

Spital Bülach



Mein Baby kommt zur Welt

Informationen zur Geburt im Spital Bülach



Inhalt

Vor der Geburt	4
Vorbereitungen für die Betreuung zu Hause	7
Die Geburt	9
Die ersten Tage mit Ihrem Kind	13
Neonatologie	18
Zu Hause mit Ihrem Kind	20
Leistungen	22
Betreuung durch Ärzte, Hebammen und Pflegefachpersonen	24
Anfahrt	26
Checkliste für die Geburt	27
Kontakt	28

Liebe werdende Eltern

Wir freuen uns, dass Sie sich für eine Geburt in unserer Klinik interessieren. Das Spital Bülach ist das fünftgrösste Geburtsspital im Kanton Zürich, in dem jährlich rund 1'500 Kinder zur Welt kommen.

Sowohl für die zukünftigen Eltern als auch für uns ist jede Geburt ein individuelles und prägendes Erlebnis. Unser Ziel ist, gemeinsam mit jeder werdenden Mutter den für sie richtigen Weg zur Entbindung zu finden. Kompetente und engagierte Hebammen, Pflegefachpersonen sowie Ärztinnen und Ärzte mit umfassender Berufserfahrung ermöglichen Ihnen und Ihrem Kind eine individuelle und sichere Geburt.

Wir freuen uns auf Sie und hoffen, dass diese Broschüre Ihre Fragen zur Geburt Ihres Kindes beantwortet. Gerne beantworten wir Ihre Fragen auch persönlich.

Ihr Ärzte-, Hebammen- und Pflegeteam

Dr. med. Martin Kaufmann
Chefarzt Gynäkologie und
Geburtshilfe

Dr. med. Urs Zimmermann
Chefarzt Neonatologie,
Kinder- und Jugendmedizin

Jaël Neumann
Leiterin Geburtenabteilung

Arlette Rysler
Leiterin Pflege Wochenbett

Rico Tusche
Leiter Pflege
Neonatologie

Vor der Geburt

Informationsabend

Damit Sie die Geburtshilfe im Spital Bülach kennenlernen können, veranstalten wir jeden Monat einen Informationsabend. Ärzte, Hebammen und Pflegefachpersonen bringen Ihnen unsere Geburtshilfe und das Wochenbett näher und beantworten Ihre Fragen. Weitere Informationen und die Termine finden Sie auf unserer Webseite: www.spitalbuelach.ch/events



Geburtsvorbereitungskurse

Die Geburtsvorbereitungskurse helfen Ihnen, der Geburt entspannter entgegenzusehen und erleichtern Ihnen den Einstieg ins Elternleben. Sie erhalten umfassende, praxisorientierte Informationen über die spannende Zeit von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Weitere Informationen finden Sie unter: www.geburtshilfe.ch



Hebammen-Sprechstunde

Die Hebammen-Sprechstunde beinhaltet eine ganzheitliche Schwangerschaftsbegleitung, Beratungsgespräche zur Gesundheitsförderung und Beratung bei Schwangerschaftsbeschwerden. Nebst den Routineuntersuchungen beantworten Ihnen unsere Hebammen wichtige Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

Die Sprechstunde ist ein ergänzendes Angebot zur ärztlichen Schwangerschaftsvorsorge. Die Hebammen stehen in ständigem Kontakt mit den Ärztinnen und Ärzten des Spitals Bülach und ziehen diese bei Abweichungen hinzu. Weitere Informationen finden Sie unter: www.geburtshilfe.ch



Akupunktur in der Geburtsvorbereitung

Bei der Akupunktur werden durch feine Nadelstiche an genau definierten Punkten energetische Leitbahnen des Körpers beeinflusst und reguliert. Die Akupunkturbehandlung kann den Reifungsprozess am Muttermund aktivieren und sich dadurch positiv auf den Geburtsverlauf auswirken. Ebenso lassen sich Schwangerschaftsbeschwerden mithilfe der Akupunktur behandeln. Weitere Informationen finden Sie unter: www.geburtshilfe.ch

Wann beginnt die Geburt?

Die Geburt beginnt mit Wehen in regelmässigen Abständen oder beim Abgang von Fruchtwasser.

Was ist zu tun?

