



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT
SOZIALES, GESUNDHEIT
FAMILIE UND FRAUEN

HEBAMMEN UND ANDERE GESUNDHEITSBERUFE BERATEN FAMILIEN



Gesundheitsförderung und praxisnahe
Informationen für den Familienalltag



LIEBE ELTERN,

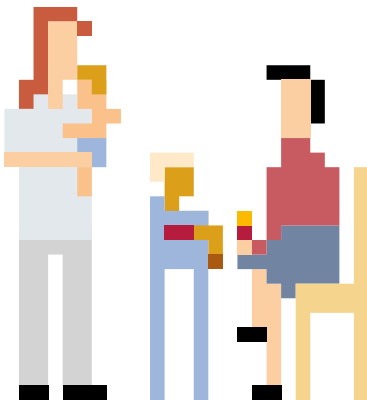
Kinder bedeuten persönliches Glück und Sinnggebung für das ganze Leben. Sie sichern zugleich Bestand und Zukunft unserer Gesellschaft. Egal, ob das erste Kind unterwegs ist oder bereits ein oder mehrere Geschwister auf das Baby warten, jedes Kind bringt in seiner Einzigartigkeit Leben und Herausforderungen in den Alltag der Eltern und der ganzen Familie.

Am Anfang ist vieles neu, zudem werden entscheidende Weichen gestellt, denn die erste Lebensphase ist besonders wichtig. In dieser Zeit haben (werdende) Eltern viele Fragen:

- Was können wir als Mutter und Vater für einen gesunden Schwangerschaftsverlauf und eine gute Geburt tun?
- Wie wirken sich Schwangerschaft und Geburt auf unsere Partnerschaft aus?
- Wo und wie soll unser Kind zur Welt kommen?
- Wie ernähren und pflegen wir das Baby richtig?
- Was kommt mit der neuen Familiensituation und der Verantwortung als Eltern auf uns zu?
- Wo sind Eltern-Kind-Gruppen oder Kinderbetreuungsmöglichkeiten in der Nähe?
- Wo erhalten wir Rat und Unterstützung in Fragen der Erziehung oder Partnerschaft?
- Wer hilft bei finanziellen Schwierigkeiten oder wenn die Wohnung zu klein geworden ist?
- Und noch viele Fragen mehr!

Um die Lust auf Familie und ein Leben mit Kindern zu fördern, habe ich 2005 die Initiative VIVA FAMILIA ins Leben gerufen. Mit den zahlreichen Maßnahmen dieser Initiative wollen wir junge Eltern ganz praktisch beim Start in die Familie unterstützen.

Vor allem Hebammen sind während der Schwangerschaft, bei der Geburt und in der Zeit danach wichtige Ansprechpartnerinnen für die Familie. Daher bieten wir in Zusammenarbeit mit dem Hebammen-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. und weiteren Berufsverbänden das Fortbildungsprogramm „Hebammen und andere Gesundheitsberufe beraten Familien“ an. Mit diesem Programm wollen wir den vertrauensvollen Zugang von Hebammen und anderen Gesundheitsfachkräften in



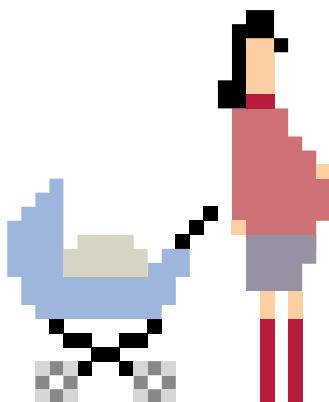
der ersten Familienphase nutzen, ihren Blick verstärkt auf Fragen von jungen Eltern in der neuen Familiensituation lenken und sie über die Angebote der Kinder- und Jugendhilfe informieren. So können sie noch gezielter jungen Eltern die Orientierung in der neuen Rolle in der Familie und im sozialen Umfeld erleichtern, mögliche Unterstützungsangebote aufzeigen und den Weg zu familienrelevanten Einrichtungen öffnen.

Sie, liebe Eltern, haben einen gesetzlichen Anspruch auf Unterstützung durch eine Hebamme Ihrer Wahl. Die Krankenkassen tragen die Hebammenhilfe. Wenden Sie sich bei Fragen daher rechtzeitig an Ihre Krankenkasse. Dieser Flyer will Sie über die Leistungen von Hebammen informieren und ermutigen, von Ihrem Recht Gebrauch zu machen.

