



## **Informationen an unsere Klientinnen, Familien betreffend Coronavirus**

15.03.2020, aktualisiert 21.03.2020

Das Coronavirus hat mittlerweile auf uns alle grosse Auswirkungen. In diesem Schreiben möchten wir Sie über verschiedene Änderungen im Praxisalltag und auf Wochenbettbesuchen informieren und wir bitten Sie, bestimmte Vorbereitungen zu treffen.

Schwangere, Gebärende, Wöchnerinnen, Neugeborene und Kinder gehören glücklicherweise nicht zu den Risikogruppen. Eine Infektion verläuft häufig ohne Komplikationen mit den Symptomen Husten und Fieber, teilweise sogar ohne grosse Symptome. **Die einschneidenden Massnahmen des Bundes haben nicht primär das Ziel, Infektionen bei Ihnen und uns Hebammen zu vermeiden, da ja eine Infektion zumutbar wäre, sondern zu verhindern, dass viele Personen gleichzeitig erkranken und die angesteckten vulnerablen Patienten Komplikationen erleiden oder mit Komplikationen unser Gesundheitssystem überlasten.**

Uns Hebammen und Sie als Nicht-Zugehörige einer Risikogruppe betrifft das Coronavirus indirekt. Warum?

- Mit dem Einhalten der strikten Regeln helfen wir, die Neu-Ansteckungen zu verlangsamen, so dass die nicht zu vermeidende Anzahl Notfälle nicht alle gleichzeitig in den Spitälern betreut werden müssen.
- Der zusätzliche Zeitaufwand für die aufwändige Pflege, Isolation und Hygiene bei infizierten Gebärenden und Wöchnerinnen in den Spitälern braucht grosse personelle und materielle Ressourcen.
- Die Hebammen in den Spitälern sind einem höheren Ansteckungsrisiko ausgesetzt, da sie viel öfter, direkter und länger Kontakt haben zu infizierten Personen.
- Alle Gesundheitsfachpersonen sind angewiesen, bis zum Auftreten von Symptomen weiterzuarbeiten. Spital- und ausserklinische Hebammen eingeschlossen.
- Das strikte Besuchsverbot auf allen Spitalabteilungen veranlasst Frauen, früher nach Hause zu gehen.

Diese Entwicklungen bewirken eine Verlagerung des spitalinternen auf den spitalexternen Bereich. Der Hebammenverband Sektion Bern hat deshalb eine Sonderkommission eingesetzt, welche die gegenseitige Unterstützung und Vernetzung unter den Geburtshilfeabteilungen und den freipraktizierenden Hebammen mit einem Notfall-Netzwerk koordiniert. Der Kanton Bern wurde in 16 Regionen eingeteilt mit Regionalleiterinnen, welche in engem Kontakt mit der Sonderkommission stehen. **So sollen alle Familien, welche eine Hebamme vor, während oder nach der Geburt ausserhalb des Spitales brauchen, vermittelt werden können.** Auch freipraktizierende Hebammen sind einem grösseren Ansteckungsrisiko ausgesetzt, da sie sich nicht einfach isolieren können, sondern diese Verschiebung vom stationären auf den ambulanten Bereich auffangen müssen. Deshalb hat das Notfall-Netzwerk auch die Aufgabe, Vertretungen für Hebammen, welche durch den Kontakt mit COVID-19-Fällen in Selbst-Quarantäne oder nach einer Erkrankung in Selbst-Isolation müssen zu organisieren. Als Unterstützung arbeiten wir in diesem Notfall-Netzwerk eng mit den **Mütter- und Väterberaterinnen des Kantons Bern** zusammen. Auch sie sind von Montag bis Freitag von 09 – 19h unter der Nummer 031 552 16 16 telefonisch, online oder persönlich für Sie da.

**Indem Sie sich an die Empfehlungen des Bundesrates halten, helfen Sie uns ganz direkt, das Gesundheitswesen aufrechtzuerhalten und uns zu entlasten!** Bitte lesen und beachten Sie die im Weiteren ausgeführten Änderungen in der Praxis und bei den Hausbesuchen, welche ab sofort gelten.



