

Unsere Geburtshilfe

Wissenswertes zur Geburt



Spital Lachen

Kontakte

Frauenklinik

Telefon +41 55 451 33 14

Geburtenabteilung und Hebammensprechstunde

Telefon +41 55 451 35 70

Mutter-Kind-Station

Telefon + 41 55 451 33 30

Stillberatung

Telefon +41 55 451 33 87

Empfang und Patientenaufnahme

(für allgemeine Auskünfte, Eintritt,
Kostengutsprache)

Telefon +41 55 451 31 11

patientenaufnahme@spital-lachen.ch

Patientenberatung

Telefon +41 55 451 30 52

patientenberatung@spital-lachen.ch

Patientenwesen (Rechnungen)

Telefon +41 55 451 30 69

patientenwesen@spital-lachen.ch

Qualitätsmanagement (Feedback)

Telefon +41 55 451 30 85

qualitaetsmanagement@spital-lachen.ch

Inhalte

4 Unsere Leistungen

VOR DER GEBURT

7 Schwangerschaftskontrollen

Hebammensprechstunden

8 Beleghebammengeburt / Vorbereitungskurse / Provisorische Anmeldung für ein Familienzimmer

WÄHREND DER GEBURT

10 Der grosse Moment

Möglichkeit der ambulanten Geburt

11 Was Sie zur Geburt und für den Aufenthalt mitbringen sollten

12 Beginn der Geburtskontraktionen

14 Schmerzlinderung unter der Geburt

16 Kaiserschnitt und Risikogeburten

NACH DER GEBURT

18 Wochenbett

Pflege des Neugeborenen

21 Zimmerinformationen / Familienzimmer / Verpflegungsangebot /

Besuchszeiten / Baby-Fotoshooting

22 Austritt / Stillberatung

23 Muttermilch sanft gewinnen

24 Erste Zeit zu Hause / Praktische Tipps / Wichtige Kontakte

Unsere Leistungen

Kompetente und persönliche Betreuung rund um die Geburt

Das Spital Lachen hat die Geburtshilfe so weiterentwickelt, dass sie sich an den Bedürfnissen der ganzen Familie orientiert und dabei eine Atmosphäre schafft, in der Sie sich wohlfühlen können.

Ein Kind zu erwarten, ist ein ganz besonderer Moment im Leben – voller Vorfreude, Fragen und Emotionen. Ob es das erste Kind ist oder ein weiteres: Jede Schwangerschaft ist einzigartig. Im Spital Lachen sind wir da, um Sie in dieser bedeutenden Lebensphase persönlich, vertrauensvoll und medizinisch kompetent zu begleiten. Von den ersten Vorbereitungen über die Geburt bis hin zum Wochenbett – unser interdisziplinäres Team steht Ihnen rund um die Uhr zur Seite. Damit Sie sich sicher und gut aufgehoben fühlen – und sich ganz auf das Wesentliche konzentrieren können: den Start ins Familienleben.

Unser Fokus liegt auf der Sicherheit von Mutter und Kind

Die Sicherheit von Mutter und Kind steht bei uns im Mittelpunkt – medizinisch, menschlich und organisatorisch. Dafür sorgt unser interdisziplinäres Team, das aus Ärztinnen und Ärzten, Hebammen und Pflegefachpersonen besteht. Besonders wichtig ist dabei unser integriertes Betreuungskonzept: Hebammen und Pflege arbeiten bei uns Hand in Hand – über alle Phasen hinweg und ohne Schnittstellen.

Diese enge Zusammenarbeit ermöglicht eine lückenlose Begleitung – ob bei einer natürlichen Geburt, einer Risikogeburt oder einem Kaiserschnitt. Wir erkennen Veränderungen frühzeitig, handeln vorausschauend und stimmen Entscheidungen gemeinsam mit Ihnen ab. Sicherheit bedeutet bei uns aber mehr als medizinische Kompetenz: Es ist das Gefühl, sich verstanden, getragen und geschützt zu wissen – in einer der intensivsten Phasen Ihres Lebens.

«Unser Team begleitet Sie durch jede Phase Ihrer Schwangerschaft.»

● Dr. med. Deivis Strutas
Chefarzt Frauenklinik





Vor der Geburt

Eine gute Vorbereitung stärkt das Vertrauen in den eigenen Körper und gibt vielen werdenden Eltern die nötige Sicherheit. Wir begleiten Sie in dieser besonderen Zeit – kompetent, persönlich, einfühlsam.

Die Monate vor der Geburt sind geprägt von Vorfreude – aber auch von Fragen, Veränderungen und Entscheidungen. Wir unterstützen Sie mit medizinischer Fachkompetenz, persönlicher Beratung und Geburtsvorbereitungskursen. Damit Sie sich sicher fühlen und bewusst in die Geburt hineingehen können.