Malu Dreyer

Malu Dreyer

Ministerin für Arbeit, Soziales,
Gesundheit, Familie und Frauen
des Landes Rheinland-Pfalz



WÄHREND DER SCHWANGERSCHAFT

Von Beginn der Schwangerschaft an bieten Hebammen – auch bei Ihnen zu Hause:

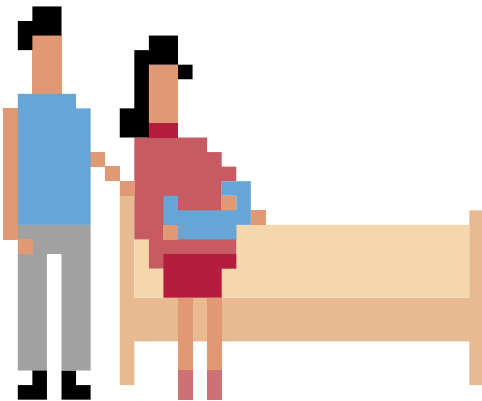
- Vorgespräche bis 1,5 Stunden
- Persönliche Beratung zu den Themen:
 - Ernährung und Lebensweise in der Schwangerschaft
 - Partnerschaft und Sexualität
 - Möglichkeiten der Geburtsvorbereitung
 - Praktische Vorbereitung auf Ihr Kind
 - Soziale Hilfen in der Schwangerschaft und im Wochenbett
- Vorsorgeuntersuchungen nach den Mutterschaftsrichtlinien auch im Wechsel mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt
 - Beratung
 - Blutuntersuchungen
 - Urin- und Blutdruckuntersuchungen
 - Feststellung der Lage und Größe Ihres Kindes
 - Kontrolle der Herztöne Ihres Kindes
- Hilfeleistungen
 - Bei körperlichen und seelischen Schwangerschaftsbeschwerden
 - Bei vorzeitigen Wehen (in Zusammenarbeit mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt)
 - Bei besonderen Belastungen
- Geburtsvorbereitung
 - In Frauen- oder Paargruppen
 - Auf ärztliche Anweisung in Einzelstunden

In den Geburtsvorbereitungen 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

Hebammen leiten die normale Geburt in eigener Verantwortung.

- 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



Hebammen begleiten und unterstützen die Mutter, ihren Partner oder ihre Partnerin in allen Phasen der Geburt.

- Sie unterstützt die Mutter bei der Atmung, sorgt für Zeiten der Entspannung und hilft bei der Wahl der Gebärposition.
- 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 hilft der Familie, die Tage vor und nach der Geburt zu organisieren.

IM WOCHENBETT

Während der ersten Wochen nach der Geburt hat jede Frau Anspruch auf Hebammenhilfe.

In den ersten 10 Tagen nach der Geburt können Sie bis zu 20 Leistungen in Form von Beratungen oder Haus- und Praxisbesuchen erhalten, unabhängig davon, ob die Geburt stationär, ambulant oder als Hausgeburt stattgefunden hat.

Im Zeitraum zwischen dem 11. Tag nach der Geburt und dem Ablauf von 8 Wochen nach der Geburt sind weitere 16 Leistungen möglich.

Nach der 8. Lebenswoche bis zum 9. Lebensmonat des Kindes beziehungsweise bis zum Ende der Stillzeit können Sie bis zu 8 weitere Leistungen zum Thema Stillen und Ernährung in Anspruch nehmen. In besonderen Situationen ist es durch ein ärztliches Attest möglich, die Betreuung durch die Hebamme zu erweitern.

Modellprojekt zur Verlängerung von Hebammenleistungen (2010 – 2012):

In einem zweijährigen Modellprojekt des Landes Rheinland-Pfalz und der AOK Rheinland-Pfalz können ab Mitte 2010 in den Regionen Mainz (Städte Mainz und Worms, Landkreise Mainz-Bingen, Alzey-Worms und Bad Kreuznach) und Trier (Stadt Trier, Landkreise Trier-Saarburg, Bitburg-Prüm, Berncastel-Wittlich, Vulkaneifel, Birkenfeld und Cochem-Zell) Hebammen Familien bis zu einem halben Jahr besuchen. Ziel des wissenschaftlich begleiteten Projektes ist es, Eltern durch die längere Betreuung durch Hebammen in der Zeit nach der Geburt stärker zu unterstützen und das gesunde Aufwachsen des Kindes zu fördern. Nutzen sie dieses Projekt, wenn Sie in diesen Regionen leben!

Wochenbettbetreuung durch die Hebamme:

Die Hebamme gibt emotionale und praktische Hilfestellung, achtet auf das Wohlergehen von Kind, Mutter, Partner oder Partnerin, begleitet die Rückbildungs-, Umstellungs- und Heilungsprozesse, hilft beim Stillen und berät in allen Fragen rund um das Leben mit dem Neugeborenen.

