

Babyzeit – Ihr Begleiter für die Zeit vor und nach der Geburt.

Ein neuer Lebensabschnitt beginnt: Sie erwarten ein Baby.

Schwangerschaftswoche	Was und wo?	Benötigte Unterlagen	Bemerkung	Leistungen Ihrer mhplus	Notizen
5./6. Woche	Frauenärztin/-arzt: Bestätigung der Schwangerschaft und Bestimmung des Geburtstermins		Bei allen Arzneimittelfragen während der Schwangerschaft steht Ihnen Ihr Gynäkologe als erster Ansprechpartner zur Seite.	Schwangerschaftsbudget: Pro Schwangerschaft steht Ihnen ein Budget von 150 Euro für zusätzliche Leistungen und Untersuchungen zu Verfügung. Alle Leistungen und weitere Informationen finden Sie unter www.mhplus.de/schwangerschaft	
6. Woche				BabyCare: Ein spezielles Vorsorge- und Begleitprogramm in Form eines Handbuchs und einer Entspannungs-CD gibt Tipps für eine gesunde Schwangerschaft und trägt so zur Sicherstellung einer ausreichenden Schwangerschaftsdauer bei.	
7. Woche	Frauenärztin/-arzt: Toxoplasmose-Test		Kostenpflichtige IGeL-Leistung*; bitte Rücksprache mit dem Arzt halten	FamiliePlus: Der Newsletter informiert Sie abgestimmt auf Ihre Schwangerschaftswoche über wichtige Themen rund um die Gesundheit Ihres Kindes während und nach der Schwangerschaft.	
8. Woche	Frauenärztin/-arzt: 1. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung			Mein Baby-Ratgeber: Mamas und Papas erhalten in unserem Online-Ratgeber viele interessante Informationen und hilfreiche Tipps unter www.mhplus.de/baby-ratgeber	
9. Woche	Frauenärztin/-arzt: 1. Ultraschalluntersuchung und Ausstellung des Mutterpasses				
10. Woche	Frauenärztin/-arzt: Pränatale Untersuchung (Chorionzottenbiopsie) ist jetzt möglich.	Mutterpass	Kostenpflichtige IGeL-Leistung*; bitte Rücksprache mit dem Arzt halten		
12. Woche	Frauenärztin/-arzt: 2. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass		3D-/4D-Ultraschalluntersuchung: Der 3D-/4D-Ultraschall ermöglicht eine räumliche Darstellung des Ungeborenen sowie einzelner Organe und Körperpartien des Kindes. Die Untersuchung wird im Rahmen des Schwangerschaftsbudgets von Ihrer mhplus bezuschusst.	
	Frauenärztin/-arzt: Nackenfaltenmessung ist möglich.	Mutterpass	Kostenpflichtige IGeL-Leistung*; bitte Rücksprache mit dem Arzt halten		
	Hebamme: Haben Sie sich schon eine Hebamme gesucht? Haben Sie sich schon zu einem Geburtsvorbereitungskurs angemeldet?		Die Adressen von Hebammen bekommen Sie von Ihrer mhplus.	Geburtsvorbereitung: Die mhplus übernimmt einen Teil der Kosten für einen Geburtsvorbereitungskurs. Kurstermine werden von Ihrer Hebamme koordiniert. Der Kurs umfasst Informationen über den Schwangerschaftsverlauf, die physische und psychische Vorbereitung auf Geburt und Wochenbett, gymnastische Übungen, Entspannungsübungen und Übungen zur Atemtechnik. Ihre mhplus beteiligt sich auch an den Kosten für Ihren Partner mit einem Zuschuss in Höhe von 23,88 Euro.	
13. Woche	Arbeitgeber: Wurde der Arbeitgeber schon über die Schwangerschaft informiert?				
14. Woche	Frauenärztin/-arzt: Pränatale Untersuchung (Fruchtwasseruntersuchung) ist jetzt möglich.	Mutterpass	Kostenpflichtige IGeL-Leistung*; bitte Rücksprache mit dem Arzt halten		
15. Woche	Frauenärztin/-arzt: Mit etwas Glück kann der Arzt nun das Geschlecht erkennen.				
16. Woche	Frauenärztin/-arzt: 3. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass			