Rufen Sie unter folgender Nummer eine Hebamme des Spitals Bülach an:
Telefon +41 44 863 23 22 (rund um die Uhr erreichbar)

Vorbereitungen für die Betreuung zu Hause

Damit Sie nach dem Spitalaustritt auch zu Hause optimal betreut werden, empfiehlt Ihnen die Wochenbettabteilung des Spitals Bülach die weitere Betreuung durch die frei praktizierenden Hebammen der Region Bülach/Dielsdorf oder durch freiberufliche Pflegefachpersonen der Region. Diese Betreuung und Begleitung erleichtert Ihnen den Start zu Hause mit Ihrer Familie.

Die Hebamme oder Pflegefachperson

- unterstützt Sie beim Stillen.
- kontrolliert Ihren Kreislauf und die Rückbildung Ihrer Gebärmutter.
- berät Sie bei Fragen zur Pflege und Ernährung Ihres Babys.
- überwacht die Gewichtszunahme Ihres Babys und eine mögliche Neugeborenenengelbsucht.
- unterstützt Sie bei Fragen oder Unklarheiten.

Anmeldung

Nehmen Sie frühzeitig Kontakt mit einer Hebamme oder einer Pflegefachperson auf, um das weitere Vorgehen und Ihre Bedürfnisse zu besprechen. Die Adressen der Hebammen und Pflegefachfrauen finden Sie auf: www.familystart-zh.ch, www.wochenbettbetreuung.ch oder www.hebammensuche.ch

Kosten für Hebammen

Die Grundversicherung übernimmt ohne Selbstbehalt sämtliche Hausbesuche sowie drei Stillberatungen.

Die Hebamme leistet für Sie drei Wochen vor dem erwarteten Geburtstermin und während der ganzen Betreuung Bereitschaftsdienst. Diese Dienstleistung wird den Hebammen durch die meisten Gemeinden der Region Bülach/Dielsdorf mit dem einmaligen Betrag von 115 Franken entschädigt. Sofern Sie in einer Gemeinde wohnen, welche diese Leistung nicht übernimmt, stellt Ihnen Ihre Hebamme den Betrag direkt in Rechnung.

Kosten für freiberufliche Pflegefachpersonen

Freiberufliche Pflegefachpersonen sind ausgebildete Pflegefachpersonen mit praktischer Erfahrung in der Wochenbettbetreuung und Mitglieder des SBK (Schweizerischer Berufsverband der Krankenpflege). Sie bieten eine individuelle Pflege für Mutter und Kind nach der Geburt.

Die Grundversicherung Ihrer Krankenkasse übernimmt die Hausbesuche und drei Stillberatungen fast vollumfänglich. Die Restfinanzierung wird den Pflegefachpersonen durch die meisten Gemeinden im Kanton Zürich entschädigt. Sofern Ihre Wohngemeinde den Restbetrag nicht vollumfänglich zahlt, stellt Ihnen die Pflegefachperson pro Besuch 8 Franken direkt in Rechnung.

Die Geburt

Die Geburt ist ein bedeutungsvolles und einmaliges Erlebnis. Unser Ziel ist, dass Sie sich dabei jederzeit sicher und gut aufgehoben fühlen und die Geburt Ihres Kindes positiv erleben. Unsere Hebammen und Ärzte begleiten Sie aufmerksam, individuell und kompetent.



Wir setzen alles daran, dass die Geburt auf natürlichem Weg erfolgen kann. Die dazu notwendige Überwachung und die Einrichtung folgen modernen Methoden in der Geburtshilfe. Wenn eine Geburt per Kaiserschnitt notwendig wird, informieren wir Sie ausführlich über die Gründe.

Bei einer unkomplizierten Geburt werden Sie in erster Linie von einer Hebamme des Spitals Bülach betreut. Neben den Hebammen ist rund um die Uhr ein Team von Ärztinnen und Ärzten der Gynäkologie, Anästhesie und Neonatologie für Sie da.

Unterstützende Massnahmen

Es gibt eine Vielzahl von unterstützenden Massnahmen, die entspannend, anregend oder schmerzlindernd wirken und die Geburt erleichtern können:

- Entspannungsbad
- Massage
- Wickel
- Geburtsfördernde Positionen
- Akupunktur
- Aromatherapie
- Homöopathie
- Taping
- Manualtherapie
- Schmerzlindernde Medikamente
- PCA-Pumpe (Schmerzpumpe)
- Periduralanästhesie (PDA)



Besuch

Aus Rücksicht auf die gebärenden Frauen und damit das Personal eine optimale Betreuung gewährleisten kann, sind auf der Geburtsabteilung maximal zwei Begleitpersonen und kein weiterer Besuch zugelassen.



