

Klinik für Geburtsmedizin | Familien- und Perinatalzentrum  
Klinikdirektor: Prof. Dr. med. W. Henrich

## Meine Geburt







## Inhalt

Grußwort unserer Schirmherrin	4
Informationsabend	7
Anmeldung zur Geburt und Hebammensprechstunde	8
Ärztliche Schwangerenberatung	9
Spezialsprechstunden und Infektambulanz	9
Chefarzt- und Oberarztsprechstunde	10
Pränatale Diagnostik und Therapie	10
Kreißsaalbesichtigung	12
Der Kreißsaal	13
Schmerzerleichterung während der Geburt	14
Ambulante Geburt im Krankenhaus	15
... und wenn es doch mal anders als geplant kommt	16
Kinderärztliche Versorgung	16
Unsere Wochenbettstationen	16
Kursangebote des Familien- und Perinatalzentrums	18
Schmerztherapie nach der Geburt	20
Was packe ich in meine Kliniktasche?	21
So erreichen Sie uns	22

## Liebe Eltern,

*vielleicht haben Sie schon Kinder, vielleicht erwarten sie gerade Ihr erstes Kind - ganz egal, wie Ihre Situation ist, die kommende Zeit wird für Sie viel Aufregendes, Neues, Unerwartetes und hoffentlich vor allem viel Schönes bereithalten!*

*Die Charité hat mit ihrem Familien- und Perinatalzentrum ein Angebot für Sie entwickelt, das Ihnen bei allen Fragen rund um das Thema Schwangerschaft und Geburt Antworten geben möchte und Ihnen darüber hinaus durch das vielfältige Kursangebot wertvolle Unterstützung und Anregungen für Sie und Ihr Kind, aber auch die ganze Familie zur Verfügung stellt. Zudem gibt es auch Rat und Tat durch die Elternberatung, falls Sie diese in schwierigen Situationen einmal benötigen sollten.*

*Als Mutter weiß ich, wie groß die Anforderungen sein können, die ein Kind stellt. Wie es ist, das Leben mit einem Kind, das weiß man aber erst, wenn es da ist. Und natürlich gibt es dann auch einmal Situationen, in denen man Rat und Hilfe braucht, das ist völlig normal. Ich möchte Sie darin bestärken, sich diese Hilfe auch zu holen.*

*Vertrauen Sie sich den Fachleuten vor Ort an, fragen Sie, was Ihnen auf dem Herzen liegt und nutzen Sie die Angebote der Charité, die Ihnen im Umgang mit sich und Ihrem Kind Sicherheit und wertvolles Wissen geben.*



*Und vergessen Sie nicht:  
Drei Dinge sind aus dem Paradies geblieben:*

*Die Sterne der Nacht,  
die Blumen des Tages und  
die Augen der Kinder.*

*Dante Alighieri*

*Seit mein Sohn vor 16 Jahren auf die Welt kam, weiß ich: mein Kind ist das Beste, was mir in meinem Leben passiert ist. Das wünsche ich Ihnen auch! Eine wunderbare Schwangerschaft, eine gesunde Geburt und für Ihre ereignisreiche Zukunft von Herzen alles Gute.*

*Ihre*

*Katrin Müller-Hohenstein*

*Katrin Müller-Hohenstein*



## Liebe werdende Eltern,

Sie erwarten ein Kind und wir freuen uns mit Ihnen. Die kommenden Monate der Schwangerschaft werden ereignisreich sein und Veränderung bedeuten. Wir möchten Ihnen mit diesem Heft die vielfältigen Angebote und Möglichkeiten unserer Klinik vorstellen, beginnend mit dem ersten Kontakt beim Informationsabend bis hin zur Rückbildungsgymnastik.

Die zwei Standorte der Charité mit ihren geburtshilflichen Abteilungen bieten Ihnen eine familienorientierte Atmosphäre und zusätzlich, mit der Kinderklinik Tür an Tür, die maximale Sicherheit der modernen Geburtsmedizin.

