



Gebor(g)en zu Hause:

Im St. Franziskus-Hospital Ahlen

Willkommen in der geburtshilflichen
Abteilung des St. Franziskus Hospitals
in Ahlen



ST. FRANZISKUS-HOSPITAL
AHLEN



Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster

Liebe Eltern,

was für eine aufregende Zeit! Der Bauch ist kugelrund, schon bald ist es soweit: Nach 40 Wochen Schwangerschaft werden Sie dann Ihr Baby zum ersten Mal in den Armen halten. Und in dieser Zeit möchte das St. Franziskus-Hospital Ahlen Ihnen und Ihrem Nachwuchs gern ein sicheres Zuhause sein.

„Die Art und Weise, wie wir neues Leben empfangen, ist ein Ausdruck unserer eigenen Einstellung zum Leben.“

Unsere geburtshilfliche Abteilung ist bestens ausgestattet und bereits während des Mutterschutzes für Sie da: Dass Sie die Geburt bewusst und entspannt erleben, liegt unserem ganzen Team am Herzen.

Lernen Sie unsere Station bereits jetzt ein wenig kennen und lassen Sie dann das entscheiden, was in den nächsten Wochen an erster Stelle steht: Ihr rundum gutes Bauchgefühl.

Wir freuen uns sehr auf Sie und Ihr Baby –



das Team der geburtshilflichen Abteilung
des St. Franziskus-Hospitals Ahlen.



Dr. Matthias Stamm
Chefarzt



Steffi Schröter
Bereichsleitung Geburtshilfe

Damit sich ihr Baby wie zu Hause fühlt – von Anfang an.

Gibt es einen Ort, an dem man sich besser aufgehoben fühlt als zu Hause? Wir glauben nicht. Deshalb möchten wir Ihnen dieses Gefühl auch gern vermitteln. Von Anfang an.

Unsere Betreuung ist individuell und familiengerecht, denn Ihre Bedürfnisse werden sich in den Wochen vor und nach der Geburt häufig ändern. Unser Team aus Hebammen, Beleghebammen, Kinderkrankenschwestern und Ärzten ist zu jeder Zeit für Sie da. Wir unterstützen Sie mit Herz, Fürsorge und Wissen – und natürlich nach den neuesten medizinischen Standards.

Alles für einen sicheren und sanften Start ins Leben:

Schwangeren-Sprechstunde und Betreuung	S. 4
Geburt und schmerztherapeutische Maßnahmen	S. 7
Perinataldiagnostik und OP	S. 8
Kinderklinik	S. 11
Familienangebote	S. 12
Kurse und Infos rund um Schwangerschaft und Babys erste Monate	S. 15
Checkliste für Babykoffer und Formalitäten	S. 17



Eine Schwangerschaft verändert den Blick auf die Welt. Für einen kleinen Menschen verantwortlich zu sein, macht achtsamer und emotionaler.

An Ihr Lebensumfeld stellen Sie jetzt ganz andere Ansprüche – denn Nähe und Sicherheit sind mit Baby besonders wichtig.

Das St. Franziskus ist ganz in Ihrer Nähe.

Für Ihr Wohlbefinden sorgt aber nicht nur der kurze Weg zu uns: Vor allem unsere Erfahrung, die besonders liebevolle Atmosphäre und das umfassende Beratungsangebot werden Sie überzeugen. Nutzen Sie schon vor der Geburt die netten Gelegenheiten, uns näher kennen zu lernen.

**Eine erste Gelegenheit:
der Informationsabend für werdende Eltern**

Der Chefarzt der geburtshilflichen Abteilung, eine Hebamme und der Chefarzt der Kinderklinik informieren Sie an jedem ersten Montag im Monat über die Geburtshilfestation und beantwortet alle Fragen zum Thema Schwangerschaft und Geburt. Im Anschluss führen wir Sie durch unsere vier Kreißsäle. Auch werdende Väter sind herzlich willkommen, eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.



**Info-Abend jeden ersten Montag im Monat
Zeit: 18.30 Uhr**

**Offen für Ihre Fragen und immer erreichbar:
die Schwangerenberatung**

Ihr Baby ist der Mittelpunkt der Welt – und bei Veränderung beruhigt es oft, einfach jemanden fragen zu können. Unsere Sprechstunde steht Ihnen mit medizinischem und psychologischem Rat zur Seite – und ist auch auf die regelmäßige Betreuung von Risikoschwangerschaften eingerichtet! Bevor Sie Ihr Kind bekommen, sollten Sie unsere Ambulanz besuchen. Mit einem Check-Up erfassen wir Ihre Daten, damit wir uns bestens auf Sie einstellen können. Und im Notfall steht hier rund um die Uhr ein Ärzte- und Hebammen-Team für Sie bereit.