Filmen und Fotografieren

Das Filmen und Fotografieren ist während einer Geburt oder eines Kaiserschnitts nicht gestattet. Wir bedanken uns für Ihr Verständnis.

Mobiltelefon

Wir bitten Sie, Ihr Mobiltelefon in der Geburtsabteilung auf lautlos zu stellen und nur ausserhalb der Station zu telefonieren.

Ambulante Geburt und Kurzwochenbett

Wenn Sie sich für eine ambulante Geburt entschieden haben, können Sie nach einem komplikationslosen Geburtsverlauf am selben oder darauffolgenden Tag mit Ihrem Baby nach Hause gehen.

Damit Sie sich nach der Geburt zu Hause ausreichend erholen können, empfehlen wir Ihnen, die folgenden Vorbereitungen zu treffen (siehe Seite 7, Vorbereitungen für die Betreuung zu Hause):

- Organisieren Sie bereits während der Schwangerschaft eine freipraktizierende Hebamme oder eine freiberufliche Pflegefachperson aus der Region, die Sie zu Hause optimal betreut. Informationen dazu finden Sie auf: www.wochenbettbetreuung.ch
Eine Liste von freipraktizierenden Hebammen finden Sie auf: www.hebammensuche.ch
- Denken Sie daran, Babykleider für den Heimweg vom Spital mitzunehmen.
- Für die regulären Kontrollen in den ersten Lebenstagen kontaktieren Sie frühzeitig einen Kinderarzt.

Die ersten Tage mit Ihrem Kind

Auf der Wochenbettabteilung unterstützen Sie unsere Pflegefachpersonen und Hebammen bei Fragen oder Unsicherheiten rund um die Ernährung, Pflege und Betreuung. So gewinnen Sie während Ihres Wochenbettaufenthaltes Sicherheit im Umgang mit Ihrem Kind und können ganz natürlich eine Bindung aufbauen und vertiefen. Der Aufenthalt bei einer natürlichen Geburt beträgt in der Regel zwei Nächte und bei einem Kaiserschnitt drei Nächte.



Bindungsförderung

In der ersten Lebensphase ist eine enge Bindung zwischen Kind und Eltern besonders wichtig. Ihr Kind ist rund um die Uhr bei Ihnen. So lernen Sie Ihr Baby besonders gut kennen und Ihr Kind spürt Ihre Nähe, Wärme und Zuwendung.

Babyblues

Gerne unterstützt Sie unser Pflegeteam und das Team der Spitalseelsorge, falls das Geburtserlebnis oder die Tage danach für Sie oder Ihren Partner belastend, aufwühlend oder traurig sind. Wenden Sie sich an die zuständige Pflegefachperson.

Besuchszeiten

Bitte informieren Sie sich vor Ihrem Besuch im Spital auf unserer Website über die aktuell geltenden Besucherregelungen.



Einzel- oder Familienzimmer

Nach Verfügbarkeit und gegen einen Aufpreis haben Sie die Möglichkeit, ein Upgrade auf ein Einzel- oder Familienzimmer zu buchen. Dort können Sie und Ihr Partner oder Ihre Partnerin die ersten Tage mit Ihrem Neugeborenen gemeinsam in wohnlicher Atmosphäre verbringen und trotzdem alle Vorteile des stationären Aufenthalts geniessen und nutzen. Alle Details finden Sie in unserer Broschüre «Upgrade-Angebot für Wöchnerinnen» oder auf unserer Website.

Stillzimmer

Damit Sie Ihr Baby ungestört stillen können, ist die Wochenbettabteilung mit einem separaten Stillzimmer ausgestattet.

Die Pflegefachpersonen und Hebammen können Ihr Kind direkt bei Ihnen im Zimmer versorgen und Sie in der Säuglingspflege wie Wickeln, Nabelpflege und Baden anleiten.

Ihr Befinden und Ihre Beobachtungen sind uns wichtig. Wenn Sie Hilfe für sich und Ihr Kind benötigen, melden Sie sich bitte jederzeit bei der zuständigen Pflegefachperson oder Hebamme. Sie sucht mit Ihnen zusammen nach geeigneten Lösungen.

Frühstück

Im Frühstückszimmer der Wochenbettabteilung wird allen Wöchnerinnen ein reichhaltiges Frühstücksbuffet serviert. Sie lernen dort andere frischgebackenen Mütter kennen und können sich austauschen. Aufgrund der Corona-Pandemie entfällt dieses Angebot und das Frühstück wird Ihnen im Zimmer serviert.



