

Es ist ein Wunder,
sagt das Herz,
es ist eine große
Verantwortung,
sagt der Verstand,
es ist viel Sorge,
sagt die Angst,
es ist das größte Glück,
sagt die Liebe,
es ist ein Kind,
sagen wir.

**Schwangerschaft,
Geburt, Wochenbett
und Stillzeit: Wir
möchten Sie mit Infor-
mationsveranstaltungen,
Beratungsangeboten
und Kursen rund um
Ihre Schwangerschaft
auf den neuen Lebens-
abschnitt mit Kind
vorbereiten.**

Während Ihrer Schwangerschaft werden Sie von Ihrem Gynäkologen intensiv betreut und durch die Schwangerschaft begleitet. Zusätzlich bieten wir Ihnen Folgendes:



Wir sind für Sie da!

Vor der Geburt

Information, Beratung, Kurse

Beleghebammen

Möchten Sie gerne die Hebammenbetreuung aus einer Hand während der Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett? Mit unseren Beleghebammen können wir Ihnen genau das anbieten. Infos und Adressen gibt es über den Kreißsaal, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30.



Geburtsvorbereitung

Mit Informationen über Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach sowie Gesprächen in der Gruppe und Körperarbeit wie Entspannungs-, Körperwahrnehmungs- und Atemübungen werden Sie von uns auf alles Kommende vorbereitet. Die Geburtsvorbereitung, die von unseren Hebammen durchgeführt wird, macht Sie mit den Räumlichkeiten und der Atmosphäre unserer Klinik vertraut. Die genauen Termine und weiteren Angebote (z.B. Wassergymnastik für Schwangere) finden Sie in unserem Elternschulheft und im Internet. Rechtzeitige Anmeldung bitte im Kreißsaal, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30.

Infoabende/Kreißsaalführungen

In regelmäßigen Abständen bieten wir Ihnen die Möglichkeit, bei einem Infoabend einen Film über unsere geburtshilfliche Abteilung anzusehen, Fragen an Hebammen, Ärzte, Kinderärzte und Schwestern zu stellen und sich Mutter-Kind-Station und Kreißsaal anzusehen. Termine finden Sie im Elternschulheft und im Internet. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Fragen bitte an die Hebammen, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30.

Um allen Schwangeren frühzeitig den Kontakt zu Hebammen zu ermöglichen, bieten wir eine Hebammensprechstunde an. In dieser erhalten Sie zusätzlich zu den Vorsorgeuntersuchungen bei Ihrem Gynäkologen Informationen und Antworten auf Ihre Fragen „rund um die Geburt“. Sie sollten 4-6 Wochen vor dem errechneten Entbindungstermin einen Termin zur Anmeldung mit uns vereinbaren. Dann werden wir mit Ihnen die notwendigen Papiere anlegen und Ihre Wünsche und Vorstellungen zur Geburt festhalten. Termine über den Kreißsaal, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30.

Geburtsvorbereitende Akupunktur

Für werdende Mütter mit unauffälligem Schwangerschaftsverlauf, die sich zur Entbindung in unserem Haus entschlossen haben, bieten unsere Hebammen die geburtsvorbereitende Akupunktur an. Diese spezielle Akupunktur wirkt geburtserleichternd und verkürzt die Geburtsdauer. Informationen und Termine über den Kreißsaal, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30.

Während der Geburt

Um die Geburt für Mutter und Kind so sicher und angenehm wie möglich zu gestalten, werden Sie rund um die Uhr von unserem Team aus Hebammen, Ärzten und Kinderärzten betreut. Für Ihre „natürliche Geburt“ stehen Homöopathie, Akupunktur, Entspannungsbad sowie wechselnde Gebärlagen auf Hocker, Kreißbett, Pezziball oder in der Badewanne zur Verfügung.

Auch bei der Schmerzbekämpfung wird auf Ihre individuellen Wünsche eingegangen: Die Möglichkeiten reichen von sanfter Massage über homöopathische Mittel und Akupunktur bis zur medikamentösen Schmerzausschaltung mittels Periduralanästhesie (PDA) und der „Walking-PDA“, die es Ihnen trotz Schmerzausschaltung ermöglicht, sich bis zuletzt zu bewegen.