**Zu Hause...
...ist ganz, ganz nah.**



Zu Hause...

Sich gut aufgehoben zu wissen beinhaltet auch, dass alles **Notwendige in Reichweite ist. Und das ist ein wichtiger Faktor bei der Wahl Ihres Krankenhauses – denn die Geburt sollten Sie gelöst und aktiv erleben können...**



...gibt es alles, was man sich wünscht.

Wenn es los geht dauert es von den ersten Wehen bis zur Geburt ca. 10 Stunden. Wie es Ihnen in dieser Phase gehen wird, kann niemand im Voraus wissen: Aber wir können sie Ihnen mit vielen Annehmlichkeiten so einfach – und schmerzarm – wie möglich machen.

Geburtsmethoden: Entscheidung nach Bauchgefühl
In welcher Position Sie Ihr Baby am besten auf die Welt bringen, entscheidet Ihr Körper, wenn es soweit ist. Bei einer Kreißsaalbesichtigung erfahren Sie alles über die bei uns möglichen Methoden.

Schmerzerleichterung: So individuell wie Ihr Empfinden
Die meisten Frauen haben Angst vor den Geburtsschmerzen.
Sorgen Sie sich nicht: Zahlreiche Methoden lindern den Schmerz, ohne die natürliche Geburt zu beeinträchtigen.

Hier schon mal eine kleine „Vorschau“:

- Die **Wassergeburt** ist besonders sanft und kann Ihnen durch die wohlige Wärme den Geburtsvorgang erleichtern.
- Auf dem **Majastuhl** bringen Sie Ihr Kind hockend zur Welt. Viele Frauen empfinden das als sehr angenehm und bequem.
- Sie können sich selbstverständlich gegen eine natürliche Geburt und für den **Kaiserschnitt** entscheiden.
- Bei der **Beleg-Geburt** begleitet Sie die Hebamme, von der Sie seit Beginn Ihrer Schwangerschaft unterstützt werden.
- Eine **ambulante Geburt** ermöglicht es Ihnen, schon kurz nach der Entbindung wieder nach Hause zurückzukehren.

Bei uns helfen Ihnen:

- die sanften Mittel der **Homöopathie**
- schmerzlindernde **Akupunktur**
- entlastende und entspannende **Wärmebäder**
- auf Wunsch die **PDA**. Dabei wird ein Schmerzmittel injiziert: eine örtlich wirksame und individuell auf Ihren Schmerz abstimmbare Methode.



Zu Hause...

Das Team des St. Franziskus ist immer für Sie da. Denn auch wenn alles ohne Zwischenfälle verläuft: Spezialisten im Hintergrund zu wissen, ist doch ein beruhigendes Gefühl...

Beruhigend zu wissen...

Risikoschwangerschaften sind heute selten, die meisten Geburten verlaufen ganz normal. Für eine Klinikentbindung sprechen trotzdem gute Argumente: Denn wenn es doch Komplikationen gibt, muss sofort gehandelt werden! Bei uns kümmern sich die besten Fachleute um Ihr Wohlbefinden.

Perinataldiagnostik

Wir verfügen in unserem Krankenhaus über medizinische Geräte neuesten Standards – unter anderem Doppler- und 3D/4D Ultraschall.

Kaiserschnitt

Manchmal ist ein Kaiserschnitt die beste Lösung für Mutter und Kind, wenn die Geburt auf normalem Weg nicht möglich ist. Ein Kinderarzt ist immer anwesend, um das Baby sofort nach der Entbindung zu versorgen.



Wendung bei Steißlage

Wir können Ihr Kind mit sanften Verfahren in die richtige Position bringen. Der ideale Zeitpunkt dafür ist die 34. bis 36. Schwangerschaftswoche.

Risikoschwangerschaften

Gerade wenn Ihre Schwangerschaft nicht unkompliziert verläuft, sind Sie bei uns in besten Händen. Wir beraten Sie, wir begleiten Sie und wir bringen Ihr Kind sicher auf die Welt.

Eingerichtet sind wir auf:

- Mehrlingsschwangerschaften
- Komplikationen nach Operationen an der Gebärmutter
- Mütter mit Diabetes und Bluthochdruck
- Vorzeitige Wehen



...sind die Besten.





Zu Hause...

...ist man auf alles vorbereitet.

