



Veröffentlicht auf *Nestlé Babyservice* (<https://www.babyservice.de>)

[Startseite](#) > Der Partner im Kreißaal

Teile diesen Article

X



Der Partner im Kreißaal

Heute ganz normal: Auch Papas dürfen dabei sein.

<https://www.babyservice.de/partner-im-kreisssaal> ^[1]

Disclaimer

Die folgende Funktion ist nicht Teil der Website der Nestlé Nutrition GmbH. Bitte beachten Sie, dass mit der Bestätigung des Dialogs Daten von Ihnen an sämtliche in unsere Website integrierte Social Plugin – Anbieter (siehe hierzu den Punkt Werden auf unseren Websites Social Plugins verwendet? in unseren Datenschutzbedingungen) übermittelt werden können.

Um welche Daten zu welchem Zweck es sich handelt, können Sie den Datenschutzbedingungen des jeweiligen Anbieters auf deren Website entnehmen. Mit der Bestätigung des Dialogs erklären Sie sich mit dieser Datenübermittlung einverstanden.

Wenn Sie diese Seite/ dieses Produkt teilen möchten, dann klicken Sie bitte im Anschluss nochmals auf das jeweilige Icon.

_ [2] _ [3] _ [4]



Der Partner im Kreißsaal

Heute ganz normal: Auch Papas dürfen dabei sein.

- Teilen

Wenn du deinen Partner bei der Geburt an deiner Seite haben möchtest, ist das heute gar kein Problem mehr. Und auch danach gibt es für Papa viel zu tun.

Die vertraute Nähe des Partners bei der Entbindung zu spüren – das kann für dich schon eine große Hilfe sein. Du fühlst dich beschützt und nicht so allein. Doch oft muss der Vater nicht nur Geduld und Gelassenheit zeigen, sondern dich auch aktiv unterstützen.

Beide müssen es wollen

Dein Partner sollte sich vorher ganz bewusst fragen, ob er die Geburt wirklich miterleben möchte. Sage es ihm auch ausdrücklich, ob du ihn gerne dabei haben möchtest. Denn es ist keine Verpflichtung, nur weil andere es so gemacht haben.

Wie dein Partner dich unterstützen kann

Einfach da sein ist schon mal sehr gut. So hast du gleich mehr Vertrauen zur Umgebung und zu dir selbst. Wenn du etwas herumlaufen möchtest, kann er dich dabei stützen. Oder während der Entbindung liebevoll deinen schmerzenden Rücken massieren. Das lindert den Wehenschmerz und entspannt. Es hilft, wenn ihr beide im gleichen Rhythmus atmet, wie es bei der Geburtsvorbereitung geübt wurde. Auch ein paar zärtliche Worte oder eine Umarmung in den Wehenpausen können Wunder wirken. Und während der Presswehen kann er dir durch sicheres Halten bei deiner Höchstleistung helfen.

Nach der Geburt - Der erste Auftritt für Papa

Während du dich von den Anstrengungen der Geburt erholst, schlägt Papas große Stunde: Sein Baby zum ersten Mal halten, baden und danach anziehen zu dürfen, das ist für jeden Mann eine einzigartige Erfahrungen. Aber es warten noch andere Aufgaben.

Große Hilfe für die ersten Tage

Zunächst muss der frischgebackene Vater mal die Besuche von begeisterten Verwandten und Freunden etwas steuern, damit du und das Kind nicht gleich überfordert werden. In der ersten Zeit Zuhause sind dann Geduld und zärtliche Fürsorge gefragt. Schließlich musst du dich jetzt erst mal körperlich und auch seelisch auf den Wechsel von schwanger zu Mama einstellen. Und dein Hormonhaushalt auch. Da gibt es auch schon mal ein emotionales Tief. Aber nach einem Weilchen wird sich das Familienleben mit eurem Baby gut eingespielt haben.

Weiterlesen ^[6]

Quell-URL: <https://www.babyservice.de/partner-im-kreisssaal>

Links

[1] <https://www.babyservice.de/partner-im-kreisssaal>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyservice.de/partner-im-kreisssaal&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/_10_teaser_725x418.pr

kreisssaal&media=https://www.babyservice.de/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/_10_teaser_725x418.pr

Partner im Kreißaal

[3]

<https://twitter.com/share?text=Der%20Partner%20im%20Krei%C3%9Fsaal&url=https%3A//www.babyservice.de/partner-im-kreisssaal>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyservice.de/partner-im-kreisssaal>

[5] <https://www.babyservice.de/printpdf/3147291>

[6] <https://www.babyservice.de/javascript%3A%3B>