Geboren in Bad Oeynhausen

Krankenhaus Bad Oeynhausen
MEDIZIN CAMPUS OWL
RUHR UNIVERSITÄT BOCHUM RUB

Krankenhaus Bad Oeynhausen
Mühlenkreiskliniken AöR

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Direktor Dr. med. Manfred Schmitt
Wielandstraße 28 · 32545 Bad Oeynhausen
manfred.schmitt@muehlenkreiskliniken.de
www.muehlenkreiskliniken.de

Sekretariat der Klinik
Matina Krusebecker
Telefon 0 57 31 / 77 14 33 · Fax 0 57 31 / 77 14 32
matina.krusebecker@muehlenkreiskliniken.de

Kreißsaalteam: Telefon 0 57 31 / 77 11 67
Station 16: Telefon 0 57 31 / 77 11 62
Kinderzimmer: Telefon 0 57 31 / 77 11 68

© www.pape-partner.com | 06/2020

Geboren in Bad Oeynhausen

Informationen für werdende Eltern

Krankenhaus Bad Oeynhausen
MEDIZIN CAMPUS OWL
RUHR UNIVERSITÄT BOCHUM RUB

Herzlich willkommen in Bad Oeynhausen

Als Direktor der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe freue ich mich, Sie begrüßen zu dürfen. Die Geburt ist ein natürliches und sehr persönliches Erlebnis. Unser Anliegen ist es, die Sicherheit, die die moderne Medizin bietet, mit möglichst vielen familiären Elementen zu vereinen. Wenn Sie sich entscheiden, unsere Unterstützung bei der Geburt Ihres Kindes zu wählen, werden wir Ihnen mit Rat und Tat zur Seite stehen.
Sie können sich bei uns sicher und geborgen fühlen. Hier, im Krankenhaus Bad Oeynhausen, ist der Ort, an dem Sie Ihr neues Familienmitglied in die Arme schließen können.

Dr. med. Manfred Schmitt
Direktor

Rund um den Kreißsaal

Wir, das Team rund um den Kreißsaal, sind Partner für werdende Mütter und Väter. In der besonderen Zeit von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett stehen wir Ihnen zur Seite.
Unser Hebammenteam ist im Drei-Schichten-Rhythmus im Kreißsaal rund um die Uhr anwesend.

In unseren beiden modern und freundlich eingerichteten Kreißsälen erfahren Schwangere eine individuelle, einfühlsame und kompetente Betreuung.

Neben dem Entbindungsbett stehen in den Kreißsälen ein Gebärhocker und eine Entbindungswanne zur Auswahl. Selbstverständlich kommen bei uns auch alternative Unterstützungsmöglichkeiten wie Aromatherapie, Akupunktur, Homöopathie, Entspannungsbad und Sprossenwand zur Anwendung. In einem gemütlich eingerichteten Wehenzimmer können sich werdende Eltern entspannen und die heimische Atmosphähre genießen.

Für die Ankunft im Kreißsaal und während des Aufenthaltes im Kreißsaal stehen Ihnen die beiden „Storchenparkplätze" auf dem Krankenhausvorplatz zur Verfügung.

Informationsabende und Kreißsaalführungen

bieten die Möglichkeit, sich bereits vor der Geburt mit unserem Haus vertraut zu machen.
Jeden Montag und Freitag ist in der Zeit von 8 Uhr bis 14.30 Uhr eine Hebamme für eine individuelle Beratung und Anmeldung für Sie da. Für eine Terminvergabe rufen Sie bitte unter der Telefonnummer 0 57 31 / 77 11 67 im Kreißsaal an.

Mittwochs von 8 bis 14.30 Uhr steht Ihnen ab der 34 Schwangerschaftswoche (SSW) Direktor Dr. Manfred Schmitt im Rahmen einer Sprechstunde für die Geburtsplanung zur Verfügung – insbesondere bei erwarteten komplizierten Schwangerschafts- und Geburtsverläufen. Bitte bringen Sie zu dem etwa einstündigen Gespräch eine Überweisung zur Geburtsplanung Ihres Gynäkologen beziehungsweise Ihrer Gynäkologin mit.
Eine Anmeldung hierzu ist auch über das Chefarztsekretariat unter der Rufnummer 0 57 31 / 77 14 33 möglich.