## Änderungen für den Praxisbetrieb und Hausbesuche

Es ist sehr wahrscheinlich, dass wir Hebammen sowie Sie und Ihre Angehörigen in den nächsten Tagen und Wochen selbst am Coronavirus erkranken werden. Dies heisst, dass entweder Sie oder wir nacheinander in Selbst-Quarantäne oder Selbst-Isolation sind. **Ziel dieser Massnahmen ist es, die Verbreitung zu verlangsamen und die Betreuung aller Frauen aufrechterhalten zu können.**

### Ziele der nächsten Wochen

- Jede Ansteckung und Übertragung des Coronavirus sollten unbedingt vermieden werden, sei es bei unseren Klientinnen und Klienten wie auch bei uns Hebammen als Gesundheitsfachpersonen.
- Wir wollen möglichst vermeiden, dass wir selbst mehrfach in Selbstquarantäne müssen, und somit ausfallen, resp. die Betreuung nicht mehr aufrechterhalten werden kann.
- Wir wollen die Spitäler und Gesundheitsfachpersonen entlasten, und zusätzliche Schwangere und Wöchnerinnen betreuen können.
- Wir wollen solidarisch sein mit vulnerablen Gruppen, welche unbedingt geschützt werden müssen.
- **Wir wollen ruhig und besonnen bleiben und für unsere Klientinnen da sein. Wenden Sie sich bei Fragen direkt an Ihre Hebamme.**

### Grundsätze für Klientinnenkontakt

Grundsätzlich ist jeder persönliche Kontakt zu vermeiden, bei denen der Mindestabstand von 2m nicht eingehalten werden kann. Die direkte Kontaktzeit soll auf maximal 15 Minuten beschränkt sein. Diese beiden Massnahmen haben sich als effektivsten zur Vermeidung einer Übertragung erwiesen (swissnoso, BAG). Persönliche Kontakte mit Klientinnen sind unbedingt auf die Kontakte zu reduzieren, bei denen es **zwingend** eine körperliche Untersuchung braucht. Gleichzeitig sollen Beratungen per Telefon und Skype nicht abgekürzt werden, um Zeit zu sparen. Eine sorgfältige Erfragung und Besprechung ist nötig, weil weniger direkter Kontakt möglich ist. **Wir wollen weiterhin eine hohe Betreuungsqualität bieten. Dies heisst nicht, dass wir weniger anbieten können, nur in einer anderen, noch etwas ungewohnten Form! Die Grundversorgung muss gewährleistet bleiben. Schwangere, Gebärende, Wöchnerinnen, Väter und Neugeborene werden weiterhin von uns Hebammen kompetent begleitet und beraten.**

Durch die Ersparnis der Wegzeit können wir zudem mehr Klientinnen betreuen, was es uns erleichtert, unsere Kolleginnen zu entlasten, zu ersetzen und eigene personelle Ausfälle abzufedern.

***Wir danken Ihnen für Ihre Unterstützung!***

***Ihre Berner Hebamme***



**Praxistätigkeiten, bei denen klinische Untersuchungen nicht zwingend notwendig sind, sollen per Telefon oder Skype durchgeführt werden:**

- Schwangerschaftsberatung
- Individuelle Geburtsvorbereitung
- Wochenbettverlauf ohne Komplikationen
- Allg. Stillberatungen
- Allg. Beratungen
- Unterstützung von schwierigen Situationen zuhause im Alltag mit dem Neugeborenen oder im Zusammenhang mit der Selbst-Isolation

**Die Praxistätigkeiten, bei denen klinische Untersuchungen zwingend notwendig sind, ist der Besuch oder die Untersuchung auf möglichst 15 Minuten zu beschränken, die übrige Beratung (Vorbereitung, Nachbesprechung) ist telefonisch zu machen.**

**Schwangerschaftskontrolle** mit med. Untersuchungen

- Lagebestimmung des Kindes, Blutdruckmessung, Urinkontrolle, Blutentnahmen, Abstriche etc.

**Wochenbett**

- Uterus- und Blutungskontrolle (kann bei physiologischem Verlauf erfragt werden, Frau kann unter Anleitung Selbstuntersuchungen ausführen)
- Anleitung und Unterstützung beim Stillen, Milchstau, Brustentzündungen etc. (auch hier ist vieles per Skype möglich)
- Beurteilung der Gelbsucht (Ikterus), Blutentnahmen, Neugeborenen Screening und Pulsoxymetrie-Screening beim Kind

Material und Medikamente, welche abgegeben werden müssen, werden in den Briefkasten gelegt.

**Geplante Hausgeburt** (durch die deutlich verminderte Exposition mit fremden Keimen im häuslichen Umfeld und weniger Personenkontakt ist die Hausgeburt grundsätzlich risikoarmer, jedoch muss die hohe Belastung der Notfalldienste, also Rettungsdienst und Notfallpflege in die Entscheidung, wo und mit wem eine Hausgeburt durchgeführt wird, einbezogen werden)

- Möglichst wenig Körperkontakt
- Einhaltung der unten erwähnten Schutzmassnahmen, je nach Exposition der Frau vor Beginn der Geburt
- Väter können unter Einhaltung der Schutzmassnahmen bei der Geburt dabei sein