Wir wünschen Ihnen eine gesunde Schwangerschaft und stehen Ihnen gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Ihre Geburtshilfeteams der Charité  
Familien- und Perinatalzentrum

Campus Charité Mitte, [CCM](#)  
Campus Virchow-Klinikum, [CVK](#)



## Informationsabend

An diesem Abend stellt sich unser Team aus Geburtshelfern, Hebammen, Pflegepersonal, Kinderärzten und Anästhesisten vor. Sie fragen und wir antworten zu Kursangeboten, Sprechstunden, Betreuung und Schmerzlinderung im Kreißsaal, ambulanter Geburt, Betreuung im Wochenbett, Stillen und Vorsorgeuntersuchungen der Kinder.

Im Anschluss können Sie die geburtshilflichen Abteilungen besichtigen.

**CCM** Campus Charité Mitte  
im Paul-Ehrlich-Hörsaal, Virchowweg 4  
jeden 2. Dienstag im Monat um 18.00 Uhr

**CVK** Mittelallee 10  
Erdgeschoss im Hörsaal 6  
jeden 1. Dienstag im Monat um 19.00 Uhr

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.



## Anmeldung zur Geburt und Hebammensprechstunde

Die Hebammensprechstunde bietet Ihnen Gelegenheit, in einem vertraulichen Gespräch all Ihre Fragen und Sorgen zu äußern und mit einer erfahrenen Hebamme zu besprechen.

Sie soll Ihnen helfen, sich ein umfassendes Bild über unsere Betreuung in der Schwangerschaft und während der Geburt zu machen. Im Rahmen dieser Sprechstunde werden mit Ihnen gemeinsam die notwendigen Papiere vorbereitet.

Sollten Sie nach der Klinikentlassung eine individuelle Betreuung durch eine Hebamme wünschen, stellen wir Ihnen selbstverständlich eine aktuelle Hebammenliste zur Verfügung.

**CCM** 030 450 564 236, Schwangerenberatung, 2. Etage, Hochhaus  
Freitag, 9.00 Uhr bis 14.00 Uhr

**CVK** 030 450 564 048, Schwangerenberatung, Mittelallee 9, Erdgeschoss  
Dienstag und Donnerstag, 9.00 Uhr bis 14.00 Uhr  
Terminvergabe täglich, 8.00 Uhr bis 15.00 Uhr (Freitag bis 14.00 Uhr)





## Ärztliche Schwangerenberatung

Soll eine ärztliche Untersuchung durchgeführt werden, benötigen wir Ihren Mutterpass und eine Überweisung durch Ihre Frauenärztin oder Ihren Frauenarzt, mit deren Einvernehmen wir Sie betreuen. Gern beraten wir Sie während der gesamten Schwangerschaft.

## Spezialsprechstunden und Infektambulanz

Sollte Ihre Frauenärztin oder Ihr Frauenarzt eine Erkrankung in der Schwangerschaft feststellen oder diese vor der Schwangerschaft bereits bekannt sein (z.B. erhöhte Blutzuckerwerte, Bluthochdruck), kommen Sie bitte in unsere Spezialsprechstunden.

### Besondere Schwerpunkte sind

- Diabetesberatung und -betreuung
- Betreuung hypertensiver Schwangerschaftserkrankungen (Bluthochdruck)
- Kindliche Wachstumsretardierung (zu geringes Wachstum)
- Mehrlingsschwangerschaft

**CCM** 030 450 564 197, Schwangerenberatung Hochhaus, 2. Etage

**CVK** 030 450 564 048, Mittelallee 9, Erdgeschoss

Terminvergabe täglich, 8.00 Uhr bis 15.00 Uhr (Freitag bis 14.00 Uhr)

### Betreuung von Schwangeren mit Infektions- oder Abhängigkeitserkrankungen

**CVK** 030 450 564 112, Terminvergabe täglich, 8.00 Uhr bis 14.00 Uhr



## Chefarzt- und Oberarztsprechstunde

Wünschen Sie eine Betreuung durch Herrn Prof. Dr. Henrich oder durch eine unserer Oberärztinnen oder Oberärzte, können Sie sich gern in dieser Sprechstunde anmelden.

