



# Sie bekommen ein Baby

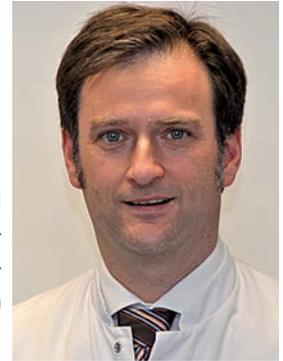


## Liebe werdende Mütter, liebe Eltern!

Die Geburt Ihres Kindes ist ein einmaliges Ereignis. Wir möchten Sie in diesen wichtigen Augenblicken begleiten und Ihnen die nötige Sicherheit und Geborgenheit geben. Die sanfte und sichere Betreuung während der Geburt wird durch Hebammen und Ärzte im Klinikum Traunstein sichergestellt.

Darüber hinaus gibt es eine Reihe von Möglichkeiten, die die Schwangerschaft bzw. das Wochenbett für Mutter und Kind angenehmer machen können.

Bei Risikoschwangerschaft, Erkrankungen in der Schwangerschaft oder pränataldiagnostischen Fragestellungen stehen wir ebenfalls jederzeit gerne zur Verfügung. Als Mutter-Kind-Zentrum (Perinatalzentrum Level I) sind wir zusammen mit der im Haus vorhandenen Kinderklinik und Neugeborenen-Intensivstation auch auf sämtliche Erkrankungen der Schwangerschaft sowie Früh- und Risikogeburten bestens vorbereitet.



Diese Broschüre soll Ihnen einen Überblick über das Angebot im Klinikum Traunstein geben.

Wir wünschen Ihnen Alles Gute für Ihre Schwangerschaft und Geburt!

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Christian Schindlbeck'.

Privatdozent Dr. Christian Schindlbeck  
Chefarzt der Frauenklinik  
im Namen aller Hebammen und Ärzte

# Inhalt

Schwangeren-Informationsabend.....	4
Geburtsvorbereitungskurs.....	5
Akupunktur.....	6
Pränataldiagnostik .....	7
Vorstellung zur Geburtsplanung.....	8
Harmonische Babymassage .....	9
Rückbildungsgymnastik .....	10
Nachsorge .....	11



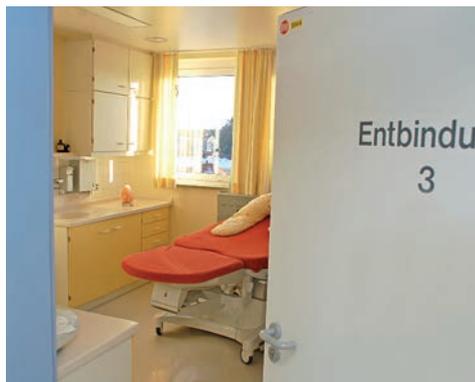
# Schwangeren-Informationsabend

Jeden zweiten und vierten Montag im Monat findet im Klinikum Traunstein der Informationsabend für Schwangere statt. Am jeweils zweiten Montag erhalten Sie allgemeine Informationen von den Hebammen, Geburtshelfern, Kinderärzten und Narkoseärzten über alle Fragen rund um die Geburt. Lernen Sie unser Team kennen und besichtigen Sie unseren Kreißsaalbereich und die Wochenstation. Fragen Sie den Hebammen und Ärzten „ein Loch in den Bauch“. Wir laden Sie herzlich ein und freuen uns auf Ihr Kommen!

Der jeweils vierte Montag ist wechselnden Themen rund um die Schwangerschaft und Geburt vorbehalten, so dass sie sich auch mehrmals im Verlauf Ihrer Schwangerschaft über die für Sie interessanten Themen informieren können.

Unsere Themen sind:

- + Ernährung von Neugeborenen und Säuglingen
- + Geburtsbegleitung
- + Osteopathie in der Schwangerschaft



## Ort:

Klinikum Traunstein, großer Seminarraum

## Wann:

jeden zweiten und vierten Montag im Monat um 19:00 Uhr,  
Termine zu den Themenabenden siehe unter [www.kliniken-suedostbayern.de](http://www.kliniken-suedostbayern.de)

## Anmeldung:

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

# 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.

Bei zwei Partnerabenden besichtigen Sie auch die Entbindungsräume, außerdem bieten wir in unserem Geburtsvorbereitungskurs Schwangerengymnastik im Wasser an.

