



Judith Herbst, Aareweg 15, 3037 Herrenschwanden
031 / 301 55 49, j.herbst@gmx.ch

Kleiner Besucher-von-Wöchnerinnen Knigge

Die neue Mutter ist leider oft total erschöpft. Nicht weil die Geburt so anstrengend gewesen wäre, sondern weil soo viel Besuch kam und der erst noch soo lange blieb.

Das Wochenbett soll, wie der Name sagt, eine Woche Bettruhe beinhalten. Wie das Wort Bettruhe sagt, eben Ruhe. Es ist ja schon wunderschön wenn man Tante, Onkel, Grossmutter, Grossvater oder gar Gotte und Götti wird aber es ist auch enorm anstrengend all diese Glückwünsche persönlich entgegenzunehmen.

Plädoyer für Kurzbesuche im Spital!

In den meisten Spitalern gilt eine generelle Besuchszeit zwischen 10.00 Uhr und 20.00 Uhr. Das heisst aber nicht, dass Sie immer willkommen sind. Eine Wöchnerin im Spital hat ein volles Programm: Da sind mal das Erlernen der Babypflege, die Rückbildungsgymnastik, die Arztvisiten, das Stillen, die Körperpflege und das Essen. Die verbleibende Erholungszeit soll nicht vom Höflichkeitsbesuch absorbiert werden. Ein Telefonat vorher kann unangenehme Überraschungen vermeiden helfen. Sind Sie einmal im Spital gelten dort bestimmte Verhaltensregeln. Über oder neben jeder Türe hat es Präsenzlampen, leuchten sie rot ruft der Patient eine Pflegeperson, leuchten sie grün ist die gerufene Pflegeperson im Zimmer. Bei beiden Fällen ist es unhöflich, einfach ins Zimmer zu schneien. Suchen sie eine andere Pflegeperson und teilen Sie ihr mit, wen Sie besuchen möchten. Sie kann dann diskret ins Zimmer fragen gehen ob der Moment günstig ist.

Besuche zu Hause!

Die Frage die ich mir vor einem Hausbesuch stellen sollte: Stehe ich der jungen Familie nahe genug um die Gastgeberrolle übernehmen zu können?

In jedem Fall muss der Besuch zu Hause vorangemeldet werden. Sind Sie einmal an der Haustüre und läuten, so bedenken Sie, dass vielleicht grad Stillzeit ist und die junge Mutter nur schwer davonrennen kann. Warten Sie 10 Minuten und läuten nochmals. Haben Sie vor, nur kurz zu bleiben, dann tun Sie das auch und setzen Sie sich nicht, auch nicht wenn die Gastgeberin Sie auffordert (Wöchnerinnen haben die Tendenz auf ihren Besuch Rücksicht zu nehmen – welch verkehrte Welt!). Haben Sie vor, mehr als 5 Minuten zu bleiben, so teilen Sie das vorher mit und nehmen Sie bitte gleich alle Getränke und Speisen, die die Wöchnerin als „Gastgeberin“ benötigt, selber mit. Es ist eine gute Idee, den neuen Eltern zur Geburt ein z’Nacht bei ihnen zu Hause zu schenken, denn zum Kochen reicht die Zeit meist nicht.