Werdende Eltern können sich auch ohne Anmeldung an jedem zweiten Montag des Monats im Rahmen unserer regelmäßigen Infoabende ab 19.30 Uhr ein Bild unserer Räumlichkeiten und unseres Teams machen.

Während der Infoabende werden Sie über monatlich wechselnde Themen informiert:
- **Schwangerschaft und normale Geburt**
- **Schmerzbehandlung unter der Geburt und Kaiserschnitt**
- **Stillen und Wochenbett**

– Neu –
Wählbares
Angebot

Hebammenkreißsaal – Das Beste aus zwei Welten

In der Vergangenheit konnten sich werdende Mütter zwischen zwei Möglichkeiten entscheiden: eine außerklinische Geburt in einem Geburtshaus oder eine Geburt im ärztlich geleiteten Kreißsaal in einem Krankenhaus.

Das Krankenhaus Bad Oeynhausen bietet nun zusätzlich eine weitere Möglichkeit: den Hebammenkreißsaal.

Der Hebammenkreißsaal ist ein neues Betreuungsangebot, bei dem die Schwangere vvon der Aufnahme über die Geburt und das frühe Wochenbett bis zur Entlassung kontinuierlich und individuell von Hebammen betreut wird. Grundlage des Angebots bildet die Auffassung, dass Schwangerschaft, Geburt und das Wochenbett natürliche Prozesse im Leben einer Frau sind, die keiner ärztlichen Hilfe bedürfen.

Diese Fähigkeit möchten wir individuell fördern und die physiologische Geburt ohne medizinische Interventionen wie Wehenmittel, PDA oder Saugglocke unterstützen. Die Stärkung der Eigenständigkeit, Selbst- und Mitbestimmung der Gebärenden ist unser Anliegen, um so eine selbstbestimmte Geburt zu erleben.

Sollten sich im Geburtsverlauf Auffälligkeiten ergeben, so ist unser Ärzteteam jederzeit verfügbar, um die Geburt weiter mit zu begleiten. Es ist kein Wechsel von Räumlichkeiten und Hebamme nötig, es entsteht keine zeitliche Verzögerung.

Die hebammengeführte Geburt bietet Geborgenheit, Selbstbestimmung und maximale Sicherheit.

Die Vorteile

- Hausgeburtsatmosphäre mit Versorgungssicherheit eines Kreißsaals
- Hohe Betreuungskontinuität durch erfahrene Hebammen von der Aufnahme bis zur Entlassung
- Interventionsarme, natürliche Geburt
- Eigenständigkeit und Selbstbestimmung der Frau
- Geringe Geburtseinleitung und Dammschnittrate

Der Weg zur hebammengeleiteten Geburt

Folgende Schritte sind notwendig:

- Ihr betreuender Frauenarzt/Ihre betreuende Frauenärztin wird im Laufe der Vorsorgeuntersuchungen feststellen, ob Ihre Schwangerschaft unauffällig verläuft.
- Wir laden Sie und Ihren Partner zu zwei Vorgesprächen (etwa 28. und 36. Schwangerschaftswoche) ein.
- Dort besteht die Gelegenheit, Ihre Fragen und Wünsche individuell zu besprechen und gemeinsam durch einen Kriterienkatalog festzustellen, ob eine hebammengeleitete Geburt für Sie infrage kommt.
- Während des Vorgesprächs besteht auch die Möglichkeit einer ärztlichen Beratung.

Individuelle Betreuung und Beratung auf der Station

Unser Team aus Kranken- und Kinderkrankenschwestern möchte Ihnen in einer freundlichen Atmosphäre in den Tagen vor und nach der Geburt zur Seite stehen. Als Eltern können Sie die Pflege Ihres Kindes eigenverantwortlich übernehmen, dabei aber jederzeit auf die Beratung und Unterstützung durch uns zurückgreifen.

Wir empfehlen Ihnen Ihr Baby Tag und Nacht bei sich zu behalten. Sie können aber auch, wenn Sie zum Beispiel sehr erschöpft sind, die nächtliche Versorgung Ihres Kindes zeitweise den Schwestern überlassen. Unser Ziel ist es, Ihr Vertrauen in Ihre eigenen Fähigkeiten als Eltern zu stärken, damit Sie für zu Hause gut gewappnet sind. Möchten Sie gleich von Anfang an gemeinsam als Elternpaar den neuen Alltag mit Ihrem Baby kennenlernen und selbstständig meistern, besteht die Möglichkeit gegen einen Aufpreis ein Familienzimmer auf der benachbarten Station zu buchen (siehe Familienzimmer).

