



Wochenbettbesuch

Hygieneempfehlungen für die Praxis





Inhalt

1

Allgemeine Hygieneregeln für den Wochenbettbesuch	4
1.1 Persönliche Hygiene der Hebamme	5
1.2 Händehygiene	6
Händewaschen	6
Händedesinfektion (HD)	6
Unsterile Handschuhe	7
Sterile Handschuhe	7

2

Wochenbettbesuch Ablauf	8
2.1 Vorbereitung	8
2.2 Mutter	9
2.3 Kind	11
2.4 Hausbesuch beenden	12

3

Hygieneregeln für die Familie	13
--------------------------------------	-----------

4

Quellen	14
----------------	-----------



1. Allgemeine Hygieneempfehlungen für den Wochenbettbesuch



**Bei einem Wochenbett-
besuch sollten nachfolgende
Hygieneempfehlungen
berücksichtigt werden:**



1.1 Persönliche Hygiene der Hebamme



Persönliche Hygiene der Hebamme

- Lange Haare zusammenbinden
- Nägel sind kurz geschnitten und nicht lackiert, jeglicher Lack (Gel-Lack, Hartlack usw.) ist verboten
- Ringe (inkl. Ehering), Armreifen und hängender Schmuck sind verboten
- Der Schal, die Jacke und der Pullover werden im Eingangsbereich aufgehängt
- Bei Erkältung, Husten, viraler oder bakterieller Infektion oder bei einer Pandemie wird ein Mund-Nasenschutz getragen
- Bei einer Verletzung/Schnitt an der Hand ist ein wasserfestes Pflaster oder ein Fingerling zu tragen
- Während der Arbeit wird Arbeitskleidung getragen, das Oberteil dieser Arbeitskleidung ist kurzärmelig
- Arbeitskleidung zu Hause wechseln
- Das Arbeitsoberteil ist täglich zu wechseln
- Zu Hause schmutzige Arbeitswäsche separat zur Privatwäsche aufbewahren
- Wäsche bei 60 Grad, wenn nicht anders möglich bei mind. 30 Grad, mit Pulverwaschmittel waschen. Wegen der Bleicheigenschaft entfernt Pulverwaschmittel Keime besser als Flüssigwaschmittel. Zu beachten: kein Kurzprogramm, kein Wassersparprogramm, Waschmaschine nicht überladen
- Zum Selbstschutz und Schutz der anderen sind die vom Bundesamt für Gesundheit empfohlenen Impfungen durchzuführen



1.2. Händehygiene



Händewaschen

Die Hände werden in folgenden Fällen immer gewaschen:

- Beim Eintreten in die Wohnung der Familie
- Bei sichtbarer Verschmutzung
- Nach dem Toilettenbesuch



Händedesinfektion (HD)

In folgenden Fällen ist eine Händedesinfektion angezeigt:

- Vor Kontakt mit Frau/Kind
- Vor aseptischen Tätigkeiten
- Vor und nach dem Tragen von Handschuhen
- Nach Kontakt mit potenziell infektiösem Material
- Nach Kontakt mit der Frau/Kind
- Vor Entnehmen von Arbeitsmaterialien aus der Hebammentasche
- Nach dem Desinfizieren und Zurücklegen der desinfizierten Mehrwegmaterialien in die Hebammentasche
- Nach Verlassen der Wohnung der Familie
- Nach dem Toilettenbesuch



Unsterile Handschuhe

- Schützen vor Kontamination mit Blut, Sekreten und Exkreten z. B. Blutentnahme, Inspektion Geburtsverletzungen, Blutungskontrolle
- HD vor und nach dem Tragen von Handschuhen
- HD grundsätzlich möglich bei Nitrilhandschuhen



Sterile Handschuhe

- Werden im Wochenbett nicht benötigt









2. Wochenbettbesuch Ablauf

2.1 Vorbereitung



Der Ablauf kann je nach Situation variieren. Viele Handlungen werden nur bei Bedarf durchgeführt.