Dass ihr Baby zu früh auf die Welt kommen könnte, ist eine große Angst einiger Eltern. Keine Sorge: In unserer Frühchenstation ist Ihr kleiner Frühstarter bestens aufgehoben – umsorgt von einem Team, das für ganz Kleine Großes leistet...

Unsere Frühchen-Station: Alles für die Aller kleinsten

Kein Baby kommt freiwillig zu früh auf die Welt – in Mamas Bauch hat es ja alles, was es braucht. Kommt es doch zu einer Frühgeburt, benötigt es diese Rundum-Versorgung auch weiterhin: Deshalb sind OP und die Versorgungseinheit für Frühgeborene bei uns direkt an die Kreißsäle angeschlossen. So kann Ihr Baby im Notfall in wenigen Augenblicken versorgt und bei den Spezialisten der Kinderklinik in sicheren Händen sein. Zudem sind wir eine geburtshilfliche Schwerpunkt-klinik, das heißt:

Das St. Franziskus-Hospital kann Frühgeburten ab der 30. Schwangerschaftswoche versorgen!

Im Risikofall sind wir auch schon vor der Entbindung für Sie da – und nach der Entbindung auch auf längere Aufenthalte eingerichtet. Weil wir wissen, dass es gerade bei Frühchen auf die liebevolle Nähe und den Körperkontakt mit den Eltern ankommt, geben wir Ihnen alle Möglichkeiten dazu:



Bonding

Auch wenn Ihr Baby auf der Frühchenstation untergebracht ist, ermöglichen und fördern wir mehrmals täglich den intensiven Kontakt – Ihr Baby braucht Ihre Nähe und Ihre Liebe.

Känguruh-Pflege, die Kuscheltherapie

Dick in Decken eingehüllt, tragen Sie Ihr Kind in einer Tasche direkt am Körper – und halten es kuschelig warm.

Das **Stillen von Frühgeborenen** braucht ein wenig Übung – wir helfen, denn damit geben Sie Ihrem Kind viel Energie und die Kraft, stark und gesund zu werden.

Bei uns sorgen eine **kinder- und familiengerechte Umgebung**, gedämpfte Lichtquellen und reduzierte technische Geräusche für eine angenehme und **freundliche Atmosphäre**.





...fühlt sich die ganze
Familie wohl.

Zu Hause...

Das Baby ist da! Jetzt braucht Ihre kleine Familie Ruhe und Zeit füreinander, schließlich gibt es so viel Neues zu entdecken.

Im St. Franziskus-Hospital geht das besser als zu Hause...

Rooming-In: So viel Nähe, wie Sie brauchen

Die Zeiten, in denen Mutter und Baby nach der Geburt getrennte Zimmer hatten, sind vorbei. Wenn Sie möchten, kann Ihr Kind rund um die Uhr bei Ihnen sein. In fachkundiger, behüteter Atmosphäre haben Sie ganz viel Zeit, sich kennen zu lernen. Und unsere Kinderkrankenschwestern und Hebammen machen Sie mit Babypflege und Stilltechnik vertraut.

Ein Service, auf den Sie auch nach der Entlassung vertrauen können:

Wir sind rund um die Uhr telefonisch für Sie da.

Familienzimmer

Ihr Baby braucht den Kontakt zu Ihnen. Aber auch Ihnen hilft es, wenn jemand Vertrautes in der Nähe ist: Deshalb ziehen Ihr Partner, Mutter oder beste Freundin einfach mit Ihnen zusammen bei uns ein – damit Sie vor, bei und nach der Geburt unterstützt werden können. Besonders für Väter eine tolle Möglichkeit, dem Neunkömmling von Anfang an ganz nah zu sein. Und für Sie eine echte Chance auf ein paar Tage Ruhe und Erholung, bevor der Baby-Alltag losgeht...



Schau mal, wie süß!

Wenn Sie möchten, stellen wir für Familie und Freunde ein Babyfoto-Album ins Internet – sprechen Sie uns an!

www.sfh-ahlen.de



Zu Hause...





...bekommt man Starthilfe.

Wir sind immer für Sie da: die Elternschule

Das erste Lebensjahr Ihres Kindes ist unglaublich spannend: Fast täglich gibt es Veränderungen und Fortschritte. Bei dem Tempo auch mal an sich selbst zu denken, fällt vielen jungen Eltern gar nicht erst ein. Trotzdem sollten Sie es tun – wir helfen Ihnen dabei: Mit verschiedenen Kursen, Babymassage und psychologischen Hilfestellungen erleichtern wir Ihnen den „Alltag mit Baby“ und klären die vielen Fragen, die Sie in dieser Zeit bestimmt haben.