**CCM** Dienstag, 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr  
Schwangerenberatung  
Hochhaus, 2. Etage  
030 450 564 197  
außerhalb der Sprechzeiten ist eine Terminvereinbarung unter 450 564 072 möglich

**CVK** Montag, 8.30 Uhr bis 16.00 Uhr  
Mittelallee 9  
Erdgeschoss links  
030 450 564 048 / 230  
Terminvergabe täglich, 8.00 Uhr bis 15.00 Uhr (Freitag bis 14.00 Uhr)

## Pränatale Diagnostik und Therapie

In dieser Spezialsprechstunde werden Ultraschallfeindiagnostik, Kontrollen des kindlichen Wachstums und Blutflussuntersuchungen durchgeführt. Sowohl das Ersttrimesterscreening zwischen der 11. und 14. vollendeten Schwangerschaftswoche mit



Messung der Nackendicke und Untersuchung der Organe, als auch die Feindiagnostik zwischen 20. und 22. vollendeter Schwangerschaftswoche werden angeboten. Zum Spektrum der weitergehenden Diagnostik gehören die Fruchtwasseruntersuchung (Amniozentese), die Mutterkuchenprobenentnahme (CVS) und die Nabelschnurblutentnahme. Im Falle von angeborenen kindlichen Fehlbildungen werden Sie im Beisein von Kinderärzten und, falls nötig, auch Kinderchirurgen ausführlich beraten. Auch ein erhöhtes Altersrisiko, familiäre Erkrankungen oder auffällige Blutuntersuchungen besprechen wir gerne und umfassend mit Ihnen.

Große Erfahrungen liegen auch in der pränatalen Therapie vor (Transfusionen, Fruchtwasserentlastung, medikamentöse Therapie des Ungeborenen). Zur Ausstattung gehören neuste Ultraschallsysteme, die über alle Funktionen inklusive der 3D- und 4D-Diagnostik verfügen.

Sobald Sie einen Überweisungsschein von Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt haben, vereinbaren Sie telefonisch einen Termin und bringen Sie bitte zu der Untersuchung Ihren Mutterpass und die Versichertenkarte mit.

**CCM** Montag bis Freitag, 8.00 Uhr bis 15.00 Uhr  
Pränatalmedizin, Hochhaus, 2. Etage 030 450 564 294

**CVK** Montag bis Freitag, 9.00 Uhr bis 14.00 Uhr  
Mittelallee 9, Erdgeschoss links 030 450 564 230  
Terminvergabe täglich, 8.00 Uhr bis 15.00 Uhr (Freitag bis 14.00 Uhr)



## Kreißsaalbesichtigung

Eine Kreißsaalführung bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit den Räumlichkeiten vertraut zu machen. Sie besichtigen den Kreißsaal und die präpartalen Zimmer und erhalten Informationen über die Variationsmöglichkeiten während Ihrer Entbindung (z.B. Gebärwanne, Ball, Hocker, Indisches Seil, Sprossenwand).

Da Kinder nicht geplant zur Welt kommen, bitten wir schon jetzt um Verständnis, dass wir diese Führungen nur nach kurzfristiger Anmeldung durchführen können.

### Wann

#### Am Standort CCM

nach kurzfristiger Absprache  
und wenn möglich im Anschluss an den Informationsabend.  
Anmeldung für CCM      030 450 564 236

#### Am Standort CVK

jeden 3. Samstag im Monat, 15 Uhr  
und wenn möglich im Anschluss an den Informationsabend.



## Der Kreißsaal

Wenn Sie regelmäßig Wehen haben oder die Fruchtblase springt, stehen unsere Hebammen und Kreißsaalärztinnen oder Kreißsaalärzte als Team für Sie bereit. Sollten Sie sich aus irgendeinem Grund unwohl fühlen, sich um Ihr Kind sorgen oder Blutungen haben, helfen wir Ihnen selbstverständlich.

