



Terminüberschreitung

Herzlichen Glückwunsch, Ihr Baby fühlt sich immer noch wohl bei Ihnen und das ist normal. Gerade einmal 4% aller Kinder kommen direkt am errechneten Geburtstermin auf die Welt.

Tatsächlich haben wir einen physiologischen Geburtszeitraum von drei Wochen vor bis zwei Wochen nach errechnetem Termin.

Falls Ihre Geduld bereits sehr strapaziert ist, sind hier ein paar Tipps aus unserer Hebammenerfahrung:

- Geduld und Vertrauen
- Balance aus viel Bewegung und Entspannung/Schlaf
- Ausreichend trinken
- Bauchmassage mit wehenanregender Öl-Mischung ,
2-3x/Tag, gerne durch Lieblingsemenschen
- Brustwarzenstimulation
- Geschlechtsverkehr > harmlose Schmierblutung danach möglich
- Akupunktur (bei uns möglich)

- Nelkenöl-Tampons:
 - 50 Tropfen Nelkenblätteröl + 30 ml Mandelöl mischen
(selbst oder in der Apotheke)
 - Davon 5 Tropfen auf die vordere Spitze des Tampons träufeln
 - Einführen und eine Stunde liegen lassen

Vorgang alle 6 Stunden wiederholen, bis Wehen einsetzen.

Nebenwirkungen:

Wärmegefühl, leichtes Brennen

Bitte nicht bei Verdacht auf Blasensprung anwenden!

Am Ende entscheiden Ihr Körper und Ihr Baby, wann der richtige Zeitpunkt ist.