Schwangerschaftskontrollen

Falls Sie noch nicht bei einer Gynäkologin oder einem Gynäkologen in Betreuung sind, dürfen Sie sich gerne an uns wenden. Wir begleiten Sie vom positiven Schwangerschaftstest bis zur Geburt mit regelmässigen Kontrollen und individueller Beratung. Dabei überwachen wir die Entwicklung Ihres Kindes, beantworten Ihre medizinischen Fragen und sorgen dafür, dass Sie sich während der gesamten Schwangerschaft gut begleitet fühlen.

Gemeinsam besprechen wir alle wichtigen Themen: vom Umgang mit Beschwerden bis hin zur Planung der Geburt. Dabei ist uns eine persönliche Betreuung besonders wichtig – mit Zeit, Ruhe und Raum für Ihre Anliegen. Sollten Risiken auftreten, stimmen wir das weitere Vorgehen eng mit Ihnen ab und bieten bei Bedarf eine spezialisierte Betreuung im Haus an.

Hebammensprechstunden

Die Hebammensprechstunde ist ein wertvoller Bestandteil unserer Betreuung. Unsere erfahrenen Hebammen nehmen sich Zeit für Ihre individuellen Anliegen – ob es um Beschwerden, Unsicherheiten oder die Vorbereitung auf die Geburt geht. Gemeinsam mit Ihnen erarbeiten wir, wie Sie Ihre Wünsche und Vorstellungen in den Geburtsprozess einbringen können. Die Sprechstunde ab der 34. Schwangerschaftswoche schafft Vertrauen, stärkt

«Der Beginn eines neuen Lebens ist auch der Start in eine ganz persönliche Familiengeschichte. Wir bestärken Sie darin, Ihren eigenen Weg zu gehen – informiert, selbstbestimmt und mit einem starken Team an Ihrer Seite.»

● Karin Höhener
Co-Leitung Geburtshilfe

Ihr Körpergefühl und ergänzt die ärztliche Betreuung um eine ganzheitliche, persönliche Perspektive.

Beleghebammengeburt

Zusätzlich besteht die Möglichkeit der Beleggeburt durch unsere Beleghebamme. Bitte informieren Sie sich auf unserer Webseite

● spital-lachen.ch/geburtshilfe

Vorbereitungskurse

Unsere Vorbereitungskurse bieten Ihnen die Möglichkeit, sich umfassend mit der Geburt und dem Elternwerden auseinanderzusetzen. In kleinen Gruppen vermitteln wir Wissen rund um den Geburtsverlauf, Atem- und Entspannungstechniken, Gebärpositionen sowie den Umgang mit Schmerzen.

Die Kurse richten sich an Schwangere und ihre Partner oder Partnerinnen und fördern das gegenseitige Verständnis. Neben fachlichen Inhalten bleibt viel Raum für Austausch, Fragen und individuelle Anliegen. Wenn Sie sich eine individuellere Vorbereitung wünschen, besteht zudem die Möglichkeit, einen Privatkurs zu buchen – zeitlich flexibel, persönlich abgestimmt und in geschütztem Rahmen. Unsere Hebammen beraten Sie gerne.

Provisorische Anmeldung für ein Familienzimmer

In unserem Familienzimmer verbringt eine Bezugsperson die ersten Tage nach der Geburt gemeinsam mit Mutter und Kind – ihre Übernachtung im Zimmer ist Voraussetzung für die Nutzung. Um die Verfügbarkeit bestmöglich planen zu können, bitten wir Sie, Ihren Wunsch nach einem Familienzimmer bereits vor der Geburt über unsere Webseite bekannt zu geben. So können wir Ihnen bei entsprechender Verfügbarkeit gerne ein Familienzimmer anbieten. Sollte dieses bereits belegt sein, prüfen wir für Sie alternative Unterbringungsmöglichkeiten.

Für Gebärende mit Privatversicherung fällt dabei kein Aufpreis an.

Provisorische Anmeldung für ein Familienzimmer sowie alle weiteren Informationen finden Sie auf unserer Webseite

● spital-lachen.ch/geburtshilfe

Weitere Information

Unser Angebot für Sprechstunden sowie Kursangebote, für vor und nach der Geburt, finden Sie auf unserer Webseite.

● spital-lachen.ch/geburtshilfe



Während der Geburt

Jede Geburt verläuft anders – und doch haben alle Eltern dasselbe Bedürfnis: Sicherheit, Kompetenz und menschliche Nähe. Wir sind rund um die Uhr für Sie da, damit Sie sich ganz auf Ihren Geburtsverlauf konzentrieren können.