Mit regelmäßigen Wehen und Eröffnung des Muttermundes werden Sie in den Kreißsaal aufgenommen und können nach Ihren Bedürfnissen entscheiden, in welcher Position Sie die Eröffnungsperiode der Geburt erleben und Ihr Kind gebären möchten.

Das Ziel unseres Kreißsaalteams ist es, Ihnen eine individuelle und an Ihre Bedürfnisse angepasste Betreuung zu bieten.



## Schmerzerleichterung während der Geburt

Schmerzen, die während der Geburt auftreten, werden von jeder werdenden Mutter individuell wahrgenommen. Manchmal ist eine ausreichende Schmerzkontrolle mit Atmungs- und Entspannungstechniken zu erreichen. Für den Fall, dass diese Techniken nicht ausreichen, können Ihre Schmerzen mit den Methoden der modernen Anästhesie wirksam gelindert werden. Dabei hat sich die sogenannte Periduralanästhesie (PDA) als wirksamste Form zur Schmerzlinderung herausgestellt. Die Risiken und Nebenwirkungen dieser Methode sind dabei für Mutter und Kind äußerst gering.

Zur Durchführung und Betreuung steht Ihnen rund um die Uhr ein erfahrenes Anästhesieteam zur Verfügung.



## Ambulante Geburt im Krankenhaus

Sie können nach der Geburt und einer anschließenden Überwachungsphase mit Ihrem Kind nach Hause gehen. Dies entspricht einer ambulanten Geburt, auch wenn Sie für die Zeit Ihres Aufenthaltes aus versicherungstechnischen Gründen bei uns als stationäre Patientin angemeldet sind.

Sollten Sie diese Form der Entbindung wünschen, empfehlen wir Ihnen, schon während der Schwangerschaft Kontakt mit einer freiberuflichen Hebamme oder mit einer in unserem Kreißsaal tätigen Hebamme aufzunehmen, die Ihnen mit Rat und Tat in der Nachsorge zur Seite steht.

Auch für kinderärztliche Untersuchungen (z.B. die U2 zwischen dem 3. bis 10. Lebenstag) empfiehlt sich die frühzeitige Kontaktaufnahme zu einer niedergelassenen Kinderärztin oder einem Kinderarzt in Ihrer Nähe.



## ... und wenn es doch einmal anders als geplant kommt

### Mein Baby liegt in Beckenendlage, was tun?

Wir bieten Ihnen ab der 32. Schwangerschaftswoche ein Informationsgespräch und mögliche Behandlungsmethoden an. Erkundigen Sie sich bitte an den jeweiligen Standorten. Am Standort CCM haben Sie die Möglichkeit, eine Beckenendlagensprechstunde zu konsultieren. Terminvergabe unter 030 450 564 197.

## Kinderärztliche Versorgung

Wurden während der Schwangerschaft oder unter der Geburt krankhafte Veränderungen am Kind festgestellt oder kommt es unter der Geburt zu Komplikationen, stehen unsere Kinderärztinnen oder Kinderärzte rund um die Uhr zur Verfügung. Die sofortige kinderärztliche Versorgung ist im Kreißsaal immer gewährleistet.

## Unsere Wochenbettstationen

Rooming-in und eine ganzheitliche, integrierte Wochenbettbetreuung vermitteln ein geborgenes Gefühl. Unsere Pflegekräfte sorgen für eine individuelle Betreuung von Mutter und Kind mit ausführlicher Stillanleitung, Wickelhilfe, Körper- und Hautpflege, Ernährungsberatung und vielem mehr. Konzeptionell orientieren wir uns





an den Richtlinien der WHO zum „Stillfreundlichen Krankenhaus“. Eine examinierte Still- und Laktationsberaterin arbeitet mit im Pfl egeteam; alle Pflegekräfte besitzen umfangreiche, fachlich fundierte Stillkenntnisse.