Sie leitet die Eltern in der praktischen Babypflege und Babyversorgung an, gibt wertvolle Tipps zur Förderung der Eltern-Kind-Bindung, informiert über Vorsorgeuntersuchungen, Allergievorbeugung, die Ernährung des Kindes und Familienplanung. Bei Komplikationen verweist sie weiter an entsprechende Fachstellen.

Darüber hinaus bieten viele Hebammen Kurse rund um das Baby und die Familie an, wie beispielsweise Rückbildungsgymnastik, natürliche Familienplanung, Leben mit dem Neugeborenen, Still- und Krabbelgruppen und Babymassage.



LIEBE (WERDENDE) MÜTTER UND VÄTER,

in einer ganz besonderen Zeit Ihres Lebens möchten wir, die Hebammen des Landesverbandes Rheinland-Pfalz, Sie begleiten, beraten und unterstützen. Wir möchten Sie darin bestärken, „Guter Hoffnung“ sein zu können, die Zeit der Schwangerschaft, Geburt und die „Flitterwochen“ mit Ihrem Baby zu genießen. Aber auch in kritischen und unklaren Situationen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung. Am besten setzen Sie sich von Beginn der Schwangerschaft an direkt mit einer Hebamme Ihrer Wahl und Ihres Vertrauens in Verbindung. Bei der Suche helfen wir Ihnen gerne.

Ich wünsche Ihnen eine wunderbare Zeit mit Ihrem Baby und viele glückliche Momente zusammen mit Ihrer Familie!

A handwritten signature in black ink that reads "Birgit Aurin". The signature is fluid and cursive.

Ihre Birgit Aurin

1. Vorsitzende

Hebammen-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.

So finden Sie Hebammen in Ihrer Nähe:

Hebammen-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.

Birgit Aurin, 1. Vorsitzende

Tel.: 06753 962086

aurin-hebammen-rlp@gmx.de

www.hebammen-rlp.de

Oder fragen Sie:

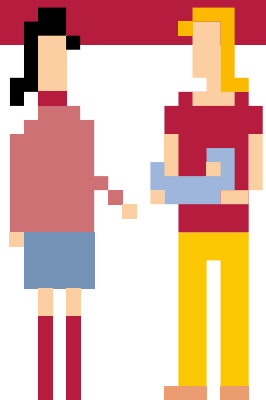
- Ihre Ärztin oder Ihren Arzt
- Ihre Krankenkasse
- Gesundheitsämter
- Familienbildungsstätten
- Familienzentren
- Familien- und Schwangerenberatungsstellen

Kontaktadressen erhalten Sie

über die Online-Suche des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Familie und Frauen des Landes Rheinland-Pfalz unter **www.onlinesuche.rlp.de**

Weitere Informationen zu VIVA FAMILIA finden Sie unter **www.vivafamilia.de**

„Wenn Kinder klein sind, gib ihnen tiefe Wurzeln –
wenn sie groß sind, gib ihnen Flügel.“
(indische Weisheit)



HERAUSGEBER

Herausgeber:

Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Familie und Frauen des Landes Rheinland-Pfalz
Referat Reden und Öffentlichkeitsarbeit
Bauhofstraße 9, 55116 Mainz
www.masgff.rlp.de
www.vivafamilia.de

Gestaltung: www.grafikbuero.com

Druck: RT Druckwerkstätten GmbH, Mainz-Ebersheim
gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

© November 2010

Hinweis:

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Landesregierung Rheinland-Pfalz herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch Wahlbewerberinnen und -bewerbern oder Wahlhelferinnen und -helfern im Zeitraum von sechs Monaten vor einer Wahl zum Zweck der Wahlwerbung verwendet werden. Dies gilt für Kommunal-, Landtags-, Bundestags- und Europawahlen. Missbräuchlich ist während dieser Zeit insbesondere die Verteilung auf Wahlveranstaltungen, an Informationsständen der Parteien sowie das Einlegen, Aufdrucken und Aufkleben parteipolitischer Informationen oder Werbemittel. Untersagt ist gleichfalls die Weitergabe an Dritte zum Zwecke der Wahlwerbung. Auch ohne zeitlichen Bezug zu einer bevorstehenden Wahl darf die Druckschrift nicht in einer Weise verwendet werden, die als Parteinahme der Landesregierung zu Gunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.



RheinlandPfalz

MINISTERIUM FÜR ARBEIT,
SOZIALES, GESUNDHEIT,
FAMILIE UND FRAUEN

Bauhofstraße 9
55116 Mainz

Poststelle@masgff.rlp.de
www.masgff.rlp.de