Stillriegel

Die Stillriegel sind eine Modifizierung von Stillkugeln. Es handelt sich dabei um Riegel mit verschiedenen Getreidesorten, Trockenfrüchten oder Beeren, Honig, Mandeln oder Nüssen. Die Stillriegel sind eine gesunde Zwischenmahlzeit und schneller Energielieferant. Sie ersetzen keine ausgewogene Mahlzeit.

Qi-Suppe

Die Qi-Suppe ist eine chinesische Kraftbrühe, die mit Suppenhuhn, Rindssiedfleisch oder in einer vegetarische Variante mit Hülsenfrüchten zubereitet und durch eine chinesische Kräutermischung ergänzt wird. Sie liefert Energie und unterstützt den Blutaufbau und die Milchbildung nach der Geburt. Die Suppe wird in der Spitalküche zubereitet und auf der Wochenbettabteilung täglich angeboten.

Entspannungsbad

In der Wochenbettabteilung steht Ihnen ein Entspannungsbad mit Badewanne, Lichteffekten und Musik zur Verfügung.

Kinderwagen und Tragetuch

Während Ihres Aufenthaltes stellen wir Ihnen einen Kinderwagen oder ein Tragetuch für Spaziergänge mit Ihrem Baby zur Verfügung. Wir zeigen Ihnen gerne, wie Sie das Tragetuch auch zur Beruhigung Ihres Kindes verwenden können.



Spitalaustritt

Um Sie auf den Spitalaustritt und die erste Zeit zu Hause vorzubereiten, führt Ihre zuständige Pflegefachperson oder Hebamme mit Ihnen ein Austrittsgespräch, um noch offene Fragen zu klären.

Die Pflegefachperson oder Hebamme bespricht dabei mit Ihnen die wichtigsten Aspekte zum Stillen und der Säuglingspflege. Ausserdem gibt sie Ihnen Unterlagen der Stillberatung, der Mütter- und Väterberatung und das Gesundheitsbüchlein für den Kinderarzt mit. In allen Unterlagen finden Sie wichtige Telefonnummern und Adressen.

Ihr Spitalaustritt findet in der Regel bis spätestens 10 Uhr statt. Bitte melden Sie sich vor dem Verlassen des Spitals bei der zuständigen Pflegefachperson oder Hebamme ab. Ihre Telefonkarte können Sie wochentags bei der Patientenmeldung und -abmeldung und an Wochenenden an der Réception abgeben.

Für den Austritt sollten Sie die folgenden Sachen für Ihr Kind bereithalten:

- Babykleider je nach Jahreszeit
- Babydecke
- Babyschale

Neonatologie

Die Neonatologie ist ein Teilgebiet der Kinderheilkunde und befasst sich mit der medizinischen Versorgung von Neugeborenen. Dazu gehören insbesondere die Untersuchung und Betreuung von früh geborenen Kindern oder kranken Neugeborenen, die eine spezialisierte Versorgung und Überwachung nach der Geburt benötigen.



Das Spital Bülach betreibt bestens ausgerüstete Behandlungsplätze mit Massnahmen zur Atmungsunterstützung für die Betreuung von Frühgeborenen ab der 32. Schwangerschaftswoche und mit einem Geburtsgewicht ab 1'250 Gramm.

Räumliche Nähe

Die Neonatologie-Abteilung ist in die Wochenbett-Station integriert. So ist eine optimale medizinische Versorgung der Neugeborenen in unmittelbarer Nähe zur Mutter möglich.

Professionelle Betreuung

Speziell ausgebildete Ärztinnen und Ärzte sowie Pflegefachpersonen betreuen Ihr Baby rund um die Uhr. Neben der medizinischen Betreuung ist die Zuwendung, die Sie Ihrem Kind geben, sehr wichtig.

Da die Behandlung Ihres Babys eine zeitweilige Trennung von Ihnen als Mutter und Vater erfordert, ist regelmässiger Körperkontakt umso wichtiger. Nehmen Sie sich daher genug Zeit, den Kontakt zu Ihrem Baby aufzubauen, zu pflegen und zu intensivieren. Die Neonatologie-Abteilung ist so ausgestattet, dass Sie jederzeit Zugang zu Ihrem Kind haben und aktiv in die Pflege einbezogen werden können.