	Frauenärztin/-arzt: Pränatale Untersuchung (Triple-Test) ist jetzt möglich.	Mutterpass	Kostenpflichtige IGeL-Leistung*; bitte Rücksprache mit dem Arzt halten		
17. Woche	Stadt: Haben Sie sich schon über einen Krippenplatz Gedanken gemacht?				
19. – 22. Woche	Frauenärztin/-arzt: 2. Basis-Ultraschalluntersuchung	Mutterpass	Beim zweiten Ultraschall können Sie zwischen zwei Alternativen wählen, um eventuelle Auffälligkeiten zu erkennen: a) Basis-Ultraschalluntersuchung b) erweiterte Basis-Ultraschalluntersuchung		
20. Woche	Halbzeit – ab jetzt kann es sein, dass Sie Ihr Baby spüren.				
	Frauenärztin/-arzt: 4. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass			
23. Woche	Wollen Sie Ihr Nabelschnurblut einfrieren lassen? Dann sollten Sie jetzt schon alle weiteren Schritte veranlassen.		Kostenpflichtige IGeL-Leistung*; bitte Rücksprache mit dem Arzt halten		
24. Woche	Frauenärztin/-arzt: 5. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass			
	Frauenärztin/-arzt: Glukosetoleranztest (Schwangerschaftsdiabetes) ist jetzt möglich.	Mutterpass			
27. Woche	Haben Sie sich schon einen Geburtsort ausgesucht?			Entbindung in Geburtshäusern: Die mhplus übernimmt max. 707 Euro bei einer Entbindung in einem Geburtshaus. Auch bei den Kosten für die Hebamme unterstützen wir Sie. Wir informieren Sie gern!	
28. Woche	Frauenärztin/-arzt: 6. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass			
29. Woche	Frauenärztin/-arzt: 3. Ultraschalluntersuchung	Mutterpass			
32. Woche	Frauenärztin/-arzt: 7. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass			
33. Woche	Haben Sie schon Ihre Tasche für die Entbindung gepackt?				
34. Woche	Frauenärztin/-arzt: 8. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass			
	mhplus Krankenkasse: Haben Sie schon Ihr Mutterschaftsgeld beantragt?	Bescheinigung über voraussichtlichen Entbindungstag	mhplus Krankenkasse, 71632 Ludwigsburg Telefon 07141 9790-0		
	Arbeitgeber: Elternzeit beantragen		Der Antrag muss schriftlich erfolgen (spätestens sieben Wochen vor dem geplanten Beginn der Elternzeit) und muss Angaben über die Dauer der Elternzeit beinhalten.		
35. Woche	Ihr Mutterschutz beginnt.				
36. Woche	Frauenärztin/-arzt: 9. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass		Hebammenrufbereitschaft: Ihre freiberuflich tätige Hebamme, die als Leistungserbringer zugelassen ist, ist von der 38.–42. Schwangerschaftswoche 24 Stunden am Tag für Sie als werdende Mutter erreichbar und steht zur Verfügung, wenn sich die Geburt Ihres Kindes ankündigt. Ihre mhplus unterstützt Sie mit bis zu 250 Euro je Schwangerschaft.	
38. Woche	Frauenärztin/-arzt: 10. Schwangerschafts-Vorsorgeuntersuchung	Mutterpass		Ihr Kind soll genauso gut krankenversichert sein wie Sie? Dann informieren Sie sich bereits jetzt über die kostenfreie Familienversicherung bei Ihrer mhplus! Weitere Informationen und den Antrag zum Ausfüllen finden Sie unter www.mhplus.de	
	Arbeitgeber: Haben Sie schon mit Ihrem Arbeitgeber geklärt, ob Sie einen Anspruch auf Sonderurlaub haben?				
	Haben Sie sich schon über die Kinderärzte in Ihrer Nähe informiert?				
	Jugendamt: Haben Sie sich schon um die Vaterschaftsanerkennung gekümmert?	1) Ausweise der Eltern 2) Geburtsurkunden der Eltern	Dies ist nur notwendig, wenn Sie nicht mit dem Vater Ihres Kindes verheiratet sind.		
40. Woche	Frauenärztin/-arzt: Ab jetzt geht es täglich zum Frauenarzt – Ihr Baby kommt bald.	Mutterpass			