Der Moment einer Geburt ist einmalig. In dieser intensiven Phase begleiten wir Sie mit Erfahrung, Achtsamkeit und medizinischer Sicherheit. Unser Team unterstützt Sie individuell und einfühlsam – unabhängig davon, wie die Geburt verläuft oder welche Wünsche Sie mitbringen.

Der grosse Moment

Qualifizierte Hebammen und Ärztinnen/Ärzte begleiten Sie durch alle Phasen der Geburt – einfühlsam, kompetent und rund um die Uhr. werdende Partner/Partnerinnen oder Begleitpersonen können die Geburt aktiv miterleben.

In unseren liebevoll und freundlich eingerichteten Gebärräumen schaffen wir eine geschützte und persönliche Atmosphäre. Wir begleiten den natürlichen Geburtsverlauf und setzen dabei unterstützende Methoden wie Aromapflege, Akupunktur, Entspannungsbäder oder krampflösende Medikamente ein. Direkt nach der Geburt fördern wir den unmittelbaren Mutter-Kind-Kontakt durch das sogenannte «Bonding». Dieser erste direkter Hautkontakt stärkt die Bindung, unterstützt die Stillbeziehung und ermöglicht einen guten Start ins gemeinsame Leben.

Möglichkeit der ambulanten Geburt

Für manche Familien ist es ein schöner Gedanke, die Geburt im Spital zu erleben – und danach möglichst bald in die vertraute Umgebung nach Hause zurückzukehren. Wenn es Mutter und Kind gut geht und keine medizinischen Gründe dagegen sprechen, ist bei uns eine ambulante Geburt möglich.

Nach der Entbindung bleiben Sie noch einige Stunden zur Beobachtung im Spital, werden medizinisch betreut und erhalten die nötige Unterstützung – inklusive Stillberatung und erster Pflegetipps. Anschliessend treten Sie den Heimweg an und werden weiter von der Fachperson betreut, die Sie im Voraus für die Nachsorge organisiert haben. Wir beraten Sie gerne frühzeitig zu den Voraussetzungen und Abläufen einer ambulanten Geburt und unterstützen Sie dabei, die für Sie passende Entscheidung zu treffen.

Was Sie zur Geburt und für den Aufenthalt mitbringen sollten

Formulare

- ☐ Blutgruppenkarte (falls vorhanden)
- ☐ Impfausweis
- ☐ Familienausweis
- ☐ Geburtsanmeldung (grünes Blatt)

Für die werdende Mutter

- ☐ Ein weites T-Shirt für die Geburt
- ☐ Bequeme Kleidung für Tag und Nacht
- ☐ Persönliche Toilettenartikel
- ☐ Rutschfeste Hausschuhe

Für das Neugeborene

- ☐ Kleidung für ein gewünschtes Baby-Fotoshooting
- ☐ Kleidung für den Austrittstag, angepasst an die jeweilige Jahreszeit
- ☐ Babyschale für den sicheren Transport im Auto



Beginn der Geburtskontraktionen

Echte Anzeichen erkennen

Geburtskontraktionen gehören zu den deutlichsten Anzeichen dafür, dass sich die Geburt ankündigt. Gerade beim ersten Kind ist es aber nicht immer einfach, sie richtig einzuordnen.

Echte Geburtskontraktionen sind ein zunehmend stärkeres Zusammenziehen der Gebärmutter. Sie dauern meist zwischen 30 und 60 Sekunden, treten in kurzen Abständen von 3 bis 5 Minuten auf und lassen sich durch Wärme, Ruhe oder Bewegung nicht mehr lindern. Viele Frauen beschreiben sie als ziehenden, krampfartigen oder brennenden Schmerz im Unterbauch oder Rücken – ähnlich wie Menstruationsschmerzen, jedoch deutlich intensiver.

Wie zählt man Kontraktionen richtig?

Um Geburtskontraktionen zu beobachten, achten Sie auf den Beginn, die Dauer und den Abstand. Notieren Sie, wann eine Kontraktion beginnt und wie lange sie anhält. Messen Sie danach, wie viel Zeit bis zur nächsten vergeht. Wenn Sie seit etwa einer Stunde alle fünf Minuten kräftige Geburtskontraktionen spüren, kann dies ein Hinweis sein, dass die Geburt begonnen hat.

Was tun beim Beginn der Kontraktionen?

Bleiben Sie ruhig und vertrauen Sie auf Ihren Körper. Atmen Sie bewusst, bewegen Sie sich oder gönnen Sie sich ein warmes Bad. Oft zeigt sich dabei, ob die Kontraktionen regelmässig bleiben oder wieder abklingen.

