

MOTHER HOOD e.v.

„Wo soll mein Kind zur Welt kommen?“

Geburtsorte – ein Überblick



Herzlichen Glückwunsch, du erwartest ein Baby!

Die Geburt deines Kindes ist eine der prägendsten Erfahrungen deines Lebens. Und eine der wichtigsten Fragen dabei ist:

Wo soll dein Kind zur Welt kommen?

Wo fühlst du dich am wohlsten und am besten begleitet?

Geduld, Ruhe und die Anwesenheit von vertrauten Personen, z.B. deiner Hebamme, fördern eine sichere Geburt. Stress oder eine unzureichende Betreuung können sich dagegen ungünstig auf den Geburtsverlauf auswirken.

Wenn du und dein Kind gesund sind und keine Ausschluss-kriterien vorliegen (z.B. eine Plazenta praevia oder Mehrlinge), kommt als Geburtsort neben der Klinik auch ein Geburtshaus oder das eigene Zuhause in Frage.

Dieser Flyer möchte helfen, den für dich passenden Ort für die Geburt deines Kindes zu finden.

Geburt im Geburtshaus

- Geburtshäuser werden von Hebammen geleitet, die oft im Team arbeiten. Du kennst sie meist aus der Schwangerenvorsorge.
- Du stimmst dich bei Geburtsbeginn mit deiner Hebamme ab, wann es Zeit ist, ins Geburtshaus zu kommen.
- Bestimmte Medikamente wie Periduralanästhesie (PDA) oder Wehentropf sind nicht möglich. Alternativen zur Schmerzlinderung sind z. B. Massage und Akupunktur.
- Deine Hebamme hat das Wohlergehen deines Babys stets im Blick, u. a. durch das Abhören der Herztöne und das Abtasten der Kindslage im Bauch.
- Meist kannst du zwischen Gebärwanne, -hocker und weiterer unterstützender Ausstattung wählen. Aufrechte Gebärpositionen (Vierfüßler-Stand, Hocke, stehend etc.) werden gefördert, denn sie beugen Geburtsverletzungen vor.
- Durch die lückenlose 1:1-Begleitung erkennt die Hebamme frühzeitig, wenn ärztliche Unterstützung nötig wird. Viele Geburtshäuser arbeiten mit Kliniken zusammen, sodass eine Verlegung schnell und sicher möglich ist.
- Nach der Geburt führt die Hebamme bei deinem Baby die Erstuntersuchung U1 durch und ihr könnt nach Hause gehen.



Hausgeburt im vertrauten Umfeld

- Du kennst deine Hebamme bereits aus der Schwangerschaftsvorsorge. Das vertraute Umfeld kann positiv auf den Geburtsverlauf wirken und du bestimmst selbst über deine Gebärposition.
- PDA oder Wehentropf sind nicht möglich.
  Zur Schmerzlinderung gibt es z. B. Massage und Akupunktur.
- Deine Hebamme hat das Wohlergehen deines Babys stets im Blick, u. a. durch das Abhören der Herztöne.
- Durch die lückenlose 1:1-Begleitung erkennt deine Hebamme frühzeitig, wenn ärztliche Unterstützung nötig wird.
  Hebammen arbeiten meist mit Kliniken zusammen. Manche können dich dort nach einer Verlegung weiter begleiten.
- Hausgeburtshebammen haben medizinisches Equipment dabei und sind für mögliche Notfälle geschult.
- Nach der Geburt führt deine Hebamme bei deinem Baby die Erstuntersuchung U1 durch.



Geburt in einer Klinik

- Die Geburt wird durch Hebammen betreut. Gynäkolog:innen kommen meist nur in der letzten Phase dazu.
- Hebammen arbeiten im Schichtdienst und können daher wechseln. Wenn viele Geburten gleichzeitig stattfinden, musst du dir eine Hebamme mit mehreren Gebärenden "teilen".
- In manchen Kreißsälen kann dich deine eigene sog. Begleithebamme betreuen.
- Kinderärzt:innen sind nicht in allen Kliniken dauerhaft anwesend. Bei bestimmten Erkrankungen von dir oder deinem Kind wählst du daher am besten eine spezialisierte Klinik (Perinatalzentrum).
- Medikamentöse Geburtseinleitungen sind möglich.
- Zur Schmerzlinderung kannst du z. B. eine PDA erhalten. Lass dich gut über die Vor- und Nachteile beraten.



- Das medizinische Umfeld und Routinemaßnahmen, z. B. regelmäßige vaginale Untersuchungen, können dir ein Sicherheitsgefühl geben. Manchmal lösen sie aber Stress aus, der sich auch auf dein Baby überträgt. Sprich darüber mit der geburtsbegleitenden Hebamme.
- In manchen Kreißsälen kannst du Gebärwanne oder -hocker nutzen und verschiedene Geburtspositionen einnehmen.
- Nach der Geburt bleibst du meist mehrere Tage auf der Wochenbettstation. Wenn es dir und deinem Baby gut geht, könnt ihr auch nach wenigen Stunden nach Hause (ambulante Geburt).

„Wie finde ich den passenden Geburtsort?"

Den einzig richtigen Geburtsort gibt es nicht. Wichtig ist, dass du dich wohl und sicher fühlst. Deine Wünsche sollen bei der Geburt deines Babys im Vordergrund stehen. Wirst du gut und sicher betreut, hilft das deinem Körper, diese besondere Herausforderung zu meistern.

Wenn du eine garantierte 1:1-Begleitung möchtest, suche innerhalb der ersten Schwangerschaftswochen eine Hebamme. Begleithebammen, Geburtshaus- und Hausgeburtshebammen sind frühzeitig ausgebucht. Bitte beachte, dass eine Rufbereitschaftspauschale fällig wird, die i. d. R. teilweise von den Krankenkassen rückerstattet wird. Planst du eine Klinikgeburt, schau dir möglichst mehrere Geburtsstationen an und vergleiche sie.

Solltest du Schwierigkeiten haben, eine Hebamme, ein Geburtshaus oder die passende Klinik zu finden, dann teile dies deiner Krankenkasse und dem Gesundheitsamt mit.

Mother Hood e.V.

Bundeselternorganisation zum Schutz von Mutter und Kind während Schwangerschaft, Geburt und 1. Lebensjahr

Villenstr. 6, 53129 Bonn
www.mother-hood.de | info@mother-hood.de

Ausgabe 12/2025
V.i.S.d.P. Mother Hood e.V., Katharina Desery (Vorstand),
Villenstraße 6, 53129 Bonn, Selbstdruck im Eigenverlag
Fotos: Birthbecomesyou-M-2022-15, Birthbecomesyou-Stock-MN-3,
© Canva (kostenlose und Pro-Medien)
Design: Julian Gottschalk