



Praxisnahe Information für den Familienalltag



So finden Sie Hebammen in Ihrer Nähe

► Die Unterstützung der Mutter nach der Geburt

Dazu gehören das Gespräch über die Geburt und die ersten Erfahrungen mit dem Kind. Die medizinische Betreuung umfasst die Überwachung der Gebärmutterrückbildung, der Abheilung der Damm- oder Kaiserschnittnaht, der Milchbildung und die Hilfestellung bei Schwierigkeiten.

► Die aktive Unterstützung des Stillens

► Die Anleitung der Eltern in der praktischen Babypflege

► Informationen

Die Hebammen informieren z. B. über Vorsorgeuntersuchungen, Allergievorbeugung, die Ernährung des Kindes und Familienplanung.

Darüber hinaus bieten die Hebammen eine Reihe von Leistungen rund um das Baby und die Familie an, wie beispielsweise Kurse in Rückbildungsgymnastik, aufbauender Beckenbodengymnastik, natürlicher Familienplanung, Babymassage und Stillgruppen.

In vielen hessischen Gemeinden gibt es Familienhebammen, die sich um Frauen und Familien in schwierigen Lebenssituationen kümmern bis das Baby ein Jahr alt ist. Sind Sie schwanger und befinden sich in einer schwierigen Situation, rufen Sie uns an. Die Telefonnummer finden Sie auf der Rückseite des Flyers.

Neben den im Leistungskatalog der Hebammen aufgeführten Tätigkeiten sind die Hebammen gerne bereit, mit den jungen Familien über Erziehungsfragen und Probleme in der aktuellen Familiensituation zu sprechen, sie auf notwendigen Handlungsbedarf aufmerksam zu machen und ihnen, wenn nötig, Ansprechpartner und Hilfemöglichkeiten aufzuzeigen.

Nutzen Sie Ihre Kontakte mit der Hebamme, um entsprechende Fragen anzusprechen!

Es gibt einen gesetzlichen Anspruch auf Hebammenhilfe!

Hebammenhilfe wird von den Krankenkassen getragen. Wenden Sie sich bei Fragen rechtzeitig an Ihre Krankenkasse oder Ihre Hebamme vor Ort!



Kontaktadressen von Hebammen erhalten Sie bei:

- Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt
- Krankenkassen
- Gesundheitsämtern
- Familienzentren
- unter www.hebammen-hessen.de oder unter www.bfhd.de
- Gelbe Seiten



Den Hebammen Landesverband Hessen e. V. erreichen Sie über:

Tel.: 0 56 64 / 9 39 00 81

E-Mail: upetrus@aol.com

und im Internet unter www.hebammen-hessen.de

Den Bund freiberuflicher Hebammen Deutschlands e.V. erreichen Sie über:

Tel.: 0 69 / 79 53 49 71

E-mail: hebammensuche@bfhd.de

und im Internet unter www.bfhd.de

Impressum

Stand September 2007

Herausgeber:

Hessisches Sozialministerium
Referat Öffentlichkeitsarbeit
Dostojewskistraße 4, 65187 Wiesbaden
www.sozialministerium.hessen.de

Redaktion:

Elke Malburg, Franz-Josef Gemein (verantwortlich)

Produktion:

Herbert Ujma

Gestaltung:

ansicht, kommunikationsagentur, www.ansicht.com

Druck:

Druckwerkstätten Koehler & Hennemann GmbH

Der Text ist in weiten Teilen einer Publikation des Rheinland-Pfälzischen Ministeriums für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit - mit dessen freundlicher Genehmigung - entnommen.



Hessisches
Sozialministerium



Hebammen beraten Familien und Frauen

Gesundheitsförderung von Anfang an und praxisnahe Informationen für den Familienalltag



Landesverband der
Hessischen Hebammen e.V.





Praxisnahe Information für den Familienalltag



So finden Sie Hebammen in Ihrer Nähe

► Die Unterstützung der Mutter nach der Geburt

Dazu gehören das Gespräch über die Geburt und die ersten Erfahrungen mit dem Kind. Die medizinische Betreuung umfasst die Überwachung der Gebärmutterrückbildung, der Abheilung der Damm- oder Kaiserschnittnaht, der Milchbildung und die Hilfestellung bei Schwierigkeiten.

