

GEBURTSVORBEREITUNG FÜR MÄNNER

AKZEPTANZ - FOKUS - SELBSTWERT



Anika Srojevski

Anika Srojevski

GEBURTSVORBEREITUNG FÜR MÄNNER - WIE SIE SICH BESTENS DARAUF VORBEREITEN !

Wie sie sich als Mann auf eine Geburt ihrer Frau
vorbereiten

Dieses ebook wurde erstellt bei
neobooks.com

Inhaltsverzeichnis

[Titel](#)

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Einleitung](#)

[Quellen](#)

[Impressum neobooks](#)

Inhaltsverzeichnis

Geburtsvorbereitung für Männer

Wie du deiner Frau bei der Geburt helfen kannst und
eine erfolgreiche Geburt mit deinem Partner durchlebst

Von Anika Srojevski

1. Auflage

© / Copyright: 2022 Anika Srojevski

Alle rechte vorbehalten

Einleitung (S.4)

Warum sind die Väter so wichtig ? (S.7)

Wie sie mit Männern ins Gespräch kommen (S.9)

Wichtige Männer Themen (S.13)

Was jeder werdende Vater wissen sollte (S.16)

Das wichtigste für sie zur Geburt ihres Kindes (S.23)

Die Interaktion zwischen Hebamme und Mann bei der Geburt (S.26)

Kultursensibilität bei der Geburtshilfe (S.28)

Was sagt die Forschung über werdende Väter ? (S.30)

Tipps für den Vater (S.35)

Erfahrungsberichte von Beteiligten (S.38)

Training für den Mann (S.39)

Hilfe bei Geburtsschmerzen (S.45)

Weitere Tipps für Männer (S.50)

Einleitung

Was ist der Auslöser bei der Geburt ?

Der Auslöser des Geburtsvorgangs war lange nicht bekannt. Tiermodellstudien legen nahe, dass das Tensidprotein A, das für die Lungenreifung verantwortlich ist, durch eine Reihe von Reaktionen Wehen auslösen kann. Das Baby produziert dieses Protein, daher ist es zu Beginn der Geburt unerlässlich. Das geburtsbereite Kind stoppt auch die Produktion des Schwangerschaftshormons HCG, das die Produktion von Oxytocin, einem Arbeitshormon, durch hormonelles Feedback im Gehirn der Mutter unterdrückt, um die Schwangerschaft aufrechtzuerhalten. Die Geburtsdauer ist sehr unterschiedlich. Für Erstfrauen werden durchschnittlich 13 Stunden und für Frauen, die bereits geboren haben, 8 Stunden berechnet. Die für die Geburt als normal geltenden Zeiten haben sich in den letzten 50 Jahren halbiert. Der Geburtsvorgang ist in einem Partogramm dokumentiert. Subjektiv erzählen Frauen oft von längeren Geburtszeiten. Dies liegt daran, dass sie den Moment, in dem sie mit der Geburt beginnen, und den Moment, in dem sie das Krankenhaus betreten, als Beginn der Geburt definieren. Für Geburtshelfer oder Hebammen beginnt die Geburt jedoch erst, wenn die Kontraktionen zur Verkürzung des Gebärmutterhalses und zur Öffnung des Gebärmutterhalses beitragen (sogenannte tragbare Wehen). Bei einer Chronobiologie kann beobachtet werden, dass die Verteilung der Geburten während des Tages gegen drei Uhr morgens ihren Höhepunkt erreicht.

Die Eröffnungsphase

Die normale Geburt (auch spontane Geburt) des Menschen beginnt mit der Eröffnungsphase, der ersten Phase der Geburt. Es beginnt normalerweise mit unregelmäßigen Kontraktionen mit einer Häufigkeit von 2 bis 3 Kontraktionen in 30 Minuten. Der Zweck der Öffnung der Wehen besteht darin, den Gebärmutterhals (den Hals der Gebärmutter) zu verkürzen und den Gebärmutterhals zu vergrößern. Während der Öffnungsphase steigt die Häufigkeit von Kontraktionen im Allgemeinen langsam auf 2-3 Kontraktionen in 10 Minuten an. Der Rhythmus neigt auch dazu, regelmäßiger zu werden. Die durchschnittliche Arbeitsdauer während der Eröffnungsphase beträgt 60 Sekunden. Die Geburt ist jedoch ein sehr individueller Prozess, so dass die Kontraktionen in Bezug auf Entfernung, Dauer und Intensität und damit die Dauer der Wehen sehr unterschiedlich sein können. Das Öffnen des Fruchtblasenbeutels verschlimmert manchmal die Arbeit. Während einer Kontraktion zieht die Uteruswand vor dem Baby normalerweise am Kopf. Dieser Vorgang wird als Rücknahme bezeichnet. Infolge des Zurückziehens dehnt sich der untere Teil der Gebärmutter aus. Der Uterus drückt das Baby in Richtung des Beckenauslasses, während der untere Teil des Uterus mit dem Gebärmutterhals über den Hauptteil des Babys zieht. Dies ist als Ablenkung bekannt. Dadurch wird der Gebärmutterhals geöffnet. Die Öffnung des Gebärmutterhalses hängt auch von anderen