Die Kinderärztin oder der Kinderarzt führt die ersten Vorsorgeuntersuchungen bei Ihrem Kind bereits während Ihres Aufenthaltes bei uns durch, so dass Ihnen der Weg zu einer niedergelassenen Kinderärztin oder Kinderarzt zunächst erspart bleibt. Außerdem werden Tests auf Stoffwechselstörungen bei Ihrem Kind durchgeführt sowie ein erster Hörtest. Zum Ausschluß von eventuellen Herzfehlern erfolgt eine Messung der Sauerstoffsättigung. Bei auffälligen Untersuchungsbefunden können wir die nötigen diagnostischen Maßnahmen einleiten.

Ein Familienzimmer ermöglicht Eltern, die ersten Tage gemeinsam zu erleben. Familienzimmer können nicht immer garantiert werden und stehen nur zur Verfügung, wenn entsprechende Zimmer frei sind. Der Preis beträgt 65 Euro pro Tag.

Gesunde Geschwisterkinder sind willkommen, ebenso Großeltern sowie andere Verwandte und Freunde. Unsere Stationen verfügen über gemütliche Stillzimmer und Aufenthaltsräume.

Auf Wunsch steht Ihnen eine Babyfotografin zur Verfügung. Ein Foto erhalten Sie kostenlos, Portraits und eine Mappe gehören zum Standardangebot.

Ihr Entlassungstermin wird individuell mit Ihnen abgestimmt.



## Kurse des Familien- und Perinatalzentrums

Wir möchten Sie in allen Bereichen rund um das Thema „Eltern werden und Eltern sein“ unterstützen. Die Charité bietet Ihnen ein großes Spektrum an Kursen für die Zeit vor und nach der Geburt an. In neu gestalteten Räumen mit Wohlfühlambiente erwartet Sie ein familienorientiertes, professionelles Team. Einen Überblick unseres Kursangebotes finden Sie auf allen Stationen unseres Zentrums.

Gern hilft Ihnen auch unser Pflegepersonal weiter.

## Kursangebote vor der Geburt

Geburtsvorbereitungskurse

Säuglingspflegekurse

Akupunktur

Bauchtanz

Yoga

Fußreflexzonentherapie

Raucherentwöhnung

Vaterkurs

Geschwisterkurs

[Wir erweitern ständig unser Kursangebot.](#)



## Kursangebote nach der Geburt

Stillgruppe, Stillcafé, Stillberatung  
Rückbildungsgymnastik  
Babyschwimmen  
PEKIP (Prager-Eltern-Kind-Programm)  
1. Hilfe beim Kind  
Fußreflexzonen­therapie  
Das Baby verstehen - Signale richtig deuten  
Yoga und Entspannung für Mütter mit  
Frühgeborenen oder kranken Neugeborenen  
Stillcafé für Mütter mit Frühgeborenen  
Säuglingspflegekurs für Familien mit Frühgeborenen

Für nähere Informationen und zur Anmeldung aller Kurse stehen Ihnen unsere Kurskoordinatorinnen Montag bis Donnerstag, 8.00 bis 13.00 Uhr  
Freitag, 8.00 bis 12.00 Uhr unter der  
**Service­nummer 030 450 564 143** zur Verfügung.

Im Rahmen familienfreundlicher Geburtsmedizin steht Ihnen unsere zentrale **Still­hotline 030 450 664 206** rund um die Uhr zur Verfügung. Alle Fragen zum Stillen werden dort jederzeit professionell und individuell von einer Still- und Laktationsberaterin der Wochenbettstation beantwortet.



## Schmerztherapie nach der Geburt

Auch nach der Geburt gilt „keine Angst vor Schmerzen“.

Schmerzen im Wochenbett müssen nicht sein. Insbesondere in der ersten gemeinsamen Zeit nach der Geburt möchten wir, dass Sie nach Möglichkeit schmerzfrei sind.

So können Sie auch Ihre Aufmerksamkeit und Ihre Kräfte Ihrem Kind widmen.

