



Wann ich mich melde

Ein ruhiger Merkzettel für Momente, in denen du nicht allein entscheiden möchtest. Er ersetzt keine medizinische Einschätzung.

Ich hole ärztliche Hilfe, Klinik- oder Notfallhilfe, wenn ...

- ich Schmerzen, Fieber, starke Rötung oder eine plötzliche Verschlechterung bemerke.
- mein Kind deutlich schlapper wirkt, ungewöhnlich schlecht trinkt oder ich mir ernsthaft Sorgen mache.
- Ausscheidung, Gewicht oder Trinkmenge anders sind als mit dem Team vereinbart.

Bei akuter Atemnot, Bewusstseinsveränderung, schwerer Krankheits Sorge oder anderen Notfallsymptomen bitte sofort den lokalen Notruf oder die zuständige Notfallversorgung nutzen.

Ich frage Hebamme oder Stillberatung, wenn ...

- ich nicht weiss, ob Milch noch verwendet werden soll oder wie sie gelagert wurde.
- Pumpen, Stillen oder Füttern so belastend wird, dass ich Unterstützung brauche.

Wer ist für was erreichbar?

Thema	Kontakt	Telefon / Weg	Erreichbarkeit

Meine vorher vereinbarten Hinweise

Vereinbarung	Von wem?

Wenn ich unsicher bin

- Ich schreibe kurz auf, was passiert ist und seit wann.
- Ich lege vorhandene Protokolle, Fragen und Telefonnummern bereit.
- Ich frage lieber einmal früher nach, statt allein mit Druck zu warten.