Und nach der Schwangerschaft? Auf der Rückseite finden Sie alles zu den ersten Lebensmonaten mit Ihrem Kind.

Eine gute Vorbereitung bedeutet, beruhigt
in die Zukunft blicken zu können.



mhplus

Krankenkasse.

Babyzeit – Ihr Begleiter für die Zeit vor und nach der Geburt. Herzlichen Glückwunsch, Ihr Sonnenschein ist jetzt da.

Alter des Kindes	Was und wo?	Benötigte Unterlagen	Bemerkung	Leistungen Ihrer mhplus	Notizen
1. + 5. + 10. Lebensminute	Geburtsstätte: APGAR-Score-Untersuchung des Kindes (Messen, Wiegen, Blut- und Nabelschnuruntersuchung)				
2.–4. Lebensstunde	Geburtsstätte: U1-Untersuchung				
1. Lebenswoche	Standesamt des Geburtsortes: Beantragen und Abholen der Geburtsurkunde	1) Geburtsbescheinigung der Klinik 2) Personalausweis 3) Ggf. Heiratsurkunde oder beglaubigte Abschrift aus Familienbuch	Bei der Anmeldung Ihres Kindes beim Standesamt bekommen Sie alle nötigen Geburtsbescheinigungen, z. B. fürs Elterngeld, Kindergeld oder für Ihre Krankenkasse. Fragen Sie einfach nach.	Baby-Bonus: Frischgebackene Eltern können für Früherkennungsuntersuchungen Punkte sammeln und in unserem Prämienshop gegen tolle Sachprämien eintauschen oder 100 Euro Geldprämie kassieren. Lassen Sie dazu einfach die U1- bis U4-Untersuchungen in Ihrem Baby-Bonusheft der mhplus eintragen.	
	mhplus Krankenkasse: Krankenversicherung fürs Kind	1) Original-Geburtsurkunde 2) Familienfragebogen 3) Ggf. Einkommensnachweise	mhplus Krankenkasse 71632 Ludwigsburg Telefon 07141 9790-0	Kostenfreie Familienversicherung bei Ihrer mhplus.	
	Einwohnermeldeamt: Anmeldung des Kindes	1) Personalausweis oder Pass 2) Geburtsurkunde des Kindes 3) Ggf. Lichtbild für Kinderpass			
	Finanzamt: Kinderfreibetrag	Seit Einführung der elektronischen Lohnsteuerkarte werden Ihre erforderlichen Daten für die Kinderfreibeträge automatisch an das Finanzamt weitergeleitet. Sie müssen sich um nichts kümmern.			
	Familienkasse des örtlich zuständigen Arbeitsamts: Kindergeld beantragen	1) Ausgefüllter Antrag von der Familienkasse 2) Original-Geburtsurkunde			
	mhplus Krankenkasse: Haben Sie Interesse an einer privaten Zusatzversicherung für Ihr Baby?		mhplus Krankenkasse 71632 Ludwigsburg Telefon 07141 9790-0		
3.–10. Lebenstag	Geburtsstätte: U2-Untersuchung				
1.–3. Lebensmonat	Elterngeldstelle: Elterngeld beantragen	1) Von beiden Elternteilen unterschriebener Antrag auf Elterngeld (Ausnahme: alleiniges Sorgerecht) 2) Original-Geburtsurkunde 3) Bescheinigung der mhplus über Mutterschaftsgeldzahlung 4) Bescheinigung des Arbeitgebers über Zuschuss zum Mutterschaftsgeld 5) Einkommenserklärung bzw. Lohn- und Gehaltsnachweise	Nähere Informationen finden Sie auf den Seiten des Bundesministeriums für Familie unter: www.bmfsfj.de	Geschenk zur Geburt: Zur Geburt Ihres Sonnenscheins erhalten Sie von Ihrer mhplus ein kleines Geschenk. Fragen Sie nach! Rückbildungsgymnastik: Die Rückbildungsgymnastik wird durch zugelassene Hebammen nach der Geburt durchgeführt und abgerechnet. Die mhplus übernimmt die Kosten als Regelleistung, wenn der Kurs bis Ende des 9. Monats nach der Geburt abgeschlossen ist. Die Terminabsprache erfolgt zwischen Ihnen und Ihrer Hebamme.	
4.–5. Lebenswoche	Kinderärztin/-arzt: U3-Untersuchung				
6. Lebenswoche			Schutzimpfungen: Lassen Sie sich von Ihrem Kinderarzt intensiv über mögliche Impfungen für Ihr Kind beraten. Weitere Infos zum Thema Impfungen erhalten Sie auf den Internetseiten des Robert-Koch-Instituts, zum Beispiel Empfehlungen der Ständigen Impfkommission und den Impfkalender: www.rki.de .		
3.–4. Lebensmonat	Kinderärztin/-arzt: U4-Untersuchung				

Weitere Informationen erhalten Sie auch über die Homepage des Bundesministeriums für Familie unter www.bmfsfj.de.

Oder Sie wenden sich an uns: 07141 9790-0, www.mhplus.de