-  1 Eintreten, Schuhe bei Bedarf im Eingangsbereich ausziehen und Jacke, Pullover und Schal in der Garderobe aufhängen.
-  2 Begrüssung der Familie.
-  3 Arbeitstasche auf eine Ablage im Eingangsbereich ablegen.
-  4 Hände waschen und HD.
-  5 Aus der Hebammentasche nur das Material für den aktuell anstehenden Besuch entnehmen und auf eine saubere Ablage legen.
-  6 Falls neues Material während des Besuchs gebraucht wird, HD, bevor das Material aus der Tasche entnommen wird.



2.2 Mutter



HD



Vitalzeichen durchführen

Temperatur mit dem Thermometer der Familie messen, falls nicht möglich, das eigene Thermometer mit einer Schutzhülle benutzen, Schutzhülle in Plastiksack entsorgen, Thermometer vor dem Versorgen in die Tasche wischdesinfizieren.



Blutentnahme (BE)

Material bereitstellen, HD, Handschuhe anziehen, Desinfektionsmittel auf sterilen Tupfer¹ geben, Einstichstelle damit desinfizieren (Einwirkzeit von 15 Sek. beachten), Tupfer in Plastiksack entsorgen, BE durchführen, Nadel in die Box entsorgen, Handschuhe vorsichtig abstreifen und in Plastiksack werfen, HD.



Brust visuell inspizieren

und bei Bedarf manuelle Kontrolle.



Uteruskontrolle



Bei Sectio:

Inspektion der Sectionaht.

Falls nötig das Material für eine Desinfektion der Naht vorbereiten > HD, steriles Wattestäbchen mit Desinfektionsmittel-lösung tränken, heikle Stellen desinfizieren, einmalig drüber streichen, Material entsorgen, HD.

HD, Klammern bzw. Fäden, Fadenknopf mit No-Touch-Technik (mit Klammerentferner bzw. Pinzette und Schere/Messer) entfernen, Naht desinfizieren, gebrauchtes und entferntes Material in Plastiksack entsorgen, Wischdesinfektion, HD.

Eine Sectionaht braucht kein Pflaster. Möchte die Frau ein Pflaster, spricht nichts dagegen. Das Pflaster muss atmungsaktiv und sauber sein, max. 24 h belassen.





2.2 Mutter



Inspektion der Lochien und/oder des Dammes



Bei Berührung des Dammes/ Verrichtungen am Damm

HD, Handschuhe anziehen, bei Beendigung der Inspektion Handschuhe vorsichtig abstreifen und im Plastiksack entsorgen, HD.



Durchführung der Bauchmassage



HD

¹ Von Swissmedic zugelassene Tupfer:
BBraun, Softasept N (siehe auch
Hygieneempfehlungen Kap. 6.2)



2.3 Kind



HD



Kind ausziehen,

Windel wechseln, bei Kontamination/ Verschmutzung mit Sekreten Händewaschen und HD.



Temperatur messen

Thermometer der Familie, nach Gebrauch mit Wasser und Seife abwaschen, ausser das Kind hat einen Verdacht auf eine Durchfallerkrankung, nach der Reinigung zusätzlich wischdesinfizieren. Eigenes Thermometer, Schutzhülle benutzen, Schutzhülle in Plastiksack entsorgen, Thermometer vor dem Versorgen in der Hebammentasche wischdesinfizieren.



Wiegen



Baden



Nabelpflege wie die Eltern im Spital gelernt haben. HD, unsterile Handschuhe anziehen, bei leichter Verschmutzung: Nabel mit Wasser vom Ansatz nach Aussen säubern, nachher mit einer Kompresse trocknen. Nabel trocken halten und mit Luft in Kontakt kommen lassen, Windel unterhalb des Nabels anziehen.