## Beginn des Kurses:

ab der 30. Schwangerschaftswoche

## Kursleitung:

Carmen Neher

## Ort:

Klinikum Traunstein, Physikalische Abteilung, Gymnastikraum

## Wann:

Termine siehe unter

[www.kliniken-suedostbayern.de](http://www.kliniken-suedostbayern.de)

## Anmeldung:

bei Hebamme Carmen Neher

**T** 08681 45428

## Kursgebühr:

Die Kosten für Geburtsvorbereitung werden von den Krankenkassen übernommen.



# Akupunktur

## Was ist Akupunktur?

Es ist eine Ordnungs- und Regulationstherapie. Metallnadeln werden an genau definierten Punkten gesetzt. Diese Punkte setzen Reize, die nicht nur lokal wirken, sondern auch auf den gesamten Organismus. Akupunktur kann gestörte Funktionen des Organismus durch entsprechende Reizsetzung wieder in Einklang bringen und einen energetischen Ausgleich bewirken.

## Akupunktur in der Schwangerschaft

- + Schwangerschaftsübelkeit, Sodbrennen, Rückenschmerzen, Ödeme
- + Geburtsvorbereitung
- + unterstützend bei Geburtseinleitung

## Akupunktur rund um die Geburt

bei:

- + Wehenanregung
- + Wehenregulation
- + Placentalösungsstörung
- + Milchstau, Brustentzündung
- + Rückbildungsstörungen
- + Blasenfunktionsstörungen
- + mangelnder Milchbildung

## Beginn der Akupunktur:

ab der 36+0 Schwangerschaftswoche

## Ort:

Klinikum Traunstein, Station 4/2 (Wochenstation), Aufenthaltsraum

## Wann:

Termine nach Vereinbarung, vier Termine (einmal pro Woche, Dauer 20 Minuten)

## Anmeldung:

T 0861 705-1080

## Gebühr pro Sitzung:

kostenlos (Stand Juni 2013)



# Pränataldiagnostik

Der Begriff Pränataldiagnostik bezeichnet die über die normale Schwangerenvorsorge hinausgehenden vorgeburtlichen Untersuchungen des Kindes mittels Ultraschall, Fruchtwasserpunktion, Chorionzottenbiopsie (Punktion von Plazentagewebe) etc. mit dem Ziel, bestimmte Fehlbildungen oder Erkrankungen des Kindes auszuschliessen bzw. frühzeitig zu erkennen.

Viele Erkrankungen lassen sich so bereits in der Schwangerschaft behandeln. Die Kenntnis derartiger Erkrankungen ermöglicht es, die Geburt entsprechend zu planen und das Neugeborene dann ggf. sofort der notwendigen kinderärztlichen oder kinderchirurgischen Therapie zuzuführen.

Auf Anraten ihres Frauenarztes/ihrer Frauenärztin werden die pränataldiagnostischen Untersuchungen durch Oberärztin Angelika Bertges und den Ärzten der Frauenklinik Traunstein durchgeführt. Darüber hinaus steht Professor Dr. Barbara Schiessl, die in München eine Praxis für Pränatalmedizin hat, auch in Traunstein für das Erst- und Zweittrimesterscreening, Fruchtwasserpunk-

tionen, Chorionzottenbiopsien, Nabelschnurpunktionen u.v.m. zur Verfügung. Professor Dr. Schiessl besitzt die Schwerpunktbezeichnung für Spezielle Geburtshilfe und Perinatalogie sowie die Anerkennung nach DEGUM II.

## Ort:

Klinikum Traunstein

## Wann:

Termine nach Vereinbarung

## Anmeldung:

Geburtshilfliches Sekretariat

T 0861 705-1239



# Vorstellung zur Geburtsplanung

Bei allen Schwangerschaften sehen die Mutterschaftsrichtlinien vor, dass sich die Schwangere in der Geburtsklinik zur Geburtsplanung vorstellen sollte. Dies geschieht üblicherweise ab der 36. Schwangerschaftswoche. Hierbei legen wir eine geburtshilfliche Akte an und beraten Sie über die weitere Schwangerschaft und Geburt. Selbstverständlich können sie hierbei auch gerne Ihre individuellen Wünsche äußern.