Deshalb bitten wir Sie, dass Sie Ihre Schmerzempfindungen klar und frühzeitig äußern. Damit wir entsprechend reagieren können, werden wir Sie während Ihres Aufenthaltes regelmäßig befragen, ob Sie Schmerzen haben und wie stark die Schmerzen von Ihnen empfunden werden. Hierzu verwenden wir eine Schmerzskala, auf der Sie Ihre Schmerzen einem Zahlenwert von 0 bis 10 zuordnen.

Anhand Ihrer Angaben können wir dann eine entsprechende Schmerztherapie planen und einleiten.

In jedem Fall werden wir uns bemühen, Ihren Schmerz mit modernen Methoden wirksam zu behandeln. Wir verwenden nur Schmerzmittel, die mit dem Stillen vereinbar sind, oder wir bieten Ihnen alternativ nichtmedikamentöse Methoden zur Schmerzlinderung an.

Unser Ziel ist Ihr Wohlbefinden.



## Was packe ich in meine Kliniktasche?

Plötzlich geht es los, die ersten Wehen setzen ein und die Geburt beginnt...jetzt heißt es schnell in die Klinik und nichts vergessen. Diese Situation ist aus unserer Erfahrung für die werdende Familie aufregend, aber auch stressig. Wir möchten Sie auf diesen Moment und auch auf Ihren Aufenthalt bei uns gut vorbereiten, deshalb haben wir für Sie eine Checkliste ausgearbeitet, die Ihnen hilft, bereits im Vorfeld alle wichtigen Dinge zusammenzupacken, die Sie für Ihren Aufenthalt bei uns brauchen werden. Ihre Tasche sollte bis zur 36. Schwangerschaftswoche gepackt sein, da es zu diesem Zeitpunkt jederzeit „losgehen“ kann.

### Für die Mutter

Still-BHs, bequeme Tageskleidung, Bademantel, Hausschuhe, Nachthemden, Hygieneartikel

### Für Ihr Kind

Babyerstausrüstung, Mütze und Jacke, sicherer Kindersitz für das Auto (zur Entlassung)

### Wichtige Unterlagen

Mutterpass, ggf. Allergie- und Herzpass, Personalausweis, Versichertenkarte, Familienstammbuch, Geburtsurkunde

Denken Sie eventuell auch an einen Fotoapparat oder an eine Videokamera. Um alle anderen Dinge kümmern wir uns, sobald Sie bei uns sind.



## So erreichen Sie uns

### Stillhotline

**030 450 664 206 (24 Stunden für alle Standorte)**

Antworten bekommen Sie von einer Still- und Laktationsberaterin der Wochenbettstation

### Campus Charité Mitte Charitéplatz 1, 10117 Berlin

Kreißaal

030 450 564 259

### Campus Virchow-Klinikum Augustenburger Platz 1, 13353 Berlin

Kreißaal

030 450 564 025

### Campus Benjamin Franklin Hindenburgdamm 30, 12200 Berlin

nur Kursangebote

Anmeldung und Information

030 450 564 143



**Wir wünschen Ihnen eine schöne Geburt!**

# Für Ihre Notizen





# Für Ihre Notizen

## **Impressum**

Herausgeber: © Familien- und Perinatalzentrum, August 2013, 6. Auflage

Klinikdirektor: Prof. Dr. med. W. Henrich

Redaktion: M. Troschke, A. Heinrich, R. Otremba, C. Bartel-Saalborn, K. Spanowski,  
Prof. Dr. med. E. Beinder

Grafik: C. Voigts, Charité - Universitätsmedizin Berlin, Zentrale Mediendienstleistungen

Fotos: W. Peitz (Titelfoto und innen), Zentrale Mediendienstleistungen

M. Troschke, D. Steufmehl, M. Pikas, A. Fetscher, Familien- und Perinatalzentrum,  
Viola Schütz (Portrait K. Müller-Hohenstein)

<http://geburtsmedizin.charite.de>