Folgende Routineuntersuchungen werden bei Ihrem Kind durchgeführt

- Erweitertes Neugeborenenscreening mit Mukovizidose-Test (frühestens 36 Stunden nach der Geburt)
- Funktionsüberprüfung des Innenohrs
- U2 durch niedergelassene Kinderärzte mit Pulsoxymetrie und Augenspiegel (frühestens 48 Stunden nach der Geburt)

Für den ersten gemeinsamen Spaziergang steht Ihnen der stationseigene Kinderwagen zur Verfügung, für Baby-Kleidung ist gesorgt. Bei uns haben Sie die Möglichkeit, das Frühstücks- und Abendbuffet in gemütlicher Atmosphäre zu sich zu nehmen und sich mit anderen Wöchnerinnen und Patientinnen auszutauschen.

Auf Vorbestellung kann Ihre Familie am Wochenende am gemeinsamen Frühstück mit Ihnen teilnehmen. Eine Preisliste hängt im Frühstücksraum aus.

Zur Begleitung vor, während und nach der Geburt bieten wir Ihnen auf der Station gern homöopathische und physiotherapeutische Konzeptean, zum Beispiel bei vorzeitigen Wehen, Terminüberschreitungen und ähnlichem. Dazu zählen und anderem Tee- und Aromatherapie sowie Akupunktur und Taping. Physiotherapeuten geben Ihnen erste Anleitungen zur Wochenbettgymnastik.

Auf der Station gibt es ein separates Still- und Wickelzimmer, in dem Geschwisterkinder und auch die Großeltern den Eltern beim Wickeln über die Schulter schauen können. Das Stillen ist der Beginn einer innigen Mutter-Kind-Beziehung. Sie können Ihr Kind so stillen, wie es den Wünschen und dem Bedarf Ihres Kindes entspricht.

Wir stehen Ihnen jederzeit mit Rat zur Verfügung. Außerdem besucht Sie täglich eine Hebamme zur Wochenbettvisite, auch in den Familienzimmern.

Familienzimmer

Mit der Buchung eines Familienzimmers bieten wir Ihnen die Möglichkeit, schon in den ersten Stunden und Tagen nach der Geburt Ihres Babys in das neue Familienleben hinein zu wachsen. In geschützter Umgebung soll Ihnen die Ruhe des Erholens, die Zeit des sich Verliebens, miteinander Vertrautwerdens und sich Kennenlernens mit Ihrem Baby gegeben werden – abseits von Besuchern, Telefonaten und Terminen.

Damit wir diese besondere Zeit so selten wie möglich stören, beschränken wir uns in den Familienzimmern auf die tägliche Wochenbettvisite. Wir unterstützen Sie nach der ersten ausführlichen Anleitung des Wickelns im Kinderzimmer und des Stillens bei Bedarf auf Anfrage. Versuchen Sie, so schnell wie möglich selbstständig Ihrer Intuition nach den Bedürfnissen Ihres Kindes auf die Spur zu kommen.

Voraussetzung für die Aufnahme in ein Familienzimmer ist, dass die junge Mutter nach der Geburt in einer stabilen körperlichen Verfassung ist. Das heißt nach einem Kaiserschnitt kann die Verlegung ins Familienzimmer zum Partner erst nach abgeschlossener postoperativen Versorgung am dritten Tag nach der Geburt erfolgen.

Familienzimmer bedeutet:
Der Mann umsorgt seine Familie: Frau und Kind, er unterstützt zum Beispiel seine Frau beim Aufstehen, begleitet sie, wenn nötig, zur Dusche und Toilette, übernimmt das Besorgen des Frühstücks, Mittagessens und des Abendessens vom Buffet sowie das Aufräumen und Abräumen. Zweimal täglich stellen Sie sich als Familie am Dienstzimmer vor, um zum Beispiel den Blutdruck messen oder Ihr Baby wiegen zu lassen.
Sollte ein Bettwäschewechsel notwendig sein oder Hygieneartikel aufgefüllt werden müssen, wenden Sie sich bitte im Dienstzimmer an uns.