Elternschule St. Franziskus Ahlen

Robert-Koch-Straße 55, 59227 Ahlen
Telefon 02382 85 83 21
Telefax 02382 85 83 24
elternschule@sfh-ahlen.de
www.sfh-ahlen.de

Rückbildungsgymnastik

Ein Kurs mit Wohlfühlgarantie: Gezielte Übungen helfen Ihnen, wieder in Form zu kommen und die strapazierte Bauch-, Becken- und Tailenmuskulatur zu stärken.

Hebammenhilfe für zu Hause

In den ersten zwei Monaten kann auch eine Hebamme dabei helfen, Ihren Alltag mit Kind neu zu organisieren. Ihre Krankenkasse übernimmt die Kosten der Betreuung.

PEKiP und Babyschwimmen

Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus und tun Sie Ihrem Baby Gutes: Die Neugeborenen-Spielgruppe und das Babyschwimmen fördern die Beziehung und schaffen Vertrauen.

...und vieles mehr. Sprechen Sie uns an!

So viel zu lernen, so viel zu verstehen:

Der Alltag mit Baby birgt viele

Überraschungen, und junge Eltern

können nun mal nicht alles wissen.

Das St. Franziskus-Hospital ist auch

jetzt noch Ihr zu Hause – denn wenn

Sie Rat und Hilfe brauchen, sind Sie

bei uns richtig...



Checkliste

Babys haben ihren eigenen Kopf.
Sie bestimmen selbst, wann es los geht;
und dann ist Tempo angesagt. Den Baby-
Koffer sollten Sie also schon frühzeitig
packen – das gehört hinein:

Die Formalitäten

Wenn Sie schwanger werden, denken Sie daran:

- Informieren Sie Arbeitgeber und Krankenkasse möglichst früh, das erspart Ihnen später eine Menge Hektik
- Stellen Sie den Antrag auf Erziehungs- und Kindergeld
- Beantragen Sie eine Haushaltshilfenbescheinigung und Ihre Elternzeit

Unser Extra-Tipp für Single-Mamas:

Nutzen Sie in den ersten 12 Schwangerschaftswochen die Beratungsangebote von Sozialdienst, Gesundheits- oder Jugendamt. Dort bekommen Sie wertvolle Tipps und Unterstützung!

Wo bitte geht's zur Geburtsurkunde?

Die Geburtsurkunde bekommen Sie beim Standesamt Ahlen. Dafür brauchen Sie nur die Geburtsanzeige, die wir bei Vorlage des Familienbuches für Sie ausstellen. Wenn Sie die Anzeige innerhalb einer Woche dem Standesamt vorlegen, stellt man Ihnen dort das Dokument sofort aus. Also alles ganz einfach!

Ihr „Baby-Koffer“:

- Mutterpass
- Krankenversichertenkarte, Einweisung des Gynäkologen
- Medikamentenliste
- Familienstammbuch
- Personalausweis
- Hygieneartikel (Shampoo, Duschgel, Seife, Waschzeug, Zahnbürste und Zahnpasta, Lippenpflege, Haargummi)
- Bademantel (knöpfbar), Nachthemd/Schlafanzug
- Bequeme Kleidung für werdende Mamas
- ein Paar gemütliche, warme Socken
- Die „Ich-komm-nach-Hause-Garnitur“ für das Baby
- Gegen den Stress: Massagebälle und -Öle, Taschen- oder Feuchttücher, Ihre Lieblings-CD inkl. CD-/MP3-Player
- Lesefutter und vielleicht ein Tagebuch
- Fotoapparat oder Videokamera
- Handy und Adressbuch
- Kleine Snacks wie Müsliriegel oder etwas Obst



Wo sind wir zu Hause?

Wo wir Wärme und Geborgenheit finden,
wo Vertrauen zueinander herrscht –
und liebevolle Sorge füreinander,
wo jeder für jeden ein Herz hat.
Ein Zuhause findest Du nur
bei einem Wesen mit einem Herzen,
das für Dich schlägt.

(Phil Bosmans)

Gebor(g)en zu Hause:

St. Franziskus-Hospital Ahlen
Geburtshilfliche Abteilung
Robert-Koch-Str. 55, 59227 Ahlen

Telefon

Zentrale:	02382 858-0
Geburtshilfliche Station:	02382 858-295
Kreisssaal:	02382 858-349
Gynäkologische Ambulanz:	02382 858-323
Kinderklinik:	02382 858-966
Elternschule:	02382 858-321
Fax (Geburtshilfliche Station):	02382 858-266

gynaekologie@sfh-ahlen.de
www.sfh-ahlen.de