► Die aktive Unterstützung des Stillens

► Die Anleitung der Eltern in der praktischen Babypflege

► Informationen

Die Hebammen informieren z. B. über Vorsorgeuntersuchungen, Allergievorbeugung, die Ernährung des Kindes und Familienplanung.

Darüber hinaus bieten die Hebammen eine Reihe von Leistungen rund um das Baby und die Familie an, wie beispielsweise Kurse in Rückbildungsgymnastik, aufbauender Beckenbodengymnastik, natürlicher Familienplanung, Babymassage und Stillgruppen.

In vielen hessischen Gemeinden gibt es Familienhebammen, die sich um Frauen und Familien in schwierigen Lebenssituationen kümmern bis das Baby ein Jahr alt ist. Sind Sie schwanger und befinden sich in einer schwierigen Situation, rufen Sie uns an. Die Telefonnummer finden Sie auf der Rückseite des Flyers.

Neben den im Leistungskatalog der Hebammen aufgeführten Tätigkeiten sind die Hebammen gerne bereit, mit den jungen Familien über Erziehungsfragen und Probleme in der aktuellen Familiensituation zu sprechen, sie auf notwendigen Handlungsbedarf aufmerksam zu machen und ihnen, wenn nötig, Ansprechpartner und Hilfemöglichkeiten aufzuzeigen.

Nutzen Sie Ihre Kontakte mit der Hebamme, um entsprechende Fragen anzusprechen!

Es gibt einen gesetzlichen Anspruch auf Hebammenhilfe!

Hebammenhilfe wird von den Krankenkassen getragen. Wenden Sie sich bei Fragen rechtzeitig an Ihre Krankenkasse oder Ihre Hebamme vor Ort!



Kontaktadressen von Hebammen erhalten Sie bei:

- Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt
- Krankenkassen
- Gesundheitsämtern
- Familienzentren
- unter www.hebammen-hessen.de oder unter www.bfhd.de
- Gelbe Seiten



Den Hebammen Landesverband Hessen e. V. erreichen Sie über:

Tel.: 0 56 64 / 9 39 00 81

E-Mail: upetrus@aol.com

und im Internet unter www.hebammen-hessen.de

Den Bund freiberuflicher Hebammen Deutschlands e.V. erreichen Sie über:

Tel.: 0 69 / 79 53 49 71

E-mail: hebammensuche@bfhd.de

und im Internet unter www.bfhd.de

Impressum

Stand September 2007

Herausgeber:

Hessisches Sozialministerium
Referat Öffentlichkeitsarbeit
Dostojewskistraße 4, 65187 Wiesbaden
www.sozialministerium.hessen.de

Redaktion:

Elke Malburg, Franz-Josef Gemein (verantwortlich)

Produktion:

Herbert Ujma

Gestaltung:

ansicht, kommunikationsagentur, www.ansicht.com

Druck:

Druckwerkstätten Koehler & Hennemann GmbH

Der Text ist in weiten Teilen einer Publikation des Rheinland-Pfälzischen Ministeriums für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit - mit dessen freundlicher Genehmigung - entnommen.



Hessisches
Sozialministerium



Hebammen beraten Familien und Frauen

Gesundheitsförderung von Anfang an und praxisnahe Informationen für den Familienalltag



Landesverband der
Hessischen Hebammen e.V.





Praxisnahe Information für den Familienalltag



So finden Sie Hebammen in Ihrer Nähe

► Die Unterstützung der Mutter nach der Geburt

Dazu gehören das Gespräch über die Geburt und die ersten Erfahrungen mit dem Kind. Die medizinische Betreuung umfasst die Überwachung der Gebärmutterrückbildung, der Abheilung der Damm- oder Kaiserschnittnaht, der Milchbildung und die Hilfestellung bei Schwierigkeiten.

► Die aktive Unterstützung des Stillens

► Die Anleitung der Eltern in der praktischen Babypflege

► Informationen

Die Hebammen informieren z. B. über Vorsorgeuntersuchungen, Allergievorbeugung, die Ernährung des Kindes und Familienplanung.

Darüber hinaus bieten die Hebammen eine Reihe von Leistungen rund um das Baby und die Familie an, wie beispielsweise Kurse in Rückbildungsgymnastik, aufbauender Beckenbodengymnastik, natürlicher Familienplanung, Babymassage und Stillgruppen.

