

# INHALT

Vorwort	7
Gute Gründe für eine Autogeburt	9
Der Hebammenmangel	
Die Schließung von Geburtskliniken und Geburtshäusern	
Weite Anfahrtswege bis zum nächsten Krankenhaus	
An der Kreißsaaltür wegen Überfüllung abgewiesen	
Die geplante Autogeburt	22
Wer fährt das Auto ?	
Was nehmen wir mit ?	
Was ziehe ich an ?	
Wann und wo anhalten ?	
Weitere Beifahrer an Bord ?	
Alleinerziehende und Autogeburt	
Geschwisterkinder im Auto	
Die ungeplante Autogeburt	45
Wie sie sich schnell und entspannt auf einen anderen	
Geburtsort einstellen	
Wie sie ihre Auto schnell zum rollenden Kreißsaal umfunktionieren	
Sondersituationen	64
Geburt im Mietwagen- was sie beachten müssen	
Geburt im Taxi- wenn der Taxifahrer zur Hebamme wird	
Geburt in anderen öffentlichen Verkehrsmitteln	
Geburten auf dem Kreißsaalparkplatz- maximale Sicherheit	
Ökologische Alternative: Lastenrad	

## Urban Birthing

### - entspannt gebären auf kleinstem Raum 105

Einführung Urban Birthing- Schweden macht es vor

Geburtsphasen im Auto erleben

Gebärpositionen für den Beifahrersitz

Gebärpositionen für die Rückbank

Hypnobirthing und Traumreisen: Träum Dich ins Krankenhaus

Atmen, Tönen und Entspannen- auch an roten Ampeln

Erstversorgung und Wärmeregulation des Neugeborenen

Memo Mutterkuchen: die Nachgeburtsphase erleben und begleiten

Begleiten und Unterstützen- die wichtige Rolle des Fahrers

### Vorbereitungen für eine entspannte Geburt im Auto 124

Das Autogeburts-Set mit DIY- Nähanleitung für einen Sichtschutz

Gut gekühlt im Handschuhfach: Snacks und Getränke

Wenn Dachbox/Kofferraum zum Gebärpool wird

- außergewöhnliche Geburten im Auto

### Wochenbettbeginn im Wagen 143

Bonding zwischen Handschuhfach und Rücksitzbank

Das erste Anlegen- bequeme Stillpositionen für jedes Automodell

Vom Bauch direkt in die Babyschale- gut angeschnallt mit dem Baby weiterfahren

### Formalitäten und Kosten 164

„Steht das Kennzeichen in der Geburtsurkunde?“

Den genauen Geburtsort festlegen

Die Geburtsanzeige aufgeben

„Verkehrsregeln gelten auch unter der Geburt“

Geburtsorte, an denen sie problemlos anhalten können

### „Autogeburten entlasten unser Gesundheitssystem“ 182

Was kostet eine Autogeburt?

Kann man mit dem Taxifahrer einen Pauschalpreis vereinbaren?

Ist die Kostenübernahme der Wagenreinigung durch die Krankenkasse möglich ?