**Damit dies möglich ist, möchten wir Sie um Folgendes bitten:**

- Richten Sie Skype, FaceTime o.a. ein, damit wir die Beratungen so durchführen können. Auch Telefon ist selbstverständlich möglich. Bereiten Sie sich auf das Gespräch vor, in dem Sie Fragen vorbereiten, sich überlegen, wie sie gewisse Dinge dokumentieren (z.B. Fotos)
- Ermöglichen Sie der Hebamme beim Hausbesuch möglichst 2m Abstand und die 15 Min. einzuhalten.
- Bereiten Sie Stuhl und saubere Flächen vor, wo sie ihre Utensilien abstellen kann.
- Für alle Wöchnerinnen mit **Geburtsstermin bis und mit Ende Mai**: Organisieren Sie eine Babywaage, eine Koffer- oder Fischwaage (Baby in IKEA-Tasche) oder Gemüse-/ Küchenwaage (bis 5kg), damit Sie das Gewicht Ihres Kindes selbst erfassen können und wir unsere Waage nicht mehrfach benötigen müssen. Vielleicht hat auch eine Bekannte oder Nachbarin eine Waage im Keller.
- Apotheken werden auch im Notfall offen sein, so dass Babymilch oder Binden etc. jederzeit verfügbar sind.

## Vorgehen bei Schwangeren, Gebarenden, Wöchnerinnen, Neugeborenen

Bei Fragen: wenden Sie sich an Ihre Hebamme oder an die Corona-Hebammen-Hotline unter 079 129 73 69 / täglich von 09 – 17h / [bern@hebamme.ch](mailto:bern@hebamme.ch) / [www.bernerhebamme.ch](http://www.bernerhebamme.ch)

### Achtung: Voraussetzung ist, dass die Hebamme selbst...

- ...keine Symptome hat.
- ...keinen ungeschützten Kontakt zu Personen mit Symptomen oder bestätigtem COVID-19-Fall hatte.
- ...die Hebamme selbst eine Infektion durchgemacht hat und die Isolationszeit vorüber ist.

Das Coronavirus ist bereits vor dem Auftreten von Symptomen ansteckend und wird auch von Personen übertragen, die Covid-19 bereits durchgemacht haben, weshalb alle Massnahmen seitens Hebamme sowie Klientin und bis auf Widerruf dringend einzuhalten sind

### Schwangere, Gebärende, Wöchnerinnen, Neugeborene...

...ohne Kontakt zu Personen mit Symptomen oder bestätigtem COVID-19-Fall	...mit Kontakt zu Personen mit Symptomen oder bestätigtem COVID-19-Fall	...mit Symptomen oder bestätigtem COVID-19-Fall	... welche COVID-19 durchgemacht haben
Praxis oder Hausbesuch möglich	Nur Hausbesuche	Nur Hausbesuche	Praxis oder Hausbesuch möglich
Persönlicher Kontakt ausschließlich für absolut notwendige klinische Untersuchungen, wenn möglich < 15 Minuten, Rest telefonisch	Persönlicher Kontakt ausschließlich für absolut notwendige klinische Untersuchungen, wenn möglich < 15 Minuten, Rest telefonisch	Persönlicher Kontakt ausschließlich für absolut notwendige klinische Untersuchungen, wenn möglich < 15 Minuten, Rest telefonisch	Persönlicher Kontakt ausschließlich für absolut notwendige klinische Untersuchungen, wenn möglich < 15 Minuten, Rest telefonisch
Nur absolut notwendiges Material in den Raum oder die Wohnung nehmen	Nur absolut notwendiges Material in die Wohnung nehmen	Nur absolut notwendiges Material in die Wohnung nehmen	Nur absolut notwendiges Material in den Raum oder die Wohnung nehmen
Tragen von Handschuhen während des Kontaktes	Tragen von Schutzmaske und Handschuhen während des Kontaktes	Tragen von Schutzmaske, Brille, Schutzkleidern und Handschuhen während des Kontaktes.  Ankleiden und Auskleiden vor der Haustür. Wegwerfmaterial durch die Familie entsorgen lassen.	Tragen von Handschuhen während des Kontaktes  Achtung: Das Virus kann auch von Personen übertragen werden, welche selbst bereits immun sind!
Alles Material anschließend desinfizieren	Alles Material anschließend desinfizieren	Alles Material anschließend desinfizieren	Alles Material anschließend desinfizieren
Baby darf bei Mutter sein – stillen empfohlen – Besuch gemäß BAG	Selbst-Quarantäne / Baby darf bei Mutter sein – stillen empfohlen	Selbst-Isolation / Baby darf bei Mutter sein – stillen empfohlen	Baby darf bei Mutter sein – stillen empfohlen – Besuch gemäß BAG

Alle diese Maßnahmen sind einschneidend, jedoch absolut nötig. Bitte halten Sie sich dringend daran. Die Empfehlungen basieren auf Weisungen des BAGs, der Gesundheitsdirektion des Kantons Bern, swissnoso und der WHO.