Neonatologie-Team

Für die Neonatologie sind der Chefarzt, die pflegerische Leiterin, das Ärzte- sowie das Pflegefachteam verantwortlich.



Dr. med. Urs Zimmermann
Chefarzt Neonatologie,
Kinder- und Jugendmedizin



Rico Tusche
Leiter Pflege
Neonatologie

Zu Hause mit Ihrem Kind

Stillberatung

Auch nach Ihrem Aufenthalt in unserer Klinik sind wir gerne für Sie da. Unsere ausgebildeten Stillberaterinnen informieren und unterstützen Sie bei Fragen zum Stillen und zur Säuglingspflege. Unter der Nummer +41 44 863 24 00 können Sie einen Termin vereinbaren. Das Telefon ist montags bis samstags von 9 bis 15 Uhr besetzt.

Als weitere Möglichkeit steht Ihnen nach dem Spitalaufenthalt das Netzwerk der frei praktizierenden Hebammen und der freiberuflichen Pflegefachpersonen Region Bülach / Dielsdorf zur Verfügung. (siehe Seite 7, Vorbereitungen für die Betreuung zu Hause).



Rückbildungskurse

Wir empfehlen Ihnen, rund sechs Wochen nach der Geburt mit der Rückbildungsgymnastik zu beginnen. Diese hilft, Ihre Beckenboden- und Bauchmuskulatur wieder zu festigen. Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite:

www.spitalbuelach.ch/rueckbildungskurse

Heissen Sie Ihr Kind willkommen

Dass ein Kind geboren wurde, ist Grund zu feiern. Gestalten Sie diesen Lebensübergang mit einer Feier, einem Ritual, einer Taufe, so wie es zu Ihnen passt und in dem Rahmen, der für Sie stimmig ist. Bezüglich der Gestaltung der Feier berät Sie gerne die Spitalseelsorge.

Leistungen

Leistungen für Allgemeinversicherte

- Betreuung durch Assistenz- oder Oberärztin oder -arzt
- Eigenes Terminal mit Telefon/Radio/TV
(Tagespauschale bei TV-Nutzung)
- Freie Menü-Wahl
- Benützung des Entspannungsbaus
- Kostenloses WLAN
- Auf Wunsch Mahlzeiten für Besucher
(nur in Einzelzimmern)



Leistungen für Zusatzversicherte

Als Zusatzversicherte Wöchnerin kommen Sie im Spital Bülach in den Genuss des Leistungspakets Privat und Halbprivat.

Die Leistungspakete finden Sie in der Broschüre «Leistungen für Zusatzversicherte» auf der Webseite unter:

www.spitalbuelach.ch/zusatzversicherte

Upgrade

Für allgemein und halbprivat Versicherte besteht die Möglichkeit, durch ein Upgrade von den Leistungen für Privatversicherte zu profitieren. Die gesamte Übersicht der Leistungen finden Sie in der Broschüre «Upgrade-Angebote für Wöchnerinnen» oder auf unserer Webseite:

www.spitalbuelach.ch/upgrade

Auf Wunsch stellen wir Ihnen gerne Ihre Upgrade-Offerte zu.

Die Patientenadministration hilft Ihnen gerne weiter:

Telefon: +41 44 863 20 95

E-Mail: patientenadministration@spitalbuelach.ch

Betreuung durch Ärztinnen und Ärzte, Hebammen und Pflegefachpersonen

Im Spital Bülach werden Sie und Ihr Baby durch ein erfahrenes Team von Ärztinnen und Ärzten, Hebammen und Pflegefachpersonen betreut. Das ganze Team setzt sich gemeinsam dafür ein, dass Sie sich bei uns sicher und wohlfühlen.

