



## **Herzlichen Glückwunsch und ein warmes Willkommen in der Hebammenpraxis Bayreuth**

Die Hebammenpraxis Bayreuth ist ein Team aus freiberuflichen Hebammen, die in enger Kooperation und Austausch arbeiten. Gerne sind wir ihr Ansprechpartner für die nächsten besonderen und schönen Monate der Schwangerschaft, der Geburt, des Wochenbettes und im ersten Lebensjahr mit Ihrem Kind.

Hier ein kurzer Überblick über unser Begleitungsangebot. Sie sind jederzeit zu Gesprächen in der Praxis herzlich willkommen (vereinbaren Sie bitte einen Termin) und auch telefonisch sind wir jederzeit für Sie erreichbar. Hebammenhilfe ist eine Leistung der gesetzlichen Krankenkassen – es entstehen also keine Kosten für Sie.

### **Betreuung und Begleitung in der Schwangerschaft:**

Als Hebammen sind wir dafür ausgebildet, Sie während der normal verlaufenden Schwangerschaft zu betreuen. Wir führen in unserer Praxis die empfohlenen Vorsorgeuntersuchungen durch, gerne auch in Zusammenarbeit mit Ihrer Frauenärztin/Frauenarzt. Außerdem sind wir Ansprechpartner für all die kleinen und großen Fragen, die mit dieser neuen Situation entstehen. Ihr Partner ist bei uns herzlich willkommen.

Und auch Schwangere in besonderen Situationen, wie bei Zwillingen, mit Steißlage, bei vorzeitiger Wehentätigkeit, etc. sind bei uns richtig. Denn gerade, wenn nicht alles wie gewünscht verläuft, ist ein Ansprechpartner umso wichtiger. Außerdem können wir Sie dank naturheilkundlicher Ausbildungen bei allen Beschwerden in der Schwangerschaft unterstützen. Melden Sie sich also gleich, wenn Übelkeit, Sodbrennen, Rückenschmerzen, Wassereinlagerungen, o.ä. Sie plagen – wir arbeiten mit folgenden Therapien:

- Akupunktur
- Aromatherapie
- Bach-Blütentherapie
- Fußreflexzonentherapie
- Homöopathie
- Schüßler Salz Therapie

Sollte es Ihnen nicht möglich sein, in die Praxis zu kommen, besuchen wir Sie auch zu Hause.

Auf unserer Homepage finden Sie alle aktuellen Termine zu den Kursen Geburtsvorbereitung und Säuglingspflege, gerne schicken wir Ihnen einen Infobrief zu.

## **Betreuung und Begleitung rund um die Geburt**

### *Haus- und Praxisgeburten*

Eine Besonderheit unserer Praxis ist die Begleitung bei der außerklinischen Geburt – wir bieten Ihnen Zeit und Raum für Ihre individuellen Bedürfnisse.

*„Vor dem Moment der Geburt, diesem so empfindsamen Augenblick, sollten wir  
die*

*allergrößte Hochachtung haben.*

*Hier geschieht etwas, das so wenig greifbar ist wie das Erwachen am Morgen.*

*Das Kind ist auf der Schwelle zwischen zwei Welten.*

*Es zögert.*

*Um Himmels Willen, drängt es nicht.*

*Lasst es kommen.*

*Lasst ihm sein eigenes Tempo, seinen Rhythmus, seine Zeit...“*

Frederick Leboyer

Vereinbaren Sie einen Termin für ein unverbindliches Vorgespräch, dabei erfahren Sie alles Wichtige zur außerklinischen Geburt. Wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen. Außerdem finden Sie auf unserer Homepage, neben einer ausführlichen Information zur außerklinischen Geburt (unter „Wissenswertes“), auch Berichte von Geburten, die wir begleitet haben.

