.

**5. Darf meine Begleitperson rund um die Uhr bei mir sein?**

**Antwort im Videoformat:**



Bei der Geburt kann Ihre Begleitperson in der Regel immer bei Ihnen sein. Nach der Verlegung auf das Wochenbett besteht die Möglichkeit eines Familienzimmers oder der Aufenthalt in einem Einzel- oder Mehrbettzimmers mit entsprechender Besucherregelung. Es gibt zusätzliche Zeitfenster nur für Begleitpersonen.

**6. Kann ich mein Kind immer bei mir haben?**

**Antwort im Videoformat:**



In der Regel können Sie Ihr Kind immer bei sich haben, wir bieten das sogenannte Rooming – in an. Dabei werden Sie von medizinischem Fachpersonal bei Fragen und Anliegen unterstützt. Hat Ihr Kind Probleme und muss allenfalls in der Kinderklinik überwacht werden, können Sie nicht immer bei Ihrem Kind sein. Doch auch hier sind die Besuchszeiten für Sie sehr grosszügig.

**7. Was ist der Unterschied zwischen Baby- Blues und Wochenbettdepression?**

**Antwort im Videoformat:**



Der Baby- Blues ist typisch in den ersten Tagen nach der Geburt und ist auf hormonelle Veränderungen zurück zu führen. Stimmungsschwankungen und psychische Labilität dürfen sein. Weinen und auch Verzweiflung sind völlig normal. Der Baby – Blues ist keine Krankheit, er benötigt offene Ohren, eine Schulter zum Anlehnen, Aufklärung und aufmunternde Worte. Halten diese Symptome noch Wochen bis Monate nach der Geburt an und kommen weitere Symptome wie z.B. Schlafstörungen, Appetitlosigkeit und negative Gefühle hinzu, spricht man von einer Wochenbettdepression. In diesem Falle ist es wichtig, sich fachliche Unterstützung zu holen.