Sollte ein Kaiserschnitt nötig sein, kann Ihr Partner (oder eine Person Ihrer Wahl) Sie in den OP begleiten. Die optimale Versorgung der Neugeborenen, auch bei Risikoschwangerschaften (Mehrlinge, Erkrankungen des Kindes) übernehmen unsere Kinderärzte, die sich rund um die Uhr im Haus befinden. Bei jedem Kaiserschnitt und bei jeder Risikogeburt ist ein Kinderarzt anwesend.

Nach der Geburt

Integrative Wochenpflege

Um die Beziehung zwischen Ihnen und Ihrem Kind von Beginn an zu fördern, werden Sie in Ein- und Zwei-Bett-Zimmern, die mutter- und kindgerecht ausgestattet sind, versorgt. Selbstständig und doch unter der Anleitung einer Bezugsperson lernen Sie als Eltern die Bedürfnisse und Reaktionen Ihres Babys bereits während des stationären Aufenthalts kennen. Das „24h-Rooming-in“ ermöglicht einen sicheren Umgang mit dem Neugeborenen und ist somit die beste Vorbereitung für die Zeit nach Ihrer Entlassung. Bei Fragen hilft Ihnen gerne unser ganzes Team kompetent weiter. Selbstverständlich können Sie Ihr Kind auch jederzeit zwischen- durch bei den Kinderkrankenschwestern abgeben und zeitweise betreuen lassen (z.B. nach Kaiserschnitt).

Nach vorheriger Absprache mit uns besteht die Möglichkeit, ein Familienzimmer zu „beziehen“. Familienzimmer heißt, dass Ihr Mann/Partner Sie während des Krankenhausaufenthalts begleitet und in den ersten Tagen mit Ihrem Neugeborenen rund um die Uhr unterstützt. Der Krankenhausaufenthalt ist für den Partner kostenlos.

Babyfrühstück

Wir bieten montags und Donnerstagsvormittag während Ihres Krankenhausaufenthaltes auf der Mutter-Kind-Station eine Beratung zu den Themen Stillen, Flaschenernährung und Beikost an. Ansprechpartnerin ist Jutta Orth, Stillberaterin, Tel.: 0 26 51/83 - 43 33.

Häusliche Wochenbettpflege

Während Ihres Wochenbettes haben Sie Anspruch auf Hebammen-Hilfe zuhause. Eine rechtzeitige Anmeldung ist wichtig. Unsere Hebammen informieren Sie gerne, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30.

Stillambulanz

Fragen zum Thema Stillen, Flaschenernährung und Beikost beantworten wir Ihnen montags und Donnerstagsvormittag auch nach Ihrem Krankenhausaufenthalt. Informationen erhalten Sie bei Jutta Orth, Stillberaterin, Tel.: 0 26 51/83 - 43 33.



Angebote der Elternschule

Nach Ihrer Entbindung finden Sie im aktuellen Elternschulheft verschiedene Angebote für Eltern und Kind wie z.B.

- **Rückbildungsgymnastik mit und ohne Kind**
- **PEKiP**
- **Babyschwimmen**
- **und vieles andere.**

Informationen zu den einzelnen Angeboten erhalten Sie im Kreißsaal, Tel.: 0 26 51/83 - 47 30 und bei der Familienbildungsstätte in Mayen, Tel.: 0 26 51/68 00.

Aktuelle Elternschulhefte erhalten Sie bei Ihrem betreuenden Gynäkologen, im Kreißsaal und bei der Familienbildungsstätte Mayen.

So erreichen Sie uns:

Gemeinschaftsklinikum
Koblenz-Mayen
St. Elisabeth Mayen
Gynäkologie und Geburtshilfe
Siegfriedstr. 20-22
56727 Mayen

Tel. Kreißsaal: 0 26 51/83-37 30 od. 83-47 30
Tel. Mutter-Kind-Station: 0 26 51/83-23 00 und 83-47 35
Tel. Ambulanz Chefarzt Dr. Walter Ernst: 0 26 51/83-37 01
E-Mail: kreisssaal-mayen@gemeinschaftsklinikum.de
www.gemeinschaftsklinikum.de

GEMEINSCHAFTS
KLINIKUM
KOBLENZ-MAYEN
ST. ELISABETH MAYEN

Rund um die Geburt



Unsere Angebote für werdende Eltern