Wenn die Kontraktionen stärker und rhythmischer werden, sich nicht mehr abschwächen lassen und über längere Zeit anhalten, ist der richtige Zeitpunkt gekommen, sich bei uns zu melden. Wir sind rund um die Uhr erreichbar und besprechen mit Ihnen, ob der Weg ins Spital schon ansteht – und freuen uns auf Ihre Ankunft. Auch wenn Sie sich unsicher fühlen, dürfen Sie sich jederzeit bei uns melden.

● **Geburtsabteilung: +41 55 451 35 70**

Weitere Gründe für einen Anruf

Nicht nur Kontraktionen sind ein Grund, mit uns Kontakt aufzunehmen. Wenn Sie das Gefühl haben, dass sich Ihr Kind weniger bewegt als sonst, Sie Fieber oder Unwohlsein verspüren oder ungewöhnliche Beschwerden wie starke Kopfschmerzen auftreten, zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren. Auch bei Blasensprung oder vaginalen Blutungen – mit oder ohne Kontraktionen – ist es wichtig, dass wir miteinander sprechen. Lieber einmal zu früh anrufen als einmal zu spät. Wir nehmen Ihre Anliegen ernst – und sind für Sie da, mit Herz und Erfahrung.

Bitte rufen Sie unbedingt unsere Hebamme in der Geburtenabteilung unter der Telefonnummer +41 55 451 35 70 an, bevor Sie ins Spital eintreten, damit wir uns entsprechend vorbereiten können.



Es stehen zwei Geburtswannen zur Verfügung – das warme Wasser unterstützt die Entspannung und kann den Geburtsprozess auf natürliche Weise erleichtern.

Schmerzlinderung unter der Geburt – Ihre Möglichkeiten bei uns

Jede Geburt ist einzigartig – ebenso das Erleben der Geburtskontraktionen. Wir begleiten Sie individuell und finden gemeinsam den für Sie passenden Weg, Schmerzen zu lindern und gleichzeitig Ihre aktive Teilnahme an der Geburt zu ermöglichen.

Sanft unterstützen – komplementäre Methoden

Viele Frauen empfinden unterstützende Verfahren als wohltuend. Dazu zählen Aromapflege, Akupunktur, krampflösende und schmerzlindernde Medikamente in Tabletten- oder Zäpfchenform, Lachgas oder ein Entspannungsbad. Diese Methoden können einzeln oder in Kombination eingesetzt werden und tragen dazu bei, Schmerzen zu mindern und Entspannung zu fördern.

Wirksam und sicher – die Periduralanästhesie (PDA)

Die PDA gilt als Goldstandard in der Geburtshilfe. Dabei wird nach einer kleinen örtlichen Betäubung ein dünner Katheter in den Rücken gelegt. Über diesen erhalten Sie gezielt Schmerzmittel, die die Wehen spürbar machen, aber starke Schmerzen deutlich reduzieren – ohne Risiko für Ihr Kind. Studien zeigen: Eine PDA erhöht nicht das Risiko für einen Kaiserschnitt. Im Spital Lachen stehen Hebammen und Anästhesieärzte rund um die Uhr bereit, um Sie zu beraten und gemeinsam den richtigen Zeitpunkt zu wählen.

Für besondere Situationen – intravenöse Schmerzmittel

In Ausnahmefällen kann ein Schmerzmittel intravenös über eine patientengesteuerte Pumpe verabreicht werden. Dank seiner kurzen Wirkdauer und der engmaschigen Überwachung kann es eine Alternative sein, wenn eine PDA nicht möglich oder gewünscht ist.



Kaiserschnitt und Risikogeburten

Nicht jede Geburt verläuft natürlich. Ob geplanter Kaiserschnitt oder medizinische Besonderheit: Wir sorgen für maximale Sicherheit – mit Erfahrung, Ruhe und interdisziplinärer Betreuung.

Manchmal weicht der Weg ins Leben von der Wunschvorstellung ab – und das ist in Ordnung. Wenn ein Kaiserschnitt notwendig wird oder eine Risikosituation vorliegt, begleiten wir Sie mit medizinischer Kompetenz, modernen Möglichkeiten und einer offenen, einfühlsamen Kommunikation.

Kaiserschnitt

Ein Kaiserschnitt kann geplant sein – zum Beispiel bei einer Beckenendlage, Zwillingen oder bestimmten Grunderkrankungen. Er kann aber auch kurzfristig notwendig werden, wenn sich unter der Geburt Komplikationen abzeichnen oder das Wohlergehen von Mutter oder Kind gefährdet ist. Im Spital Lachen sind wir auf beide Situationen bestens vorbereitet. Der Eingriff wird durch erfahrene Gynäkologinnen und Gynäkologen gemeinsam mit einem spezialisierten Anästhesie- und OP-Team durchgeführt. Wenn es schnell gehen muss, ist innert weniger Minuten alles bereit – rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr.

