KLINIKEN SÜDOSTBAYERN

Klinikum Traunstein

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Ludwig-Maximilians-Universität München

Mutter-Kind-Zentrum

Geburts-vorbereitungskurs

© Mausefänger – Fotolia

Klinikum Traunstein
Cuno-Niggl-Strasse 3, 83278 Traunstein
Kreißsaal:
T 0861-705 1080
E hebammen@klinikum-traunstein.de

Geburtsvorbereitungskurs

In diesem Kurs erfahren Sie alles Wissenswerte rund um die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillen. Sie erlernen Atem- und Entspannungstechniken und Sie erfahren, welche Unterstützung Ihr Partner Ihnen bei der Geburt geben kann.
Wir zeigen Ihnen verschiedene Haltungen für die Geburt und sprechen auch über Möglichkeiten der Schmerzerleichterung.
Beim Partnerabend besichtigen Sie die Entbindungsräume, außerdem bieten wir in unserem Geburtsvorbereitungskurs Schwangerengymnastik im Wasser an.

Nach der Geburt betreuen die Hebammen des Klinikums Sie und Ihr Neugeborenes gerne zu Hause, wir überwachen die Rückbildungsvorgänge und beraten Sie bei Stillschwierigkeiten.

Bereits drei Wochen nach der normalen Geburt können Sie mit der Rückbildungsgymnastik beginnen. Hier werden Beckenboden- und Bauchmuskulatur durch spezielle Übungen gestrafft und die Rückbildungsvorgänge nach der Geburt unterstützt.

Die Kosten für Geburtsvorbereitung, Wochenbettbetreuung und Rückbildungsgymnastik werden von den Krankenkassen übernommen.

Information und Anmeldung

Geburtsvorbereitung:
Carmen Neher, Hebamme
T 08681 45428
E hebammen@klinikum-traunstein.de

Rückbildungsgymnastik:
Physiotherapeutische Abteilung
T 0861 705-1349