

Haushaltshilfe im Wochenbett

Jeder Familie ist die Unterstützung im Frühwochenbett durch eine Haushaltshilfe nur anzuraten! Früher, als die meisten Menschen in einem größeren Familienverbund lebten, wurden die Aufgaben der Haushaltshilfe von verschiedenen, meist weiblichen Personen übernommen.

Heute führt die Isolation der Kleinfamilie dazu, dass Frauen kein Wochenbett erleben beziehungsweise ungeübte Männer meist überfordert sind, zumal sie in dieser verunsichernden Situation selbst bedürftig sind.

Oft bieten sich Mütter und Schwiegermutter als Hilfe an. Ich habe selten erlebt, dass dies wirklich gutgeht. Gerade beim ersten Kind haben noch zu viele Frauen "eine Leiche im Keller", soll heißen, haben ihre Konflikte mit der eigenen Mutter mehr unter den Teppich gekehrt als aufgearbeitet. Und gerade diese Konflikte, Identifikationen und Abgrenzungen werden in der Schwangerschaft, unter der Geburt und im Wochenbett aktiviert. Besonders das Stillen kann sehr unter dem Einfluss der Großmütter leiden. Nur wenige Omas haben die Souveränität zu sagen: "Ihr macht das heute viel schöner. Wir durften damals dies und das nicht..." und ihre Traurigkeit über Versäumtes zuzulassen. Eher gibt es Diskussionen über "Verwöhnen", Nach-Bedarf-Stillen und im-Bett-der-Eltern-schlafen.

Ist es ein zweites oder drittes Kind, so sind diese Dinge meist ausgestanden, die Oma liebt ihr Enkelkind, das sie trotz anderer Erziehung ziemlich gut geraten findet und das "große" Kind freut sich meist, mit der Oma etwas zu unternehmen - und verwöhnt zu werden.

Lieber aber empfehle ich die Versorgung der jungen Eltern durch Geschwister oder FreundInnen. Dies muss vorher verbindlich abgesprochen werden. Auch die Tatsache, dass der endgültige Betreuungszeitraum sich verschieben kann, muss erwähnt werden.

Bei einem Treffen gegen Ende der Schwangerschaft sollte geklärt werden, was die Aufgaben der Haushaltshilfe sein sollen. Soll sie den ganzen Haushalt versorgen? Kann sie dies eigenständig? Es nützt nämlich nicht viel, wenn diese Person sich nicht traut, mutig in der Küche alle Schränke zu öffnen, sondern für jede Kleinigkeit die Wöchnerin befragt, die doch endlich mal ein Mützchen Schlaf nehmen möchte.

Vielleicht kocht der Partner gern, so dass die Haushaltshilfe für die Wäsche, Einkäufe und das Saubermachen zuständig ist.

Sind schon Kinder da, aber kein Opa, so wird der junge Vater sich hauptsächlich um die Geschwister, die ja vielleicht etwas von der Rolle sind, kümmern und froh darüber sein, dass eine andere Person den Haushalt versorgt.

Möchten die jungen Eltern möglichst viel "allein zu dritt" sein und können sich gar nicht vorstellen, dass eine Außenstehende in der Wohnung herumwuselt, so sollten sie zumindest die Möglichkeit organisieren, dass FreundInnen einkaufen, Essen vorbei bringen oder mal für zwei, drei Stunden zum Saubermachen vorbeikommen.

Überhaupt kann es ratsam sein, die Unterstützung etwas zu strecken, so dass auch nach zwei Wochen noch Hilfe möglich ist. Meist ist dies ja der Zeitpunkt, wo die Männer spätestens wieder arbeiten müssen.

Ist der Mann berufstätig und wird die Haushaltshilfe nicht durch eine/n Verwandte/n geleistet, so hat die Frau einen Anspruch darauf (§ 199 RVO), dass ihre Krankenkasse diese Leistung bezahlt. Dieser Anspruch bezieht sich auf die ersten Tage nach der Geburt, die üblicherweise in der Klinik verbracht werden. Meist wird für fünf oder sechs Tage gezahlt, und zwar für acht Stunden pro Tag. Kann der Mann eine längere Abwesenheit begründen (langer Fahrtweg etc.), so wird auch mehr gezahlt.

Fälschlicherweise wird häufig angenommen, dass diese Leistung erst ab dem zweiten Kind bezahlt wird. Als Voraussetzung wird ein Kind unter sechs Jahren im Haushalt verlangt; diese Forderung erfüllt das Neugeborene.

Gibt es eine medizinische Indikation, die für eine Haushaltshilfe über die Dauer des üblichen, stationären Aufenthaltes hinaus spricht, so verlangen die Kassen häufig eine ärztliche Verordnung.

Schon in der Schwangerschaft sollte sich die Frau von ihrer Krankenkasse einen Antrag auf Haushaltshilfe besorgen, den sie dann im Wochenbett gegebenenfalls mit Unterstützung der Hebamme ausfüllt. Gemeinsam mit der Bescheinigung durch die Hebamme (siehe Abbildung) und der Quittung der Haushaltshilfe über den erhaltenen Betrag wird der Antrag zur Erstattung eingereicht.

Für Verwandte übernimmt die Kasse nur Fahrgeld.

Unabhängig von der Möglichkeit einer Kostenübernahme durch die Kasse empfehle ich jeder Familie, sich eine Haushaltshilfe im Frühwochenbett zu gönnen!

© Frauke Lippens, Hebammenpraxis Jarrestrasse