Auch bei einem Kaiserschnitt steht das Geburtserlebnis im Vordergrund. Ihr Partner, Ihre Partnerin oder Ihre Begleitperson kann auf Wunsch bei der Geburt dabei sein. Wann immer möglich, fördern wir das direkte Bonding zwischen Mutter und Kind – noch

im Operationssaal. In den Tagen danach begleiten wir Sie engmaschig im Wochenbett. Unsere Pflegefachpersonen und Hebammen unterstützen Sie in der Erholung, beim Stillen und im Aufbau einer sicheren Eltern-Kind-Bindung. Denn auch nach einem operativen Geburtsverlauf ist ein liebevoller, intensiver Start ins Familienleben möglich – und wichtig.

«Eine Geburt kann viele Formen annehmen. Wichtig ist, dass jede Frau sich sicher, begleitet und respektiert fühlt. Wir sind da, um liebevoll zu helfen und zu unterstützen.»

● Dr. med. Andrea Bürki
Oberärztin mbF



Risikogeburten

Schwangerschaften mit besonderen Herausforderungen benötigen besondere Aufmerksamkeit – etwa bei Grunderkrankungen der Mutter, Mehrlingsschwangerschaften, Steisslagen oder auffälligen Befunden. Im Spital Lachen bieten wir eine umfassende Betreuung von Risikoschwangerschaften. Dank modernster pränataler Diagnostik – wie Nackentransparenzmessung, Organ-screening, Doppler-Sonographie, Laboruntersuchungen und 3D-/4D-Ultraschall – erkennen wir potenzielle Risiken frühzeitig.

Unsere Fachärztinnen und Fachärzte beraten Sie individuell und arbeiten eng mit zuweisenden Gynäkologinnen und

Gynäkologen zusammen. Auch spezialisierte Massnahmen wie eine äussere Wendung bei Steisslage oder patientenindividuelle Therapien werden bei uns angeboten. Die interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Anästhesie, Hebammen und Pflegefachpersonen gewährleistet eine lückenlose Betreuung – vor, während und nach der Geburt. Unsere Hebammen, Pflegefachfrauen Ärztinnen und Ärzte der Frauenklinik und Anästhesie werden regelmässig für die notfallmässige Erstversorgung geschult. Bei Bedarf werden Kinderärzte hinzugezogen.

Nach der Geburt

Die Geburt ist vorbei – ein neues Leben beginnt. Damit Sie als Familie gut ankommen, begleiten wir Sie auch in den ersten Tagen danach mit Fachwissen, Feingefühl und viel Zeit für das Wesentliche.

Die ersten Stunden und Tage nach der Geburt sind besonders intensiv. Es geht ums Ankommen, ums Kennenlernen, ums Erholen. Wir unterstützen Sie und Ihr Baby in dieser sensiblen Phase medizinisch, pflegerisch und menschlich – einfühlsam und kompetent.

Wochenbett

Nach der Geburt beginnt das sogenannte Wochenbett – eine Zeit der körperlichen Erholung, des Kennenlernens und des Hineinwachsens in die neue Rolle als Mutter beziehungsweise als Elternteil. Unser interprofessionelles Team aus Pflegefachpersonen, Hebammen, Stillberaterinnen und Ärztinnen/Ärzten begleitet Sie in dieser sensiblen Phase kompetent und achtsam. Wir beobachten die Rückbildungsvorgänge, unterstützen bei der Babypflege und stehen Ihnen auch emotional zur Seite. Durch das sogenannte Rooming-in sind Mutter und Baby rund um die Uhr beieinander – das stärkt die Bindung und gibt Sicherheit im Umgang mit dem Neugeborenen.

Pflege des Neugeborenen

Die Pflege Ihres Babys ist nicht nur wichtig, sondern auch eine wunderbare Gelegenheit, Nähe und Vertrauen aufzubauen. Während Ihres Spitalaufenthalts begleiten wir Sie

bei der täglichen Pflege Ihres Babys. Viele Eltern sind in den ersten Tagen unsicher – das ist völlig normal. Mit ein paar grundlegenden Handgriffen und etwas Übung entwickelt sich bald ein gutes Gefühl im Umgang mit Ihrem Baby.

«Eine familiäre und gemütliche Atmosphäre schafft bei uns den persönlichen Rahmen.»