Die Versorung Ihres neugeborenen Babys übernehmen Sie selbst (24-Stunden-Rooming-In). Wenn Sie unsere Hilfe benötigen und Fragen haben, können Sie zu uns an das Dienst- beziehungsweise Kinderzimmer kommen, auch da wickeln, sich beraten lassen und gegebenenfalls Nahrung für das Baby abholen. Daher versteht es sich von selbst, dass die Buchung eines Familienzimmers nur dann einen Sinn ergibt und erlaubt ist, wenn der Partner nicht nur stundenweise, sondern den **gesamten Aufenthalt vor Ort ist**. Die Aufnahme von Geschwisterkindern ist nicht möglich und nicht erlaubt, Besuche natürlich gern.

So werden Sie schon von Beginn an im Umgang mit Ihrem neugeborenen Baby an Sicherheit gewinnen und einen guten Einstieg in den Familienalltag zu Hause haben. Denn in jedem Anfang wohnt ein Zauber inne, eine ganz besondere Zeit, das Wochenbett im Leben einer jeden Familie.

Auch nach der Entlassung (dritter Tag nach einer normalen Geburt, bzw. fünfter Tag nach Kaiserschnitt) stehen wir Ihnen gerne weiter für Fragen zur Verfügung. Sie erreichen uns unter der Telefonnummer 0 57 31 / 77 11 62 oder 77 11 67.

Unser medizinisches Netzwerk gibt Sicherheit

Insbesondere bei Geburten von Kindern mit angeborenem, vorgeburtlich durch Ultraschall festgestelltem Herzfehler, bei Müttern mit angeborenem Herzfehler sowie bei Kindern von Müttern mit bestehender oder während der Schwangerschaft aufgetretener Blutzuckererkrankung ziehen wir die Kinderärzte des Herz- und Diabeteszentrums zur Geburt und zur Neugeborenenerstversorgung hinzu.
Diese Kinderärzte stehen jederzeit zur Betreuung unserer Neugeborenen bereit und können unseren Kreißsaal und die Wochenstation innerhalb weniger Minuten erreichen.

In anderen speziellen Fällen besteht im Rahmen des Klinikverbundes der Mühlenkreiskliniken eine enge Zusammenarbeit mit der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendmedizin des Johannes Wesling Klinikums Minden, einem Perinatalzentrum der Stufe 1.

MKK Krankenhaus Bad Oeynhausen | MEDIZIN CAMPUS OWL RUHR UNIVERSITÄT BOCHUM RUB

MKK Johannes Wesling Klinikum Minden | UKRUB UNIVERSITÄTSKLINIKUM DER RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

HDZ NRW | UKRUB UNIVERSITÄTSKLINIKUM DER RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM

www.fotolia.de

www.istockphoto.com

Ernährungsempfehlungen in Schwangerschaft und Stillzeit

Häufig sind Patientinnen unsicher, was sie in der Schwangerschaft beziehungsweise Stillzeit essen und trinken dürfen oder sollen. Wir haben hier einige wichtige Dinge zusammengefasst. Grundsätzlich gilt: Sie dürfen alles essen. Von dem, was Sie gern mögen, darf es ein bisschen mehr sein.

Schwangerschaft

- Ausgewogene und vollwertige Ernährung
- Sehr viel trinken (zwei bis drei Liter pro Tag optimal)
- Wenig kalorienhaltige Getränke, Kaffee (maximal zwei Tassen pro Tag), Schwarztee
- Fleisch zweimal, Fisch einmal pro Woche
- Wichtige **Mineralien** und worin sie enthalten sind:
  - Folsäure: Avocado, Karotten, Pilze, Weizenvollkorn, Aprikosen, grünes Blattgemüse
  - Jod: Fisch, Ananas, Rosinen, Jodsalz
  - Eisen: Fleisch, grünes Blattgemüse, Aprikosen (vor allem getrocknet)
- **Vermeiden Sie:** Kardamom, Zimt und Nelken (wirken wehenfördernd)
  Rohes Fleisch, rohe Eier, Rohmilchprodukte (können Krankheitserreger enthalten)
  Leber und Innereien (enthalten viel Vitamin A)

Stillzeit

- Ausgewogen ernähren
- Viel Obst und Gemüse
- Getreideprodukte, Kartoffeln
- Viel trinken (Mineralwasser, verdünnte Säfte, Früchte- oder Kräutertees)
- **Mäßig:** Fleisch und Milchprodukte, Fett und Süßigkeiten, Kaffee und Schwarztee
- **Vermeiden:** Rohen Fisch, rohe Eier und Lebensmittel, die Ihnen schwer im Magen liegen

Probieren Sie am besten aus, welche Lebensmittel Ihnen und Ihrem Kind bekommen.

