

Information 6 an unsere Klientinnen und deren Familien betreffend Coronavirus

Bern, 1. Dezember 2021

Liebe Familien und Klientinnen von 9punkt9

Gerne informieren wir Sie über den aktuellen Stand in unserem Praxisbetrieb betreffend der Regelungen im Umgang mit COVID-19. **Im Anhang finden Sie alle nötigen Informationen zum Praxisbetrieb, Hausbesuchen, Vorbereitung auf das Wochenbett, Hausbesuche bei Symptomen oder positivem Test und vieles mehr. Bitte lesen Sie diese aufmerksam durch.**

Wir vom 9punkt9-Team haben durch den vielen Kontakt trotz Impfung ein erhöhtes Risiko, uns anzustecken. Selbstverständlich schützen wir uns bestmöglich davor. Um die Aufrechterhaltung des Praxisbetriebes und aller Hausbesuche zu sichern, arbeiten wir, wenn immer möglich, von zuhause aus und schränken den Kontakt untereinander ein. Auch für Sie sind anstelle von Praxisterminen fernmündliche Beratungen per Telefon oder Zoom möglich.

Wir vom 9punkt9-Team nehmen an der «Together-we-test»-Aktion teil. Dies heisst, dass wir uns alle wöchentlich einem Covid-19-Test unterziehen, um für uns und unsere Klientinnen zusätzliche Sicherheit zu schaffen. [TOGETHER WE TEST - Covid-19-Tests für Betriebe und Schulen | Hirslanden](#)

Wir danken Ihnen für die Kooperation! Unsere Hotline 031 381 99 01 sowie unser Team stehen Ihnen gerne für weitere Fragen zur Verfügung.

Ihr 9punkt9 Team

Praxisbetrieb und Hausbesuche

Die Praxis 9punkt9 ist von Montag bis Freitag geöffnet. Der **Praxisbetrieb** unterliegt jedoch einem strengen Hygienekonzept und alle persönlichen Kontakte finden immer noch unter Einhaltung der behördlich verordneten Hygienemassnahmen statt. **Dies heisst, dass Schwangerschaftskontrollen, individuelle Geburtsvorbereitung, Schwangerschafts-, Spätwochenbett- und Stillberatungen sowie allgemeine Beratungen in der Praxis stattfinden können. Auch die anderen Therapien (Körper- und Psychotherapie) können in der Praxis durchgeführt werden.** Indizierte **Hausbesuche in der Schwangerschaft** sowie **die regulären Wochenbettbesuche finden ebenfalls wie gewohnt statt.** Die Kursleiterinnen informieren Sie direkt über die Durchführung der Kurse.

Grundsätze

- Die folgenden Regelungen betreffen ausschliesslich gesunde, asymptomatische Personen, welche keinen wissentlichen Kontakt mit einer COVID-19-infizierten Person gehabt haben. Dies gilt für Klientinnen sowie Fachpersonen. Der Impf-Status spielt dabei keine Rolle, da auch Geimpfte erkranken oder das Virus weitergeben können.
- Unsere Teammitglieder arbeiten nur in direktem Klientinnenkontakt, wenn sie gesund sind.
- Erkranken Sie oder haben Symptome, begleiten wir Sie selbstverständlich weiter. Es gelten dabei die bereits kommunizierten besonderen Hygienemassnahmen (vgl. nachfolgende Tabellen).
- Gehören Sie oder Ihr Partner zu einer Risikogruppe oder ist es Ihnen lieber, Ihre Beratungen per Telefon- oder Videoberatung und Kurzbesuch durchzuführen, ist dies weiterhin möglich. Sprechen Sie sich diesbezüglich mit unserem Team ab.

Praxis

- Praxistätigkeiten bei gesunden, asymptomatischen Klientinnen und Angehörige finden im regulären Rahmen statt.
- Desinfizieren Sie sich die Hände beim Eintreten in die Praxis mit dem bereitgestellten Händedesinfektionsmittel.
- Weiterhin gilt: Kein Händeschütteln und Wahrung von 2m Distanz, ausser bei körperlichen Untersuchungen.
- Zu Ihrem und unserem Schutz trägt die Hebamme während der ganzen Konsultation oder Beratung eine Schutzmaske und nach Bedarf Handschuhe.
- **Bitte tragen Sie bei Ihrem Aufenthalt in unserer Praxis ebenfalls eine Maske.** Ausgenommen sind Kinder unter 12 Jahren.
- **Bitte halten Sie Abstand.** Obwohl wir Räume haben, in denen der Abstand von 2m eingehalten werden kann, sollen die Masken für die Gespräche nicht ausgezogen werden.
- Kommen Sie pünktlich und nicht zu früh zu Ihrem Termin in der Praxis, damit Sie nicht warten müssen. Im Wartezimmer stehen keine Hefte oder Spielzeug zur Verfügung und es hat nur Platz für 2

Personen. Bei schönem Wetter dürfen Sie gerne auch im Garten Platz nehmen. Informieren Sie uns per SMS, falls Sie dort warten.

- Der Wickeltisch im Wartezimmer steht nicht zur Verfügung. Wickeln Sie Ihr Baby im Praxisraum. Wir geben Ihnen dazu eine Unterlage.

