

Infoblatt zur Nachsorge

Jeder Wöchnerin steht die Betreuung im Wochenbett durch eine Hebamme zu. Die Kosten übernimmt die Krankenkasse.

Was machen wir bei der Nachsorge:

- Kontrolle und Unterstützung der Rückbildungsvorgänge
- Tipps und Hilfen beim Stillen und Stillproblemen
- Versorgung des Kindes – Nabelpflege, Gewichtskontrolle, Baden, etc.
- Antworten auf hoffentlich alle Fragen, die in dieser neuen und besonderen Zeit auftauchen

Welchen Zeitraum umfasst die Nachsorge:

- Die ersten 10 Wochenbetttage (abzüglich der Tage im Krankenhaus) täglich
 - In den ersten acht Wochen bei Bedarf, bewährt hat sich ein Besuch pro Woche (max. 18 Besuche sind abrechnungsfähig)
 - In der gesamten Stillzeit bei Stillproblemen (in den ersten 9 Lebensmonaten sind acht Beratungen, acht Besuche abrechnungsfähig)
- Das ist die *maximale* Leistung der Krankenkassen, für eine weitere Betreuung brauchen wir zur Abrechnung ein ärztliches Attest.

Aber auch außerhalb dieser gesetzlichen Richtlinien haben wir seit Juni 2005 die Möglichkeit dich auf Wunsch naturheilkundlich weiter zu behandeln.
Termine nur nach Vereinbarung bei Cordula Hartl unter 0179-50 59 119.

Anmeldung und Ablauf:

Um uns die Planung zu erleichtern, ist es wichtig, dass du dich bei uns für die Nachsorge anmeldest, damit wir dich einplanen und Zeit für dich haben.

Betreut wirst du von der Hebamme mit der du die Nachsorge vereinbart hast, im Ausnahmefall (Urlaub, Krankheit) übernimmt die Kollegin die Nachsorge.

Bei Bedarf unterstützen wir uns an den Wochenende gegenseitig bei den Wochenbettbesuchen, den auch Hebammen haben Familie und brauchen hin und wieder etwas Freizeit.

Wenn du einige Tage im Krankenhaus bleibst, melde dich doch einfach während dieser Tage bei uns – wir vereinbaren dann einen Termin für den ersten Besuch.

Planst du ambulant zu entbinden, bespreche das bitte bei der Anmeldung mit uns – wir sind dann ab der Geburt für dich da.

Unsere Kontaktnummern:

Praxis:	0921 - 51 66 551
Friederike Engelen:	0176 - 56 23 61 56
Julia Bauer:	0171 - 49 12 644
Cordula Hartl:	0179 - 50 59 119

Geburtvorbereitungsnachtreff:

Wenn alle aus deinem Kurs geboren haben, organisieren wir einen Nachtreff. Eine gute Möglichkeit sich noch einmal zu treffen, die anderen Kinder anzuschauen und sich über die Geburten auszutauschen. Normalerweise findet der Nachtreff im Mutter-Kind-Treff (siehe unten) statt, der Termin wird in der letzten Stunde des Kurses bekannt gegeben.

Kursangebot im Wochenbett und der Stillzeit:

- Rückbildungsgymnastik
Wahlweise morgens mit Kindern (Kinderbetreuung) oder abends ohne Kinder
- Babymassage
Ab ca. sechs Wochen
- Babyschwimmen
Ab ca. drei Monate – bitte möglichst bald anmelden, die Plätze sind sehr begehrt.
- Mutter-Kind-Treff
Jeden ersten Mittwoch im Monat 14:30 – 16:00 Uhr (außer Feiertage) mit Kaffee und Kuchen
- Beikost
Was kommt nach dem Stillen / der Flasche?
- Kinderschwimmen
Fortlaufender Kurs für Kinder ab 1 Jahr

Termine und genauere Infos am Aushang in der Praxis oder im Internet.