### *Wehenbegleitung*

Sie wollen zwar in der Klinik gebären, doch möglichst lange zu Hause bleiben? Oder suchen Sie Unterstützung bei folgenden Fragen:

„Sind das schon Geburtswehen?“

„Kommt mein Baby mit den Wehen zurecht?“

„War das gerade ein Fruchtblasensprung oder doch nur sehr flüssiger Scheidenschleim?“

Auch hier sind wir die richtigen Ansprechpartner. Wir bieten Ihnen eine professionelle Wehenbegleitung. Vereinbaren Sie einen Termin und wir besprechen alles Weitere persönlich.

## **Betreuung und Begleitung nach der Geburt**

Ganz besonders wichtig ist uns eine gute Begleitung in der Zeit nach der Geburt. Nehmen Sie deshalb das Angebot der Wochenbettbetreuung in Anspruch – wir kommen zu Ihnen nach Hause.

Die Leistung der Krankenkassen umfasst bei einer außerklinischen oder ambulanten Geburt einen täglichen Besuch in den ersten 10 Lebenstagen Ihres Kindes. Insgesamt übernimmt die Krankenkasse in den ersten 10 Lebenstagen 20 Kontakte, egal ob persönlich oder per Telefon. Wenn Sie in der Klinik gebären und dort auch nach der Geburt einige Tage bleiben, abzüglich der Tage, die Sie in der Klinik sind.

In den ersten acht Wochen nach der Geburt übernimmt die Krankenkasse weitere 16 Hausbesuche und ermöglicht so eine gute Betreuung in der gesamten

Zeit des Wochenbettes. Anschließend sind uns in den ersten neun Lebensmonaten Ihres Kindes weitere 8 Besuche und telefonische Beratungen möglich. Darüber hinaus sind nach ärztlicher Anordnung so viele Besuche möglich, wie Sie in besonderen Situationen brauchen.

Die Begleitung im Wochenbett umfasst die Kontrolle und Unterstützung der Rückbildungsvorgänge, Tipps und Hilfen beim Stillen bzw. Flasche füttern, Versorgung des Neugeborenen – Nabelpflege, Gewichtskontrolle, Baden, etc. – und Antworten auf alle Fragen, die in dieser besonderen Zeit auftauchen. Später unterstützen wir Sie auch gerne bei Fragen zur Beikost – dazu bieten wir auch regelmäßig Infokurse an. In den ersten neun Lebensmonaten mit Ihrem Baby sind wir gerne telefonisch für Sie erreichbar.

Kommen Sie einfach zu einem Informationsgespräch bei uns in der Praxis vorbei und melden Sie sich zur Wochenbettsbetreuung an. Das ist wichtig, damit wir nach der Geburt ausreichend Zeit für Sie haben. Außerdem kommen wir gerne zu einem Vorgespräch zu Hause vorbei. So können wir Ihnen ganz individuelle Tipps für die Zeit mit Baby geben.

Eine Besonderheit unserer Praxis ist unser Kursangebot nach der Geburt – es sind alles offene Kurse. Das bedeutet, dass die Kurse fortlaufend stattfinden und ein Einstieg jederzeit möglich ist. Gerade mit einem Baby ist Flexibilität gefragt – eine durchwachte Nacht, ein Wachstumsschub oder ähnliches bringen schnell mal die Planung durcheinander. Bei uns sind Sie nicht an feste Termine gebunden!

Rückbildungsgymnastik bieten wir vormittags (mit Kinderbetreuung) und abends als reine „Mama-Zeit“ an. Die Krankenkasse übernimmt für 10 Stunden die Kosten, wenn Sie den Kurs innerhalb der ersten neun Lebensmonate Ihres Kindes besuchen.

Für die Babymassage (ab der 6. Lebenswoche), dem Babyschwimmen (ab dem 3. Lebensmonat) und dem Kinderschwimmen (1.-3. Lebensjahr) erhalten Sie einen Kursgutschein über jeweils 10 Stunden, den Sie ein Jahr lang einlösen können.

Aktuelle Termine auf Nachfrage oder auf unserer Homepage unter dem Menüpunkt „Termine“. Gerne schicken wir Ihnen einen Infobrief zu.

Viel Spaß dabei!