In vielen hessischen Gemeinden gibt es Familienhebammen, die sich um Frauen und Familien in schwierigen Lebenssituationen kümmern bis das Baby ein Jahr alt ist. Sind Sie schwanger und befinden sich in einer schwierigen Situation, rufen Sie uns an. Die Telefonnummer finden Sie auf der Rückseite des Flyers.

Neben den im Leistungskatalog der Hebammen aufgeführten Tätigkeiten sind die Hebammen gerne bereit, mit den jungen Familien über Erziehungsfragen und Probleme in der aktuellen Familiensituation zu sprechen, sie auf notwendigen Handlungsbedarf aufmerksam zu machen und ihnen, wenn nötig, Ansprechpartner und Hilfemöglichkeiten aufzuzeigen.

Nutzen Sie Ihre Kontakte mit der Hebamme, um entsprechende Fragen anzusprechen!

Es gibt einen gesetzlichen Anspruch auf Hebammenhilfe!

Hebammenhilfe wird von den Krankenkassen getragen. Wenden Sie sich bei Fragen rechtzeitig an Ihre Krankenkasse oder Ihre Hebamme vor Ort!



Kontaktadressen von Hebammen erhalten Sie bei:

- Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt
- Krankenkassen
- Gesundheitsämtern
- Familienzentren
- unter www.hebammen-hessen.de oder unter www.bfhd.de
- Gelbe Seiten



Den Hebammen Landesverband Hessen e. V. erreichen Sie über:

Tel.: 0 56 64 / 9 39 00 81
E-Mail: upetrus@aol.com
und im Internet unter www.hebammen-hessen.de

Den Bund freiberuflicher Hebammen Deutschlands e.V. erreichen Sie über:

Tel.: 0 69 / 79 53 49 71
E-mail: hebammensuche@bfhd.de
und im Internet unter www.bfhd.de

Impressum

Stand September 2007

Herausgeber:

Hessisches Sozialministerium
Referat Öffentlichkeitsarbeit
Dostojewskistraße 4, 65187 Wiesbaden
www.sozialministerium.hessen.de

Redaktion:

Elke Malburg, Franz-Josef Gemein (verantwortlich)

Produktion:

Herbert Ujma

Gestaltung:

ansicht, kommunikationsagentur, www.ansicht.com

Druck:

Druckwerkstätten Koehler & Hennemann GmbH

Der Text ist in weiten Teilen einer Publikation des Rheinland-Pfälzischen Ministeriums für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit - mit dessen freundlicher Genehmigung - entnommen.



Hessisches
Sozialministerium



Hebammen beraten Familien und Frauen

Gesundheitsförderung von Anfang an und praxisnahe Informationen für den Familienalltag





Liebe Leserinnen und Leser,

mit der Schwangerschaft kündigt sich die wohl größte Veränderung des bisherigen Lebens der künftigen Eltern an. In die riesige Freude auf das Kind mischen sich oft aber auch Fragen, manchmal sogar Sorgen. Damit beide Partner die Vorfreude auf die Geburt ihres Kindes ungetrübt genießen können, wollen wir Sie über Hilfsangebote informieren, die wir gemeinsam mit dem Landesverband der Hessischen Hebammen entwickelt haben.

Als Eltern haben Sie das Recht auf die Unterstützung einer Hebamme Ihrer Wahl. Sie sind während der Schwangerschaft, bei der Geburt und auch in der Zeit danach wichtige Ansprechpartnerinnen für Familien. Mit ihrer fundierten Ausbildung und praxisnahen Erfahrung bieten sie Antworten und Hilfestellung auf die vielen Fragen, die sich Eltern mit Beginn der Schwangerschaft stellen: Was können wir für einen gesunden Schwangerschaftsverlauf tun? Wie wirken sich die Schwangerschaft und das Kind auf unsere Partnerschaft aus? Wie pflegen und ernähren wir das Kind richtig? Wer hilft bei finanziellen Schwierigkeiten?

Das alles sind Fragen, die Sie Ihrer Hebamme getrost anvertrauen können. Auch wenn Sie manchmal das Gefühl der Überforderung haben sollten: Hebammen stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Hiermit möchten wir Sie mit den notwendigen Informationen zu diesem Thema vertraut machen. Ich wünsche Ihnen eine nutzbringende Lektüre.