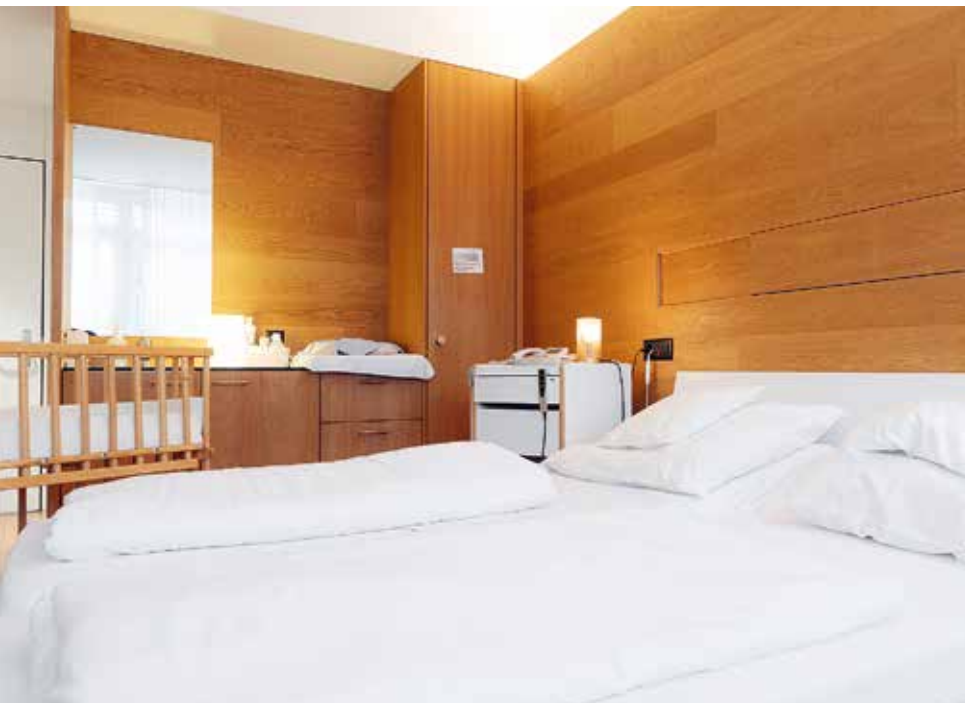
● **Hamdiye Azemi-Asani**
Co-Leitung Geburtshilfe

Weitere Information

Damit Sie in den ersten Tagen zuhause gut zurechtkommen, haben wir auf unserer Webseite wichtige Tipps zur Pflege Ihres Babys zusammengestellt.

● [spital-lachen.ch/
geburtshilfe](https://spital-lachen.ch/geburtshilfe)





Zimmerinformation

Je nach Versicherungsklasse verbringen Sie Ihren Aufenthalt in einem Ein- oder Zweibettzimmer. Alle Zimmer sind modern eingerichtet mit eigener Nasszelle, einen Monitor mit Fernseh- und Radioanschluss und Internetzugang.

Unser Familienzimmer

Im Spital Lachen bieten wir Ihnen die Möglichkeit, die ersten Tage nach der Geburt gemeinsam mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin in einem Familienzimmer zu verbringen. In ruhiger, wohnlicher Atmosphäre können Sie sich erholen, Ihr Baby kennenlernen und den Start ins Familienleben bewusst gestalten.

Das Familienzimmer ist mit allem ausgestattet, was Sie brauchen: Komfort, Privatsphäre und die Nähe zu unserem Fachpersonal. Die Bezugsperson soll rund um die Uhr bleiben und aktiv in die Pflege und Betreuung eingebunden werden – eine wertvolle Erfahrung für beide Elternteile. Bitte beachten Sie: Wenn die Bezugsperson nicht mehr im Familienzimmer übernachtet, wird dieses freigegeben, damit es anderen Familien zur Verfügung stehen kann. Der Aufenthalt im Familienzimmer fördert eine vertraute Eltern-Baby-Bindung und stärkt das gegenseitige Verständnis.

Um die Verfügbarkeit bestmöglich planen zu können, bitten wir Sie, Ihren Wunsch nach einem Familienzimmer bereits vor der Geburt über unsere Webseite bekannt zu geben.



Verpflegungsangebot

Für Ihre Zufriedenheit sind auch die Mahlzeiten von grosser Bedeutung. Unser Küchenteam ist immer bestrebt, Sie mit abwechslungsreichen, vorzüglichen Speisen zu verwöhnen.

Morgens können Sie sich gerne von 8.00 bis 11.00 Uhr an unserem Frühstücksbuffet bedienen. Das Mittag- und Abendessen wird Ihnen vom Room-Service serviert. Ihre Angehörigen können nach Voranmeldung gerne gemeinsam mit Ihnen essen. Ein reichhaltiges Angebot an Speisen und Getränken steht zur Auswahl.

