

Wehen

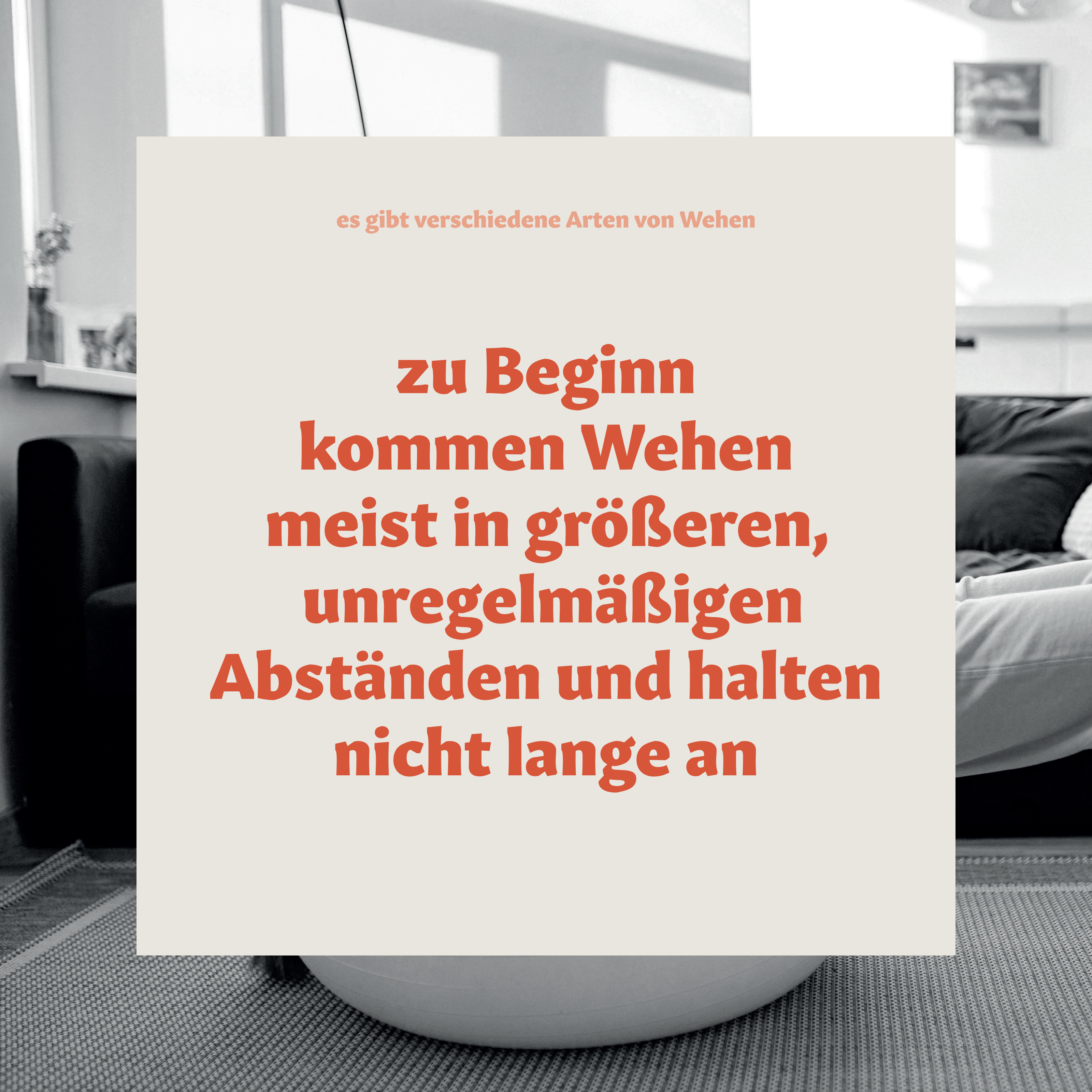


- und jetzt?



als erstes: entspannt bleiben

Wehen sind der natürlichste Geburtsbeginn

A black and white photograph of a modern interior. In the foreground, a large, light-colored exercise ball sits on a dark, textured rug. To the left, a dark sofa is partially visible. In the background, a large window with vertical blinds allows light into the room. A small framed picture hangs on the wall to the right.

es gibt verschiedene Arten von Wehen

**zu Beginn
kommen Wehen
meist in größeren,
unregelmäßigen
Abständen und halten
nicht lange an**

A black and white photograph of a modern interior. In the foreground, a large, light-colored exercise ball sits on a patterned rug. In the background, a dark sofa is visible on the left, and a bed with dark and light bedding is on the right. A large window in the center background allows bright light into the room, creating strong shadows. A small framed picture hangs on the wall to the right.

es gibt verschiedene Arten von Wehen

**mit der Zeit werden
Wehen immer länger
und regelmäßiger**

zur Orientierung, wann du losfahren kannst

**erstes Kind:
2h konstante
Wehentätigkeit
von 3 - 5 Min.**

dies dient der Orientierung und ist bei jeder Gebärenden unterschiedlich



zur Orientierung, wann du losfahren kannst

**ab dem zweiten Kind:
1h konstante
Wehentätigkeit
von 5 - 7 Min.**

dies dient der Orientierung und ist bei jeder Gebärenden unterschiedlich



zur Orientierung, wann du losfahren kannst

**die Länge der Wehen
sollte eine Minute sein**

dies dient der Orientierung und ist bei jeder Gebärenden unterschiedlich



Ideen, was du Zuhause tun kannst

Entspannungsbad
warme Dusche
Schlafen
Musik hören
Spazieren gehen

warmes Wasser kann dir helfen zu merken, ob die Wehen konstant bleiben -
lassen die Wehen im Wasser oder Ruhezustand nach oder hören auf,
kannst du dir und deinem Baby noch etwas Ruhe gönnen



gut zu wissen

**jede Gebärende kann
so lange Zuhause bleiben
wie sie sich wohl fühlt**

generell gilt

**wenn ihr unsicher seid,
könnt ihr euch jederzeit
bei uns melden**

Telefonnummer KreiBsaal:
+49 511 532 6056



MHH

Geburtshilfe

Caption:

Wann solltest du bei Wehen ins Krankenhaus fahren?

Die ersten Wehen setzen ein – ein aufregender Moment! Aber wann ist der richtige Zeitpunkt, dich auf den Weg ins Krankenhaus zu machen? Hier erfährst du, wie unterschiedlich Wehen sein können, was für Entspannungsmöglichkeiten es für Zuhause gibt und wann du dich auf den Weg machen kannst, um rechtzeitig im Kreißsaal ankommen.

Der Kreißsaal der Frauenklinik der MHH befindet sich im Gebäude K11. Dieses erreicht ihr über die Helstorfer Straße.

**#wehen #wellen #schwanger #mhh #kreißsaalmhh
#frauenklinikhannover #allesuntereinemdach**