Kind anziehen



HD vor **Unterstützung beim Stillen**



Blutentnahme beim Kind

Fuss vorwärmen (z. B. mit feucht-warmer Wegwerfwindel), HD, Desinfektionsmittel auf Tupfer geben, Ferse desinfizieren (Desinfektionsmittel gut abtrocknen lassen), Handschuhe anziehen, zum Stechen Lanzette mit Sicherheitsstandard verwenden, BE durchführen, Material in Plastiksack entsorgen. Allenfalls Konaktion-Ampulle mit trockenem Tupfer öffnen, Dosis verabreichen, Konaktion-Ampulle in Entsorgungsbox oder in der zum Vorwärmen gebrauchten Wegwerfwindel eingewickelt entsorgen, Handschuhe ausziehen, HD.



2.4 Hausbesuch beenden



Entsorgung des Materials

Entsorgung des gebrauchten inkl. blutigen Materials sofort nach Beendigung jeder Tätigkeit, idealerweise in einem Plastiksack, diesen verknoten und in den Hausmüll der Familie entsorgen.

Nadeln:

Im Spritzenbehälter entsorgen. Wenn dieser voll ist, muss er als Sondermüll via Apotheke, Labor oder Spital entsorgt werden.

Spritzen im regulären Abfall entsorgen.



Dokumentation



Wischdesinfektion bei Mehrwegmaterial und in die Tasche versorgen.



HD



Sich anziehen



Verabschiedung



Wohnort verlassen



HD



3. Hygieneempfehlungen für die Familie



Zum Thema «Hygieneempfehlungen für die Familie» wurde ein separater Flyer in einfachem Deutsch erstellt. Dieser kann auf der Webseite von Familystart Zürich heruntergeladen ([Link](#)) und den Familien abgegeben werden. Er beantwortet die gängigen Fragen der Familie bzgl. Hygiene im Wochenbett. Folgende Themen werden beschrieben: Wochenbetthygiene/ persönliche Hygiene der Mutter, Baby-pflege und Ernährung des Neugeborenen und Aufbereitung des dafür nötigen Materials.



4. Quellen

Berner Fachhochschule und Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften ZHAW (2020). Neugeborenes, Skills für Hebammen 3, 3. Auflage. Hep Verlag.

Medela (2021). Aufbewahren und Auftauen von Muttermilch. Abgerufen am 10.10.2021 von: <https://www.medela.ch/stillen-fachpersonen/stillberatung/laktationsperiode/aufbewahren-und-auftauen-von-muttermilch>

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE (in Zusammenarbeit mit Gesellschaft für Pädiatrie, SHV, MVB, SGGG) (2018). Handbuch, Essen und Trinken im ersten Lebensjahr. Abgerufen am 10.10.2021 von: https://gesundheitsfoerderung.ch/assets/public/documents/de/1-kap/fokusthemen/fruehe-foerderung/Ernaehrung_erstes_Jahr_Handbuch_final_2018.pdf

Stillförderung Schweiz (2021). Wie muss ich die abgepumpte Muttermilch aufbewahren / verabreichen?. Abgerufen am 10.10.2021 von: https://www.stillfoerderung.ch/logicio/pmws/stillen__faq__de.html#frage21

© 2021 Familystart Zürich und Schweizerischer Hebammenverband (SHV). Alle Urheber- und Leistungsschutzrechte sind vorbehalten. Dieses Dokument ist nur für den internen Gebrauch bestimmt. Für alle Verwendungen, insbesondere Sendung, Bearbeitung und Vervielfältigung bedarf es einer speziellen schriftlichen Bewilligung von Familystart Zürich sowie des SHV, soweit kein Vertrag besteht. Zuwiderhandlungen werden zivil- und strafrechtlich verfolgt.

1. Version
Erstellt am: 16.10.2021
Freigegeben am: 21.10.2021
Durch: Jacqueline Morgenstern
Gültig bis: 1.12.2024

FAMILY
START
ZÜRICH

Schweizerischer Hebammenverband
Fédération suisse des sages-femmes
Federazione svizzera delle levatrici
Federaziun svizra da las spendreras



Familystart Zürich
www.familystart-zh.ch



Schweizerischer Hebammenverband
www.hebamme.ch