Besuchszeiten

Die Besuchszeiten für Wöchnerinnen auf der Mutter-Kind-Station sind täglich von 15.00 bis 18.00 Uhr. Partner sowie Geschwisterkinder sind von 10.00 bis 20.00 Uhr herzlich willkommen. Bitte weisen Sie Ihre Besucher darauf hin, dass während der Stillmahlzeiten das Zimmer zu verlassen ist. Um eine ruhige und erholsame Anfangszeit zu ermöglichen, empfehlen wir, Besuche im Spital möglichst gering zu halten.

Baby-Fotoshooting

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, Ihr Neugeborenes von professionellen Fotografen ablichten zu lassen – selbstverständlich nur mit Ihrer Zustimmung. Auf Wunsch veröffentlichen wir das Foto in unserer Babygalerie – als schöne Erinnerung und zum Teilen mit Familie und Freunden.

Austritt

Bevor wir Sie nach Hause entlassen, bieten wir Ihnen ein Gespräch an. Wir beantworten Ihre Fragen, geben Ihnen weitere hilfreiche Informationen mit und überreichen Ihnen ein kleines Geschenk. Vor dem Austritt wird Ihr Baby von einem Kinderarzt für Neugeborene auf unserer Station umfassend untersucht.

Das Austrittsdatum wird in Absprache mit Ihrem behandelnden Arzt und dem Pflegefachpersonal festgelegt. Wir bitten Sie, das Zimmer am Austrittstag bis 10.00 Uhr freizugeben.

Stillberatung

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Stillberatung. Unsere ausgebildeten Stillberaterinnen, Hebammen und Pflegefachpersonen helfen Ihnen bei allen Fragen rund ums Stillen – vom ersten Anlegen über geeignete Stillpositionen bis hin zum Umgang mit wunden Brustwarzen und oder anderen Herausforderungen. Wenn Sie sich entscheiden, Ihr Baby nicht zu stillen oder das Stillen nicht möglich ist, beraten wir Sie ebenfalls einfühlsam und ohne Wertung zur passenden Ernährung.

Wir bieten Beratungen während der Schwangerschaft, während des stationären Aufenthalts sowie ambulant an. Die Kosten für drei Stillberatungen werden von der Krankenkasse übernommen.

Unser Ziel ist es, Sie in Ihrer neuen Rolle zu stärken – mit Zeit, Fachwissen, echter Zuwendung und einem professionell ausgebildeten Team.

«Stillen ist etwas
Natürliches – aber nicht
immer einfach. Wir begleiten
jede Mutter individuell,
stärken ihr Vertrauen und
helfen mit Fachwissen,
Herz und offenen Ohren.»

● Isabelle Fröhlich
Stillberaterin IBCLC

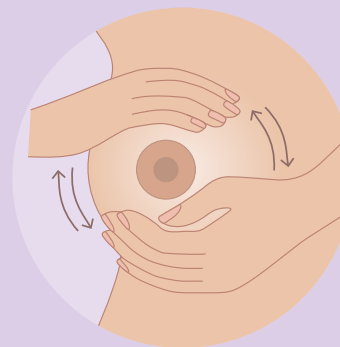
Weitere Information

Alles rund ums Thema Stillen finden Sie auf unserer Webseite.

● [spital-lachen.ch/
geburtshilfe](https://spital-lachen.ch/geburtshilfe)

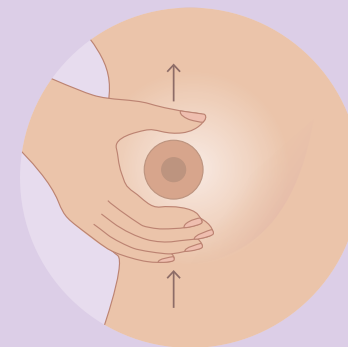


Muttermilch sanft gewinnen



Schritt 1

Vor dem Stillen, Abpumpen oder Ausstreichen hilft eine kurze Massage, den Milchfluss anzuregen. Legen Sie dazu beide Hände flach auf die Brust und massieren Sie sie sanft.



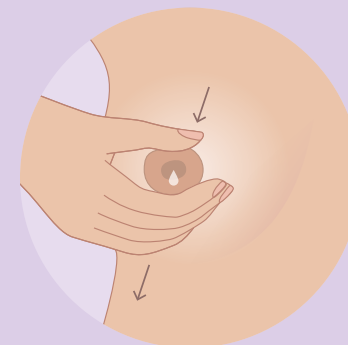
Schritt 3

Zum manuellen Entleeren der Brust Daumen oberhalb und Zeige- sowie Mittelfinger unterhalb der Brustwarze platzieren. Brust sanft Richtung Brustkorb drücken, ohne die Finger zu bewegen.