Buchtipps

- **100 Fragen: Ernährung in der Schwangerschaft**
  Inge Kelm-Kahl
  Verlag: Rowohlt
  ISBN: 3499617129
- **Das Schwangerschaftskochbuch**
  Sara Lewis
  Verlag: Vgs
  ISBN: 3802514793
- **Dein Baby isst mit**
  Sara Lewis
  Verlag: Umschau
  ISBN: 3829571399
- **Das Stillkochbuch**
  Marietta Cronjäger
  Verlag: Kösel
  ISBN: 3774260516

Quellen: www.babyclub.de, www.eltern.de

Die Wannengeburt

Wenn Sie sich für eine Entbindung in der Geburtswanne entschieden haben, ermöglichen wir Ihnen diesen Wunsch – soweit medizinisch vertretbar – natürlich gern in unserem modernen und behaglich ausgestatteten Kreißsaal. Um Ihnen den Ablauf einer solchen Geburt unter Wasser ein wenig näherzubringen, möchten wir Sie bitten, die folgenden Informationen aufmerksam zu lesen.

Information zur Wannengeburt

Nach Einsetzen regelmäßiger Wehentätigkeit und beginnender Eröffnung des Muttermundes werden Sie zunächst die Eröffnungsperiode im Sinne eines Entspannungsbades in der Geburtswanne verbringen. Sollte sich die Entbindung als risikolos darstellen, werden Sie die Geburt Ihres Kindes in unserer Geburtswanne erleben.
Dabei wird sowohl die Eröffnung des Muttermundes als auch die Geburt selbst von Arzt und Hebamme überwacht. Die Wassertemperatur wird dabei konstant bei 36 bis 38 Grad Celsius gehalten. Das Legen einer Infusionsnadel ist wegen der Möglichkeit von Kreislaufproblemen erforderlich. Da es notwendig werden kann, die Geburt außerhalb der Wanne zu beenden, ist die Anwesenheit einer weiteren Person, zum Beispiel des Partners, erforderlich.

Nach der Geburt des Kindes wird das Köpfchen innerhalb von 30 bis 60 Sekunden über die Wasseroberfläche gebracht. Anschließend wird der Wasserspiegel so weit gesenkt, dass das Kind in einem trockenen Handtuch auf der Brust der Mutter verbleiben kann.
Die Ausstoßung der Nachgeburt sollte innerhalb von 15 Minuten nach der Geburt des Kindes in der Wanne erfolgen, andernfalls müssten wir Sie bitten, zur Geburt des Mutterkuchens auf das Kreißbett zu wechseln. Ebenso wird hier dann eventuell ein Dammriss beziehungsweise Dammschnitt genäht.

Die endgültige Entscheidung, ob eine Entbindung in der Wanne möglich ist, wird der Kreißsaalarzt nach Abwägung aller Risiken vornehmen. Sollte sich im Verlauf einer begonnenen Wannengeburt ein Risiko darstellen, kann es notwendig werden, von der Wasserentbindung Abstand zu nehmen.

Eine Wannengeburt ist generell nicht möglich bei:
- Zwillings- beziehungsweise Drillingsgeburten
- Geburten aus Steißlage
- Frühgeburten
- Geburten bei Verdacht auf Mutterkuchenschwäche
- Geburten mit verzögerter Muttermundseröffnung
- Geburten mit Verdacht auf Fruchtwasserinfektion
- Bestimmten Infektionen der Mutter (zum Beispiel infektiöse Gelbsucht, AIDS)
- Geburten mit erwartetem Geburtsgewicht über 4000 Gramm
- Bluthochdruck (Hypertonie)
- **Adipositas permagna**
- Komplikationen bei vorausgegangenen Entbindungen
- Geburten mit rückenmarksnaher Anästhesie (PDA)

Für den Fall, dass Sie eine Wassergeburt wünschen, denken Sie bitte daran, einen Bademantel, ein oder zwei große Badetücher sowie falls es Ihnen angenehmer ist einen Bustier oder Bikinioberteil zur Entbindung mitzubringen.

Es muss ein Hepatitis-B-Test vorliegen (wird bei der Vorsorgeuntersuchung ab der 34. SSW abgenommen) sowie ein HIV-Test, der nicht älter als **vier Wochen** ist. Falls dieser schon am Anfang der Schwangerschaft abgenommen wurde, muss er wiederholt werden.