## Beginn:

ab der 36+0 Schwangerschaftswoche

## Ort:

Klinikum Traunstein

## Wann:

Termine nach Vereinbarung über die Hebammen oder das Geburtshilfliche Sekretariat

## Anmeldung:

Hebammen

**T** 0861 705-1080

Geburtshilfliches Sekretariat

**T** 0861 705-1239



# Harmonische Babymassage

nach Bruno Walter

Die Harmonische Babymassage nach Bruno Walter ist keine direkte Massagetherapie. Sie ist ein Wechselspiel, ein Geben und Nehmen von zärtlichen Gefühlen. Auf spielerische Art und Weise vertieft sie die Verbindung zwischen Eltern und Kind und ist für beide Seiten eine Bereicherung.

- + bereitet den Eltern Vergnügen und Freude an der Berührung
- + fördert die Verständigung
- + schafft Vertrauen und Entspannung
- + hilft bei Unruhe
- + Austausch von Energie zwischen Eltern und Baby
- + besseres Schlafverhalten
- + hilft bei Blähungen

*„Babymassage - ein stiller Dialog der Liebe  
Zwischen einer Mutter und ihrem Baby  
Fast wie ein Ritual, ein Tanz -  
die Ruhe der Bewegungen  
Ihre kontrollierte Kraft: Zärtlichkeit und Würde.“  
Frederick Leboyer*

## Beginn der Massage:

ab 6. Lebenswoche bis ca. 6 Lebensmonate

## Kursleitung:

Carmen Neher und Marlene Pape

## Ort:

Klinikum Traunstein, Physikalische Abteilung, Behandlungsraum 4

## Wann:

freitags von 16.30 - 17.30 Uhr,  
fünf Termine (auf Anfrage)

## Anmeldung:

bei Marlene Pape  
T 08623 7343

## Kursgebühr:

50,00 Euro inkl. Massageöl  
(am ersten Kurstag bitte mitbringen)



# Rückbildungsgymnastik

Im Mittelpunkt der Rückbildungsgymnastik steht der Beckenboden, der wieder wahrgenommen und gestärkt werden soll. Alltagstaugliche Verhaltensweisen, die Beckenboden und Rücken schützen, werden erlernt.

Ziel ist es, den weiblichen Körper wieder auf den Stand vor der Schwangerschaft zurückzubilden.

Die Inhalte der Rückbildungsgymnastik sind:

- + Beckenbodenübungen
- + Bauchmuskelübungen
- + Nordic Walking
- + Fitness
- + Aqua Gymnastik
- + Entspannung
- + Spass!!!

## Beginn:

frühestmöglicher Beginn ist 6 Wochen nach der Geburt bis 9. Lebensmonat des Kindes

## Ort:

Klinikum Traunstein, Physikalische Abteilung, Gymnastiksaal

## Wann:

montags von 18:00 - 19:40 Uhr, sechs Termine

## Anmeldung:

Erika Dudla-Rudlova  
T 08669 1308101

## Kursgebühr:

Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.



# Nachsorge

Nach der Geburt betreuen die Hebammen des Klinikums Sie und Ihr Neugeborenes gerne zu Hause, wir überwachen die Rückbildungsvorgänge und beraten Sie bei Stillschwierigkeiten. Eine Liste der Nachsorgehebammen erhalten Sie gerne auf Anfrage von uns zugesandt. Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.



Ihr Hebammenteam



## Kontakt

Frauenklinik – Mutter-Kind-Zentrum

CA PD Dr. Christian Schindlbeck

### **Klinikum Traunstein**

Cuno-Niggel-Straße 3, 83278 Traunstein

Sekretariat Geburtshilfe - Pränatal

**T** 0861 / 705 - 1239

Geburtshilfe/Kreißsaal

**T** 0861 / 705 - 1080

**E** [hebammen@klinikum-traunstein.de](mailto:hebammen@klinikum-traunstein.de)