Schritt 2

Streichen Sie mit der flachen Hand vom Brustansatz über die Brustwarze hinweg. Diese Bewegung unterstützt den Milchspendereflex und kann das Entleeren erleichtern.



Schritt 4

Als letzten Schritt rollen Sie Daumen und Finger behutsam nach vorne, in Richtung Brustwarze. So wird die Milch aus den Milchgängen herausgelöst.

Erste Zeit zu Hause

Kompakt zusammengefasst

Praktische Tipps

- Versuchen Sie, den Alltag mit dem Baby möglichst einfach zu gestalten – kleine Routinen geben Sicherheit.
- Nehmen Sie Hilfe an: Familie, Freunde oder Nachbarn übernehmen gern eine Besorgung oder kochen etwas.
- Schlafen Sie, wenn Ihr Baby schläft – auch ein Nickerchen hilft.
- Seien Sie nicht zu streng mit sich selbst. Es ist in Ordnung, wenn nicht alles perfekt läuft.
- Vertrauen Sie auf Ihre Intuition – Sie kennen Ihr Baby am besten.

Wichtige Kontakte

- Ihre nachbetreuende Fachperson – Telefonnummer griffbereit halten.
- Stillberatung: Ambulante Beratung im Spital Lachen, telefonische Terminvereinbarung unter +41 55 451 33 87
- Schweizerischer Fachverband Mütter- und Väterberatung
www.sf-mvb.ch
- Notruf für Familien mit Belastungssituation
www.elternnotruf.ch
- Beratungsstelle bei postpartaler Depression: Periparto Schweiz
www.periparto.ch

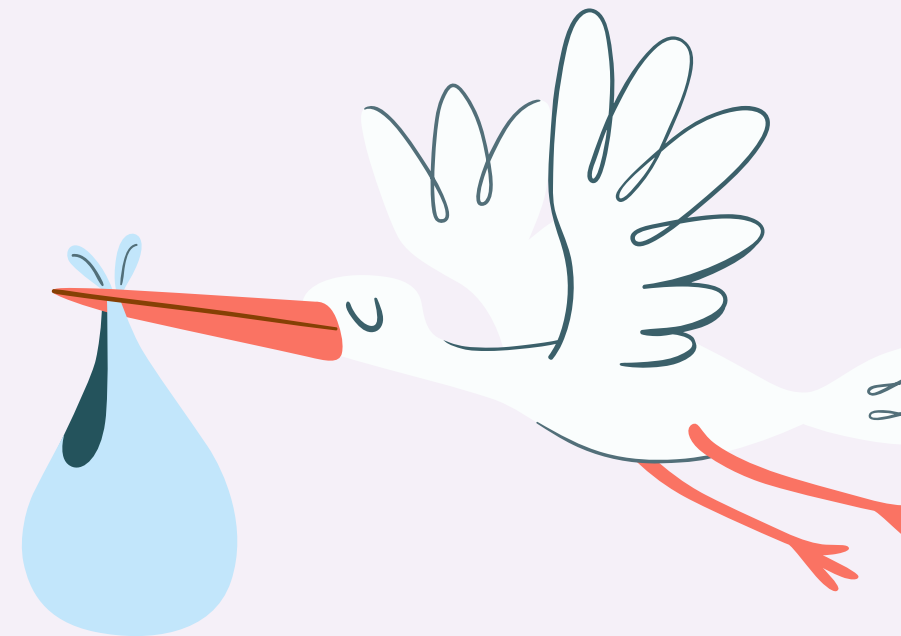




Alles Gute für Ihren Weg

Die Geburt verändert vieles – und markiert den Beginn eines neuen, besonderen Lebensabschnitts. Wir danken Ihnen für das Vertrauen, das Sie uns rund um diese bedeutende Zeit schenken. Ob Sie noch am Anfang der Schwangerschaft stehen oder die ersten Tage mit Ihrem Baby bereits erleben: Wir sind da, um Sie mit Fachwissen, Erfahrung und Herzlichkeit zu begleiten.

Zögern Sie nicht, Ihre Fragen zu stellen, Ihre Unsicherheiten zu teilen oder Hilfe in Anspruch zu nehmen – gerade darin liegt Stärke. Wir wünschen Ihnen einen guten Start als Familie, unvergessliche erste Momente und die Gewissheit, dass Sie diesen Weg nicht allein gehen.



Spital Lachen AG

Oberdorfstrasse 41
8853 Lachen

Tel. +41 55 451 31 11
www.spital-lachen.ch

Folgen Sie uns auf Social Media

- [instagram.com/spital_lachen](https://www.instagram.com/spital_lachen)
- [facebook.com/spitalallachenag](https://www.facebook.com/spitalallachenag)