Leitung Klinik Gynäkologie und Geburtshilfe



Dr. med. Martin Kaufmann
Chefarzt Gynäkologie und Geburtshilfe

Leitung Geburtenabteilung



Jaëli Neumann
Leiterin Geburtenabteilung

Leitung Pflege Wochenbett



Arlette Ryser
Leiterin Pflege Wochenbett

Leitung Klinik Neonatologie, Kinder- und Jugendmedizin



Dr. med. Urs Zimmermann
Chefarzt Neonatologie,
Kinder- und Jugendmedizin

Leitung Pflege Neonatologie, Kinder- und Jugendmedizin



Rico Tusche
Leiter Pflege
Neonatologie

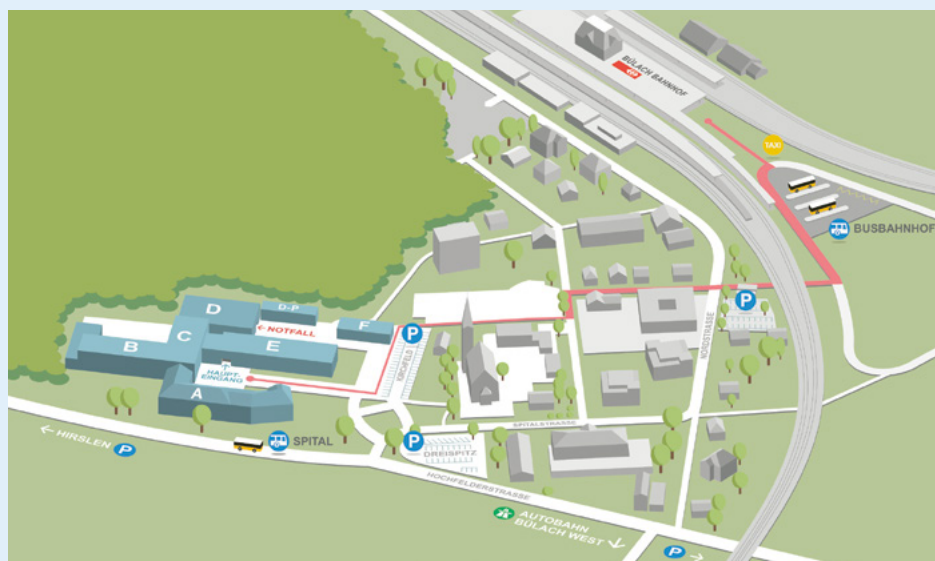
Belegärzte Gynäkologie und Geburtshilfe

- Dr. Patric Beer, Bülach
- Dr. Monika Bertschinger, Bülach
- Dr. Sidonie Bilgeri, Eglisau
- Dr. Elektra Kalaitzides, Bülach
- Dr. Andrea Koslowski-Brugger, Opfikon
- Dr. Patrick Pescatore, Kloten
- Nils Benjamin Rudolf, Opfikon
- Dr. Rahel Simmler, Bachenbülach
- Dr. Rolf Ulrich, Dielsdorf

Anreise und Parkmöglichkeiten

Das Spital Bülach ist rund um die Uhr geöffnet. Auf dem Parkplatz Kirchfeld stehen kostenpflichtige Parkplätze zur Verfügung. Weitere Parkmöglichkeiten finden Sie in der Umgebung des Spitals.

Vom Bahnhof Bülach aus erreichen Sie das Spital zu Fuss in fünf Minuten. Die Busse der Postautolinie 515 halten an der Haltestelle «Spital».



Checkliste für die Geburt

Bitte bringen Sie Folgendes zur Geburt mit:

- Blutgruppenkarte
- Allergiepass
- Impfausweis
- Unterschriebenes Anästhesie-Merkblatt
- Ausgefüllter Flyer «Vorbereitung auf die Geburt und das Wochenbett»
- Familienbüchlein (Schweizer Staatsangehörige)
- Weitere erforderliche Dokumente gemäss Merkblatt Zivilstandsamt
- Toilettenartikel
- Weites T-Shirt und Socken für die Geburt
- Bequeme Hausbekleidung zum Wechseln bei Bedarf
- Pyjamas oder Nachthemden vorzugsweise aus Baumwolle
- Hausschuhe
- Ein Stillbüstenhalter in ausreichender Grösse und ohne Bügel (mind. 1–2 Cups grösser)
- Medikamente, die Sie zu Hause regelmässig einnehmen
- Bargeld, Kredit- oder Debitkarte, TWINT zum Laden der Spitalkarte. Sie können damit im Restaurant bargeldlos bezahlen
- Ladekabel für Smartphone

Wir empfehlen Ihnen, Wertsachen und Schmuck zu Hause zu lassen.

Bei Unsicherheiten oder Fragen rund um die Geburt

Rufen Sie die Hebammen des Spitals Bülach an.

Telefon +41 44 863 23 22 (rund um die Uhr erreichbar)



Spital Bülach AG

Spitalstrasse 24

CH-8180 Bülach

Zentrale +41 44 863 22 11

Geburtenabteilung +41 44 863 23 22

gebs@spitalbuelach.ch

www.spitalbuelach.ch

www.geburtshilfe.ch