Checkliste für Ihre Kliniktasche

- ❍ T-Shirt, Nachthemd oder Ähnliches zur Geburt
- ❍ Dicke Socken für den Kreißsaal
- ❍ Lieblingsgetränke, nervenstärkende Nahrungsmittel (Süßes für Mutter und Vater)
- ❍ Hausschuhe
- ❍ Bademantel, Badeschlappen
- ❍ Eventuell eigene ätherische Öle, entspannende Musik
- ❍ Lippenpflegestift
- ❍ Fotoapparat
- ❍ Eventuell frisches T-Shirt und Deo für den Vater

Für die Zeit auf der Wochenstation:

- ❍ Still-BH (mindestens zwei Cups grösser als vor der Schwangerschaft)
- ❍ Unterwäsche aus Naturtextilien
- ❍ Nachthemden aus Naturtextilien, möglichst knöpfbar
- ❍ Handtücher, Waschlappen
- ❍ Wolle-Seide-Stilleinlagen
- ❍ Jogginghose, Schwangerschaftshose (passt auch nach der Geburt)
- ❍ Bücher, Wecker, Stillkissen, kleines Kissen
- ❍ Babygarnitur für das erste Fotoshooting von Babysmile

Bitte verzichten Sie als Mama auf Parfum und stark duftende Duschgele und Deodorants.
Ihr Baby möchte Sie schnell wieder erkennen können.

Bei uns bekommen Sie:

- Netzhöschen (für die ersten Tage)
- Vorlagen
- Stilleinlagen (Zellstoff)
- Still- und Milchbildungstee
- Stillöl, Brustwarzensalbe etc. bei Bedarf
- Schnuller – falls gewünscht
- Kinderwäsche
- Stillkissen leihweise
- Kinderwagen für erste Spazierfahrten

Die Babygarnitur zur Entlassung und den vorher ausgetesteten Autokindersitz (wie wird er im Auto befestigt?) sollte am Entlassungstag mitgebracht werden. Stellen Sie am besten alles gut sichtbar in Ihre Wohnung.
Bitte lassen Sie Wertsachen und größere Geldsummen zu Hause.
Für die standesamtliche Anmeldung Ihres Babys benötigen Sie das Familienbuch / die Heiratsurkunde beziehungsweise die Geburtsurkunde der Mutter, den Ausweis und wenn gewünscht gegebenenfalls die Vaterschaftsanerkennung.
Nähere Informationen dazu erhalten Sie mit den Aufnahmepapieren des Krankenhauses.

Kursangebote der Hefanna-Hebammenpraxis am Krankenhaus Bad Oeynhausen

Geburtsvorbereitung

Die abgeschlossenen Kurse finden je nach Kursplanung (und dem voraussichtlichen Entbindungstermin) an folgenden Kurstagen statt:

Montag,	19.00 – 21.00 Uhr,	7 Abende, Kathrin Focke – Hebamme,	Telefon 01 73 / 1 54 21 13
Mittwoch,	19.00 – 21.00 Uhr,	7 Abende, Petra Suchodol – Hebamme,	Telefon 01 60 / 8 29 74 54

Rückbildungsgymnastik

Die abgeschlossenen Kurse finden je nach Kursplanung an folgenden Kurstagen statt.

Montag,	17.00 – 18.30 Uhr,	7 Abende, Kathrin Focke – Hebamme,	Telefon 01 73 / 1 54 21 13
Mittwoch,	17.15 – 18.30 Uhr,	7 Abende, Petra Suchodol – Hebamme,	Telefon 01 60 / 8 29 74 54

Rückbildungsgymnastik mit Baby

Bei diesem Kurs kann das Baby mitgebracht und von einem Erzieher beziehungsweise einer Erzieherin betreut werden.
Termine und Babybetreuungskosten auf Anfrage
Kathrin Focke – Hebamme, Telefon 01 73 / 1 54 21 13

Babymassage

5 x 1 Stunde Termine und Kosten auf Anfrage
Kathrin Focke – Hebamme, Telefon 01 73 / 1 54 21 13

Elternkurs „Und was kommt nach der Milch?“

Ernährung im ersten Lebensjahr, Babys können mitgebracht werden
Termin und Kosten auf Anfrage, 2 Stunden,
Petra Suchodol – Hebamme, Telefon 01 60 / 8 29 74 54