## Für Hebammen / Gesundheitsfachpersonen gilt:

**Wir arbeiten nur** mit persönlichem Kontakt zur Klientin und Neugeborenen, wenn...

- ...wir selbst gesund sind und keine Symptome haben (Husten und Fieber).
- ...es sich nicht vermeiden lässt.

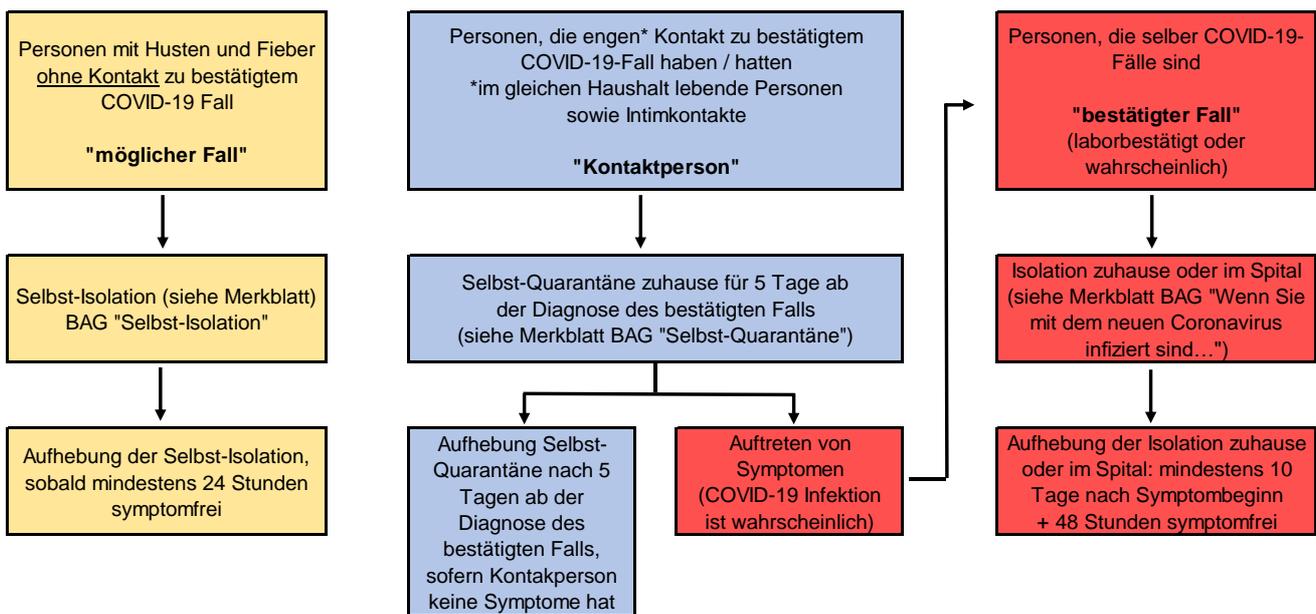
**Wir arbeiten, wenn immer möglich von zuhause aus** (Beratungen per Telefon, Skype, Administration, Projekte), wenn...

- ...wir selbst gesund sind.
- ...wir uns in Selbst-Quarantäne oder Selbst-Isolation befinden.
- ...wir uns bei leichten Symptomen arbeitsfähig fühlen.

**Wir arbeiten nicht, wenn...**

- ...wir selbst krank sind (Fieber, Husten oder auch andere Grippe).
- ...wir für Frauen mit Symptomen oder bestätigter COVID-Infektion keine Schutzkleidung zur Verfügung steht.

### Ablaufschema COVID-19



Die Merkblätter zu «Selbst-Isolation» und «Selbst-Quarantäne» sowie viele andere Informationen befinden sich auf der Webseite des BAG. <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov.html>

Viele nützliche Informationen finden Sie auch auf [www.bernerhebamme.ch](http://www.bernerhebamme.ch) oder [www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch)

**Corona Sonderkommission, SHV Schweizerischer Hebammenverband Sektion Bern**



### Quellen:

- BAG <https://www.bag.admin.ch/bag/de/home/krankheiten/ausbrueche-epidemien-pandemien/aktuelle-ausbrueche-epidemien/novel-cov.html>
- GSI Kanton Bern <https://www.be.ch/portal/de/index/imfokus/Corona.html>
- Swissnoso <https://www.swissnoso.ch/forschung-entwicklung/aktuelle-ereignisse/>
- SHV Schweizerischer Hebammenverband [www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch)
- SGGG Schweizerische Gesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe <https://www.sggg.ch/>
- WHO <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-pregnancy-childbirth-and-breastfeeding>

Wir danken der Abteilung Infektiologie und Spitalhygiene sowie Geburtshilfe des Inselspitals Bern für die Durchsicht dieses Dokumentes und die hilfreichen Anregungen und Korrekturen, trotz der grossen eigenen Arbeitsbelastung!