



Die sogenannte kleine Geburt

Möchte die Frau im frühen Stadium der Schwangerschaft (bis zur 12. SSW) keine Ausschabung, kann sie abwarten, ob/bis der Körper das gestorbene Kind in einem natürlichen Vorgang ausscheidet, manche sprechen in diesem Fall auch von einem natürlichen Abgang. Dieser findet in der Regel zu Hause statt. Eventuell kann aber dennoch eine anschließende Ausschabung notwendig sein.

Vorbereitung auf eine kleine Geburt

Folgende Hinweise können hilfreich sein:

Bitte besprecht euch mit eurer/em Gynäkologin/en und/oder Hebamme:

- *Wie stark darf die Blutung beim Abgang sein?*
- *Wann müsstest du gegebenenfalls in die Notaufnahme?*
- *Ist ein weheneinleitendes Mittel zu empfehlen? Wenn ja, was ist dabei zu beachten?*
- *Gibt es naturheilkundliche oder homöopathische Unterstützungsmöglichkeiten?*

Wollt ihr abwarten, bis euer Körper die kleine Geburt natürlich einleitet?

- *Wenn ja, lasst euch dabei von eurer/em Gynäkologin/en und/oder Hebamme begleiten. Sobald außergewöhnliche Schmerzen oder Krämpfe auftreten, wendet euch sofort an sie oder an die Notaufnahme.*



Telefonkontakt mit der Hebamme:

- *Speichert die Telefonnummer der Hebamme ein, damit ihr schnell anrufen könnt, wenn es mit der kleinen Geburt losgeht.*
- *Fragt die Hebamme, welche Bedingungen sie für die Rufbereitschaft hat und was sie realistisch abdecken kann. Hebammenleistungen können mit der Krankenkasse abgerechnet werden!).*

Telefonische Erreichbarkeit von Vertrauensperson:

- *Stellt sicher, dass ihr euren Partner oder eine andere Vertrauensperson anrufen könnt, damit diese zu euch kommen und euch unterstützen.*

Kliniktasche:

- *Bereitet für alle Fälle eine Kliniktasche vor, falls ihr ins Krankenhaus müsst.*

Ab wann ins Krankenhaus?

- *Solltest du das Gefühl haben, du schaffst es nicht zu Hause, auch wenn ein bestimmter Schmerzgrad noch nicht erreicht ist, folge deinem Gefühl und lass dich ins Krankenhaus bringen.*

Vorbereitungsoptionen für zu Hause:

- *Vielleicht möchtest du ein Küchensieb aus Plastik besorgen, das du mit Küchenpapier auslegen und in die Toilettenschüssel stellen kannst, wenn die Geburt los geht. So kannst du verhindern, dass dein Kleines aus Versehen in der Toilette herunter gespült wird. Du*



kannst es herausnehmen, um es zu bestatten oder untersuchen zu lassen.

Punkte, die nach einer kleinen Geburt gynäkologisch überprüft werden sollten:

- *Ultraschall, um zu überprüfen, ob sich das ganze Gewebe gelöst hat oder es Rückstände gibt und es evtl. noch einer Ausschabung bedarf*
- *Bluttest, um zu testen, ob die HCG-Werte entsprechend zurück gehen*
- *Eventuell noch andere Untersuchungen, je nach Anraten der Gynäkologin/Hebamme*
- *Vielleicht brauchst du noch Zeit, um das Geschehene zu verarbeiten, dann kannst du dir eine Arbeitsunfähigkeits-Bescheinigung ausstellen lassen und gegebenenfalls deine Ansprüche auf Mutterschutz abklären.*

Kleidung oder Einschlagtücher für die Kleinen:

- *Es kann schön sein, auch die Allerkleinsten in Einschlagtücher zu wickeln oder für die Bestattung in ein Filznestchen zu betten. Ihr könnt dabei selber kreativ werden, in der Klinik nachfragen, oder etwas bestellen.*