Silke Lautenschläger
Hessische Sozialministerin



Während der Schwangerschaft

Während der Schwangerschaft bieten Hebammen:

► **Persönliche Beratung zu den Themen**

- Ernährung und Lebensweise in der Schwangerschaft
- Partnerschaft und Sexualität
- Möglichkeiten der Geburtsvorbereitung
- Praktische Vorbereitungen auf Ihr Kind
- Soziale Hilfen in der Schwangerschaft und im Wochenbett
- Unterstützung beim Übergang von der Partnerschaft zur Elternschaft



► **Vorsorgeuntersuchungen nach den Mutterschaftsrichtlinien**

- Beratung
- Blutdruckuntersuchung
- Urin- und Blutuntersuchungen
- Feststellen der Lage und Größe Ihres Kindes
- Kontrolle der Herzöne Ihres Kindes

► **Hilfeleistungen**

- Bei Schwangerschaftsbeschwerden
- Bei vorzeitigen Wehen (in Zusammenarbeit mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt)

► **Geburtsvorbereitung**

- In Frauen- oder Paargruppen
- Auf ärztliche Anweisung in Einzelstunden

In der Geburtsvorbereitung lernen Sie Atem- und Entspannungsübungen für die Geburt kennen, erproben günstige Gebärpositionen und erhalten wichtige Informationen zu Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Sie lernen andere Frauen und Paare kennen, die auch ein Kind erwarten und erfahren auch schon vieles von dem, was für Ihr Kind, für Ihre Partnerschaft und für die ganze Familie wichtig ist.

Bei der Geburt

Eine Hebamme ist befähigt, die normale Geburt in eigener Verantwortung zu leiten:

► **Klinikgeburt**

- Geburt und frühes Wochenbett im Krankenhaus

► **Ambulante Geburt**

- Geburt in der Klinik ohne stationären Aufenthalt, in Geburtshaus oder Praxis und Wochenbett zu Hause

► **Hausgeburt**

- Geburt und Wochenbett zu Hause

Die Hebamme begleitet und unterstützt die Mutter und ihren Partner in allen Phasen der Geburt.

- Sie unterstützt bei Atemtechniken, Entspannungsübungen, der Wahl hilfreicher Gebärpositionen.
- Sie beantwortet Fragen zum Geburtsverlauf und überwacht die Geburt.
- Sie beobachtet, untersucht und dokumentiert, wie es der Mutter und dem Kind geht.
- Sie hilft beim ersten Stillen und nimmt die erste Vorsorgeuntersuchung beim Kind vor.
- Die Hebamme gibt Hinweise, wie die Tage vor und nach der Geburt für die Familie organisiert werden können.



Im Wochenbett

Während der ersten Wochen nach der Geburt hat jede Frau Anspruch auf Hebammenhilfe. Diese wird in den ersten zehn Tagen durch tägliche Besuche geleistet, egal, ob die Geburt stationär oder ambulant stattgefunden hat.

Im Zeitraum zwischen dem 11. Tag nach der Geburt bis zum Ablauf von acht Wochen nach der Geburt können Sie die Hebammenhilfe noch bis zu 16-mal in Anspruch nehmen. Wenn Sie Probleme beim Stillen oder bei der Ernährung Ihres Kindes haben, können Sie die Hebamme anrufen oder die Hebamme kann Sie besuchen. Bis zu 4 Anrufe und bis zu 4 Besuche bezahlt Ihre Krankenkasse bis zum Ende der Stillzeit oder bis Ihr Kind 9 Monate alt ist. Weitere Besuche sind auf ärztliche Anordnung möglich.

Die Wochenbettbetreuung umfasst:

► **Die Beobachtung des Neugeborenen**

Beobachtet wird insbesondere im Hinblick auf die Abheilung des Nabels, die eventuelle Entwicklung einer Neugeborenenengelbsucht und die Gewichtsentwicklung. Die Hebamme entnimmt ab dem 2. Tag Blut zur Untersuchung auf eventuelle Stoffwechselstörungen. Sie informiert über verschiedene Maßnahmen zur Vorbeugung, die in der Neugeborenen- und Säuglingszeit angeboten werden.