Aktuelle Infos finden Sie auf unserer Website www.hefanna.de

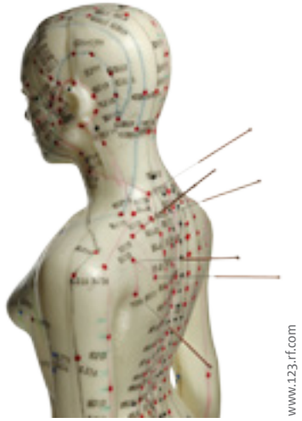
Hefanna
Hebammenpraxis
Bad Oeynhausen

Angebot des Kreißsaals Bad Oeynhausen

Akupunktur und Taping-Sprechstunde für Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett

„Nicht weil die Dinge schwierig sind, wagen wir sie nicht, sondern weil wir sie nicht wagen, sind die Dinge schwierig." (Chinesische Weisheit)

Dauer: 20 Minuten
Kosten und Terminabsprache: Kreißsaal Bad Oeynhausen, Telefon 0 57 31 / 77 11 67


www.123rf.com

Auszug aus der Indikationsliste zur geburtshilflichen Akupunktur:

Schwangerschaft

- Hyperemesis gravidarum (Vermehrtes Erbrechen in der Schwangerschaft)
- Sodbrennen
- Vorzeitige Wehentätigkeit
- Schlafstörungen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Rückenschmerzen und Lumboischialgien
- Karpaltunnelsyndrom
- Hypertonie (Bluthochdruck)
- Ödeme (Wassereinlagerungen)

Geburtsvorbereitende Akupunktur

Von der 36. SSW bis zur Entbindung wird bei bis dahin unkompliziertem Schwangerschaftsverlauf wöchentlich eine Akupunkturtherapie mit den in China als geburtserleichternd geltenden Punkten durchgeführt.
Das wesentliche Ziel dieser Sitzungen ist die Verkürzung der Geburtsdauer.

Wochenbett

- Verschiedene Schmerzzustände (zum Beispiel Nahtbeschwerden an Damm- und Kaiserschnittnarbe, schmerzhafte Nachwehen)
- Probleme im Zusammenhang mit dem Stillen (schmerzhafter Milcheinschuss, Milchstau, beginnende Brustentzündung, mangelnde Milchbildung)
- Verzögerte Rückbildung der Gebärmutter
- Obstipation (Verstopfung)
- Blasenentleerungsstörungen
- Psychische Probleme im Wochenbett (depressive Verstimmung, Schlaflosigkeit)

Weitere Betreuung durch Hebammen im Wochenbett zu Hause

Bitte setzen Sie sich frühzeitig, das heißt am besten schon zu Beginn der Schwangerschaft mit einer freiberuflichen Hebamme in Verbindung!
Eine aktuelle Hebammenliste der Gebiete **Bad Oeynhausen, Löhne, Vlotho, Minden, Porta Westfalica und Umgebung** finden Sie im Foyer unseres Krankenhauses.

Während der ersten zwölf Wochen nach der Geburt eines Kindes hat jede Frau Anspruch auf Hebammenhilfe.
Die Hebamme besucht Sie zu Hause und unterstützt Sie bei allen anstehenden Fragen und Problemen:

- Beobachtung des Neugeborenen
  (zum Beispiel Abheilung des Nabels, Gewichtsentwicklung, Neugeborenengelbsucht)
- Betreuung der Mutter
  (zum Beispiel Überwachung von Gebärmutterrückbildung, Abheilung von eventuellen Geburtswunden, Milchbildung, seelische Begleitung)
- Aktive Unterstützung des Stillens/der Flaschenfütterung
- Anleitung der Eltern in der Babypflege
- Beantwortung vieler Fragen, welche sich aus dem häuslichen Zusammenleben mit dem Neugeborenen ergeben
- Wochenbettgymnastik

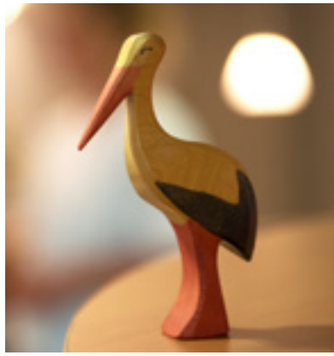
Diese Leistungen werden von Ihrer Krankenkasse getragen, mit welcher die Hebamme dann direkt abrechnet.

