

INTERVIEW

Wien, 1. Jänner 2023

Gut geboren:

4 Tipps zur Geburtsvorbereitung

Wenn der Geburtstermin näher rückt, sollte nicht nur die Kliniktasche gepackt sein: Wie sich die werdende Mutter für die Entbindung und die Zeit danach über das gängige Zubehör hinaus rüsten kann und welche wichtige Rolle eine kontinuierliche Begleitung und der Geburtsort für ein positives Geburtserlebnis spielen, erklären Hebamme Brigitte Vallazza des Sanatorium Kettenbrücke in Innsbruck und Mag. Werner Fischl, Vizepräsident des Verbands der Privatkrankenanstalten Österreichs und Geschäftsführer der PremiQaMed Privatkliniken mit insgesamt vier Geburtenstationen in Wien, Graz und Salzburg.



Fotocredit: PremiQaMed Group, Fotograf Bernhard Schramm

1. Gut informiert: Das Gespräch suchen

Da es nicht nur viele Fragen, sondern auch Unsicherheiten rund um den großen Moment der Geburt gibt, rät Brigitte Vallazza, Hebammenleitung der Geburtshilfe des Sanatoriums Kettenbrücke, dazu, **nicht nur einen Geburtsvorbereitungskurs zu besuchen**: „Im Rahmen der Kurse werden zwar alle wichtigen Themen rund um die Entbindung und die Tage danach thematisiert. In **persönlichen Beratungsgesprächen** besteht jedoch zudem die Möglichkeit, konkret auf die ganz persönlichen Anliegen und Unsicherheiten einzugehen.“ Privatkliniken mit Schwerpunkt auf Geburtshilfe bieten unterschiedliche Kurse für werdende Mütter und Paare, aber auch individuelle Geburtsvorbereitungen an. Nach Terminvereinbarung stehen die Hebammen jederzeit zum Gespräch zur Verfügung. Werdende Mütter können zwischen der 18. und 22. Schwangerschaftswoche darüber hinaus das kostenfreie Mutter-Kind-Pass-Hebammengespräch auch in den Privatkliniken in Anspruch nehmen.

2. Gut geplant: Wünsche aufschreiben

Werdenden Müttern empfiehlt die erfahrene Hebamme, schon während der Schwangerschaft einen **Geburtsplan** zu erstellen, der auf die individuell gewünschten Rahmenbedingungen der Entbindung eingeht: „Darin werden die Wünsche für den Geburtsverlauf festgehalten, wie zum Beispiel die bevorzugten Gebärpositionen oder Maßnahmen zur Schmerzlinderung. Es ist möglich, dass Frauen während der Geburt zu aufgeregt oder erschöpft sind, um spezielle Anliegen zu äußern“, so Vallazza. Ein Geburtsplan ist jedoch nur ein Leitfaden – in der jeweiligen Situation kann es für das Wohl der Mutter und des Kindes erforderlich sein, anders als gedacht vorzugehen: „Nachweislich ist dies jedoch umso leichter, je intensiver die Beschäftigung mit einzelnen Geburtsszenarien im Vorfeld war.“

3. Gut begleitet: Individuelle Betreuung während der Geburt

Eine **einfühlsame Betreuung** während der Geburt ist nicht nur angenehm für die Gebärende, sondern auch **essenziell für den Geburtsverlauf**: „Wird eine Frau kontinuierlich und vertrauensvoll während der Geburt begleitet, stärkt dies nicht nur ihr Selbstvertrauen, sondern reduziert das Risiko für Geburtsverletzungen und Interventionen – das wurde mehrfach wissenschaftlich bewiesen“, erklärt Hebamme Vallazza.

„Genauso bedeutsam wie das Vertrauen in die eigene Kraft ist jedoch das Vertrauen in die betreuenden Ärzte, Hebammen und Pflegemitarbeiter vor Ort“, weiß auch Mag. Werner Fischl, Vizepräsident des Verbands der Privatkliniken Österreichs und Geschäftsführer der PremiQaMed Privatkliniken: „In den österreichischen Privatkliniken mit Geburtshilfe sind aus diesem Grund rund um die Uhr kompetente und gut ausgebildete Mitarbeiter vor Ort, um eine optimale Betreuung zu gewährleisten. Eine Beleghebamme kann zusätzliche Sicherheit bieten.“

4. Gut gewählt: Entscheidung für eine Geburtsklinik

Die Mehrheit aller Geburten in Wien finden in einer Privatklinik statt: „Wir sind uns dieser Verantwortung durchaus bewusst“, verdeutlicht Fischl: „Unsere MitarbeiterInnen werden kontinuierlich geschult und weitergebildet. Eine einfühlsame Betreuung durch die Hebammen und das Pflegepersonal – und auch eine individuelle Stillberatung im Frühwochenbett kann gesundheitlichen Problemen bei Mutter und Kind vorbeugen“, stellt Fischl klar. „Unser größtes Anliegen als Gesundheitsdienstleister ist das **Wohlbefinden unserer Kundinnen**. Aus diesem Grund gehen wir hier individuell auf Bedürfnisse und Wünsche ein.“

Die **Anmeldung** für eine Geburt in einer Privatklinik empfiehlt Fischl bis zur 37. Schwangerschaftswoche: „Zum ersten Kennenlernen ist der Besuch der **Informationsveranstaltung** des jeweiligen Hauses ideal. Bei dieser Gelegenheit bieten wir auch einen Rundgang durch die Kreißsäle an. Sind die Schwangeren mit den Örtlichkeiten vertraut, fällt die Entspannung in der Geburtssituation deutlich leichter“, so Fischl.

Details zu den Terminen der Informationsabende können den hauseigenen Websites entnommen werden.

In den Privatkliniken Döbling und Goldenes Kreuz finden die **Geburtsvorbereitungskurse** derzeit alternierend als **Präsenz- und Online-Kurse** statt. Die Onlinekurse waren ursprünglich eine pandemiebedingte ‚Notlösung‘ gewesen, das Format ist aber nun aufgrund des anhaltenden Interesses eine gleichberechtigte Kommunikationsschiene.

Damit die erste Zeit mit dem Baby unvergesslich und schön wird, bieten Expert:innen der Privatklinik Goldenes Kreuz kostenlos Ratschläge und Step-by-step-Anleitungen rund ums Kind. Weitere Informationen finden Sie [hier](#).

Über den Verband

Der Verband der Privatkliniken Österreichs ist seit 1953 die Interessensvertretung für Rechtsträger privater Krankenanstalten und verfügt über eine eigene Kollektivvertragsfähigkeit. Er repräsentiert eine der tragenden Säulen des österreichischen Gesundheitswesens.

Nähere Informationen unter www.privatkliniken.at

Folgende Mitgliedskliniken bieten Geburtshilfe an:

- Goldenes Kreuz Privatklinik, Wien: www.goldenes-kreuz.at
- Privatklinik Döbling, Wien: www.pkd.at
- Privatklinik Graz Ragnitz, Graz: www.privatklinik-grazragnitz.at
- Privatklinik Wehrle-Diakonissen, Standort Aigen, Salzburg: www.pkwd.at
- Rudolfinerhaus Privatklinik, Wien: www.rudolfinerhaus.at
- Sanatorium Kettenbrücke der Barmherzigen Schwestern, Innsbruck: www.sanatorium-kettenbruecke.at