Hausbesuche

- Für Hausbesuche bei gesunden, asymptomatischen Klientinnen und Angehörige finden im regulären Rahmen statt.
- Die Hebamme wird während des Besuches einen Mundschutz und nach Bedarf Handschuhe tragen. Wir bitten Sie, dies ebenfalls zu tun.
- Sorgen Sie dafür, dass immer noch ein Abstand von 2m möglich ist und sich abgesehen vom Partner und Geschwisterkindern keine Personen im gleichen Raum wie Sie und die Hebamme aufhalten.
- Lüften Sie bitte die Wohnung vor dem Hausbesuch wenn immer möglich für 5-10 Minuten gut durch. Das Lüften reduziert nachweislich das Risiko einer Aerosol-Übertragung.
- Für alle Wöchnerinnen: Organisieren Sie bitte eine Babywaage, eine Koffer- oder Fischwaage (Baby in IKEA-Tasche) oder Küchenwaage (bis 5kg), damit Sie das Gewicht Ihres Kindes selbst erfassen können und wir unsere Waage nicht mehrfach benützen müssen.

Folgende Tabelle gibt Ihnen eine Übersicht über die erforderlichen Regeln und Schutzmassnahmen. Wenn Änderungen und Lockerungen möglich sind, informieren wir Sie wieder zeitnah.

Geimpfte oder Nicht-geimpfte 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	Nur Hausbesuch	Nur Hausbesuch	Praxis oder Hausbesuch
Reguläre Kontrolle und Beratung ohne zeitliche Limitierung möglich.	Ausführliche Beratung vor dem Besuch fernmündlich per Video oder Telefon. Persönlicher Kontakt ausschließlich für absolut notwendige klinische Untersuchungen, wenn möglich < 15 Minuten.	Ausführliche Beratung vor dem Besuch fernmündlich per Video oder Telefon. Persönlicher Kontakt ausschließlich für absolut notwendige klinische Untersuchungen, wenn möglich < 15 Minuten.	Reguläre Kontrolle und Beratung ohne zeitliche Limitierung möglich.
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 Schutzmasken während des ganzen Besuches durch Hebamme sowie Klientin und Angehörige (ausgenommen Kinder < 12 Jahren). Tragen von Handschuhen während des Kontaktes mit Körperflüssigkeiten.	Tragen von Schutzmasken während des ganzen Besuches durch Hebamme sowie Klientin und Angehörige (ausgenommen Kinder < 12 Jahren). Tragen von Handschuhen während des Kontaktes mit Körperflüssigkeiten.	Tragen von Schutzmaske, Brille, Schutzkleidern und Handschuhen während des ganzen Besuches. Ankleiden und Auskleiden vor der Haustür. Wegwerfmaterial durch die Familie entsorgen lassen. Die Klientin trägt während des Besuches ebenfalls eine Schutzmaske.	Tragen von Schutzmasken während des ganzen Besuches durch Hebamme sowie Klientin und Angehörige (ausgenommen Kinder < 12 Jahren). Tragen von Handschuhen während des Kontaktes mit Körperflüssigkeiten. Achtung: Das Virus kann auch von Personen übertragen werden, welche selbst bereits immun sind!
Nach dem Ausziehen der Handschuhe → 1 Min. Händedesinfektion	Vor und nach Ausziehen der Handschuhe und Schutzmaske → 1 Min. Händedesinfektion	Vor und nach Ausziehen der Handschuhe, Maske und Schutzanzug → 1 Min. Händedesinfektion	Nach dem Ausziehen der Handschuhe → 1 Min. Händedesinfektion
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-Isolierung / Baby darf bei Mutter sein – stillen empfohlen	Baby darf bei Mutter sein – stillen empfohlen – Besuch gemäß BAG

Für folgende Klientinnen gelten weiterhin die untenstehenden strengeren Hygienemassnahmen:

- Klientinnen in **Selbst-Quarantäne**, welche Kontakt zu einer Person mit Symptomen oder bestätigtem COVID-19-Fall hatten (orange Spalte)
- Selbst betroffene Klientinnen in **Selbst-Isolierung** mit Symptomen oder bestätigter COVID-19-Infektion (rote Spalte)

Praxistätigkeiten, bei denen klinische Untersuchungen nicht zwingend notwendig sind, sollen fernmündlich, also per Telefon oder Video durchgeführt werden:

- Schwangerschaftsberatung
- Individuelle Geburtsvorbereitung
- Wochenbettverlauf ohne Komplikationen
- Allg. Stillberatungen
- Allg. Beratungen zu Entwicklungs- und Erziehungsfragen sowie Alltag mit Ihrem Säugling
- 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 fernmündlich, also per Telefon oder Video 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 Uterus selbst tasten)
- Anleitung und Unterstützung beim Stillen, Milchstau, Brustentzündungen etc. (auch hier ist vieles per Skype möglich)
- Beurteilung der Gelbsucht (Ikterus), Blutentnahmen, Neugeborenencreening und Pulsoxymetrie-Screening beim Kind

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

Gepplante Hausgeburt

Für Frauen mit Symptomen oder nachgewiesenem COVID-19 wird eine Hausgeburt grundsätzlich nicht empfohlen. Es muss jedoch jeder Fall einzeln betrachtet und gemeinsam mit der Hebamme und Arzt/Ärztin entschieden werden.

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
- 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>
- The Royal College of Obstetricians and Gynaecologists RCOG (2020). Coronavirus (COVID-19) Infection in Pregnancy ; Information for healthcare professionals