Stillberatung

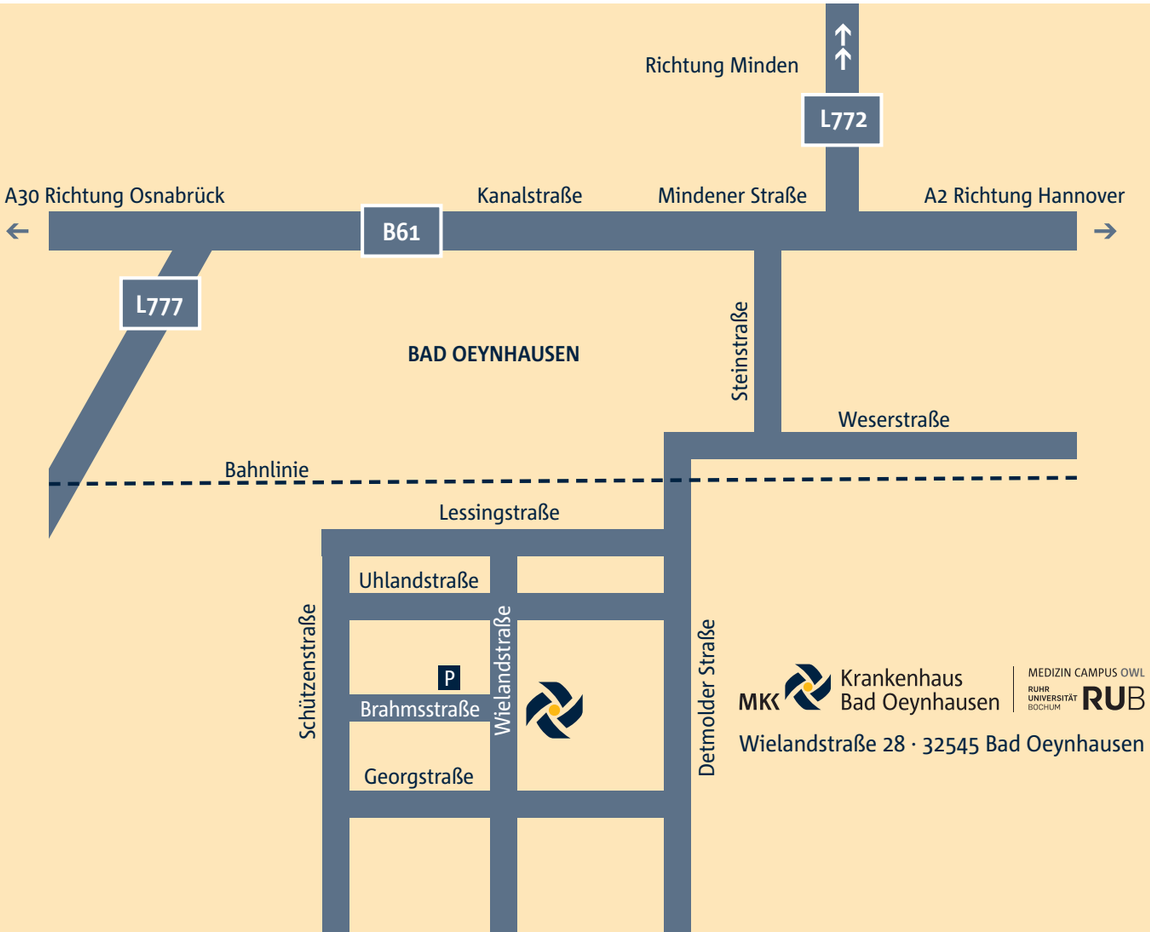
Auch zu einem späteren Zeitpunkt besteht nach wie vor die Möglichkeit der Hebammenhilfe, zum Beispiel bei Fragen:

- zum Stillen
- zum Abstillen oder
- zum Aufbau der Breikost

Ihre Krankenkasse übernimmt die Kosten für zwei telefonische und zwei persönliche Beratungsgespräche bis zum Ende der Stillzeit.



Ihr Merkzettel



MKK Krankenhaus Bad Oeynhausen
MEDIZIN CAMPUS OWL
RUHR UNIVERSITÄT BOCHUM RUB
Wielandstraße 28 · 32545 Bad Oeynhausen