



Stille Geburt oder Totgeburt

Darunter versteht man die Geburt eines bereits verstorbenen Kindes im späteren Stadium der Schwangerschaft (ab der 14. SSW).

Die stille Geburt kann im Krankenhaus (oder gegebenenfalls Geburtshaus) stattfinden oder als Hausgeburt mit Begleitung einer Hebamme geplant werden.

In der heutigen Zeit haben wir leider oft verlernt, auf unseren Körper und die uns innewohnende Intuition und Weisheit zu vertrauen. Aber unsere Körper wissen, was zu tun ist, versucht auf sie zu hören und den für euch richtigen Weg zu finden. Parallel dazu könnt ihr auch immer auf die heutige Medizin und ihre Möglichkeiten zurückgreifen. Es geht nicht um entweder-oder, sondern um sowohl-als-auch. Hört auf euch *und* nehmt all die Hilfe, Diagnosemöglichkeiten und Formen der Unterstützung an, die euch zur Verfügung stehen.

Vorbereitung auf eine stille Geburt oder Totgeburt

Folgende Überlegen können hilfreich sein, um eure Geburt selbstbestimmt zu gestalten:

Planung der Geburt

- *Hattet ihr bereits Vorstellungen zur Geburt eures Kindes? Wenn ja, ist es hilfreich, möglichst viele davon trotz allem umzusetzen. Dazu gehören Überlegungen wie: Wo soll mein Kind auf die Welt*



kommen? Wen möchte ich bei der Geburt dabei haben? Wer soll das Baby nach der Geburt sehen?

Unterstützung durch eine Hebamme

- *Sucht so bald wie möglich nach einer Hebamme, die euch auf diesem schweren Weg begleitet, falls ihr nicht schon eine habt.*

Wahl des Geburtsortes

- *Wenn ihr in eine Klinik gehen wollt, sammelt Informationen über die unterschiedlichen Krankenhäuser, in denen ihr euch eine Entbindung vorstellen könnt. Wenn ihr eine Hausgeburt wünscht, klärt ob dies möglich ist und bis zu welchem Zeitpunkt.*

Klinikgeburt

- *Vereinbart einen Termin zur Vorbesprechung*
- *Macht euch soweit wie möglich vorab Gedanken, wie ihr euch die Geburt vorstellt und besprecht dies mit den Hebammen. Was ist euch wichtig? Schmerzmittel, PDA? Empfehlenswert ist es, ein Familienzimmer zu beantragen, dafür werden die Versicherungskarten beider Eltern benötigt. Das Familienzimmer wird von der Krankenkasse übernommen, dafür muss der behandelnde Arzt ein vorgegebenes Formular unterschreiben, das im Krankenhaus vorliegt.*
- *Wenn ihr es vorab schon sagen könnt, teilt den Ärzten am besten vor Zeugen mit, ob ihr euer Kind nach der Geburt sehen wollt und ob ihr es mit nach Hause nehmen wollt. Ebenso ob ihr es selber bestatten*



lassen möchtet oder über die Klinik in einer Gemeinschaftsbestattung beerdigen lassen wollt (letzteres ist bis zu einem Geburtsgewicht bis 500 g möglich). Mehr dazu unter dem Punkt Bestattung.

- *Klärt ab, welche Rechte ihr auf Mutterschutz habt und dass ihr von der Klinik eine entsprechende Bescheinigung bekommt. Weiteres findet ihr unter <https://www.mutterschutz-rechner.de/mutterschutz/fehlgeburten-und-totgeburten-764>*
- *Besprecht, ob euer Kind obduziert werden soll oder nicht. Mehr dazu bei <http://initiative-regenbogen.de/obduktion.html>*
- *Ihr könnt eine Vertrauensperson oder auch eine Geburtsbegleiterin/Doula bitten, euch zur Vorbesprechung in die Klinik und ebenso zur Geburt zu begleiten.*

Kliniktasche vorbereiten

- *Bereitet eine Liste mit wichtigen Telefonnummern vor und steckt sie mit in die Kliniktasche, so könnt ihr und auch die Ärzte/Hebammen bei Komplikationen schnell agieren.*
- *Möchtet ihr Fotos von eurem Kind? Dann denkt daran, eine Kamera oder ein Handy mit Kamerafunktion einzupacken, um Fotos machen zu können. Es gibt auch sogenannte Sternenkinderfotografen, die dies ehrenamtlich übernehmen: auf <http://www.dein-sternenkind.eu/> findest du eine Liste von Fotografen nach Postleitzahlen sortiert*
- *Ihr könnt euch weiterhin fragen: Will ich meinem Kind eigene Kleidung anziehen? Welche? Will ich eine besondere Kuschedecke oder etwas ähnliches mitnehmen, um mein Kind darin einzuwickeln?*



Möchte ich eine besondere, vielleicht selbst gestaltete Kerze mitnehmen? Gibt es sonst noch wichtige Dinge, die ich für mein Kind oder für mich zur Geburt mitnehmen möchte?

- *Eventuell möchtet ihr ein duftendes Öl besorgen, damit das Kleine von euch, der Hebamme oder dem Seelsorger gesalbt werden kann (am besten vorher absprechen).*

Für euer Baby

- *Bitte erkundigt euch, ob es in der von euch gewählten Klinik Kleidung und/oder Tücher zum Hineinbetten für die Kleinen gibt. Wenn nicht oder wenn ihr eine Hausgeburt oder eine Geburt in eine Geburtshaus plant, könnt ihr diese auch selber besorgen.*
- *Es gibt auch ein mobiles Kühlsystem, das CuddleCod. Dadurch könnt ihr im Krankenhaus, aber auch zu Hause noch so viel Zeit wie möglich mit eurem Sternenkind verbringen. Im voraus bestellen und ausleihen könnt ihr es über <https://www.hopesangel.com/> oder E-Mail an birgit@hopesangel.com*
- *Wenn ihr euer Baby noch mit nach Hause nehmen wollt, ist bei Kindern über 500 g Geburtsgewicht zu klären, welcher Bestatter bereit ist, das Kind vom Krankenhaus nach Hause zu bringen. Dies ist rechtlich notwendig, da die Überführung nicht selber vorgenommen werden darf.*