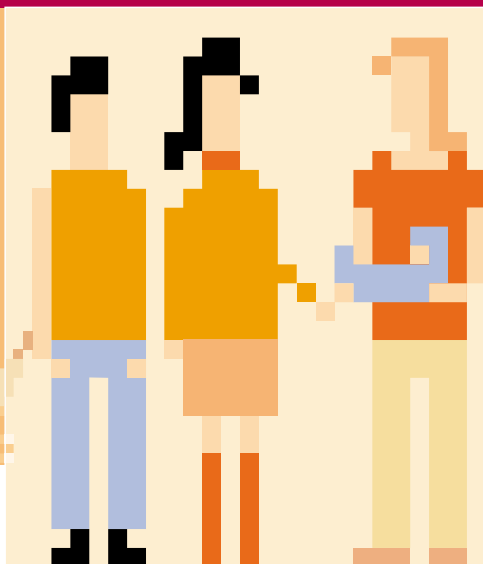


RheinlandPfalz



Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit

Hebammen beraten Familien



**Gesundheitsförderung und
praxisnahe Informationen**
für den Familienalltag



Arbeit

Soziales

Familie

Gesundheit

Grußwort



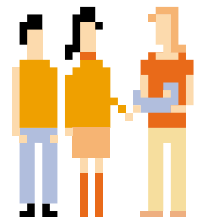
Kinder bedeuten persönliches Glück und Sinngebung für das ganze Leben. Sie sichern zugleich Bestand und Zukunft unserer Gesellschaft. Um die Lust auf Familie und ein Leben mit Kindern zu fördern, habe ich vor gut einem Jahr die Initiative „Viva Familia“ ins Leben gerufen. Mit den zahlreichen Maßnahmen dieser Initiative wollen wir junge Eltern ganz praktisch beim Start in die Familie unterstützen. Das Ziel des Projekts „Hebammen beraten Familien“ ist dabei die Beratung und Begleitung durch Hebammen vor, während und nach der Geburt eines Kindes.

Egal, ob das erste Kind unterwegs ist oder bereits ein oder mehrere Geschwister auf das Baby warten, jedes Kind bringt in seiner Einzigartigkeit neues 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 für die Familie zu klein geworden ist?
- Und noch viele Fragen mehr!

Hebammen sind während der Schwangerschaft, bei der Geburt und in der Zeit danach wichtige Ansprechpartnerinnen für Familien. In Zusammenarbeit mit dem Hebammen-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V. bieten wir Hebammen das Fortbildungsprogramm „Hebammen beraten Familien“ an.



Während der Schwangerschaft

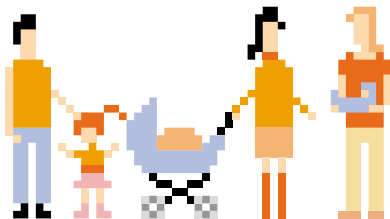
Dieses Programm soll sie in die Lage versetzen, jungen Eltern noch gezielter praktische Informationen und Hilfestellungen bei Alltagsproblemen und Unsicherheiten in der Phase nach der Geburt eines Kindes zu geben und über Unterstützungsangebote zu informieren.

Sie, liebe Eltern, haben das Recht auf Unterstützung durch eine Hebamme Ihrer Wahl. Dieser Flyer will Sie hierüber informieren und ermutigen, von Ihrem Recht Gebrauch zu machen.

M. Dreyer

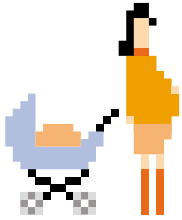
Malu Dreyer

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



Während der Schwangerschaft bieten Hebammen:

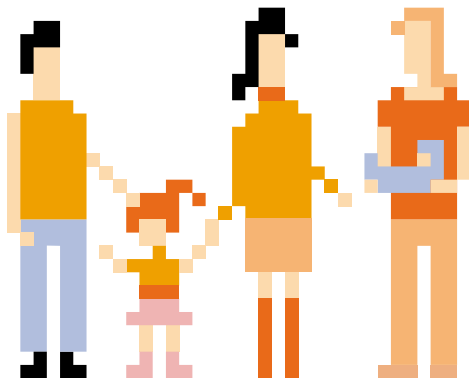
- **Persönliche Beratung zu den Themen**
 - Ernährung und Lebensweise in der Schwangerschaft
 - Partnerschaft und Sexualität
 - Möglichkeiten der Geburtsvorbereitung
 - Praktische Vorbereitungen auf Ihr Kind
 - Soziale Hilfen in der Schwangerschaft und im Wochenbett
- **Vorsorgeuntersuchungen nach den Mutterschaftsrichtlinien**
 - Beratung
 - Blutdruckuntersuchung
 - Urin- und Blutuntersuchungen
 - Feststellen der Lage und Größe Ihres Kindes
 - Kontrolle der Herztöne Ihres Kindes
- **Hilfeleistungen**
 - Bei Schwangerschaftsbeschwerden
 - 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 Entspannungübungen 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.

Nach der 8. Lebenswoche bis zum Ende der Abstillphase besteht die Möglichkeit, bei Stillproblemen die Hebamme noch bis zu 4-mal zu kontaktieren. 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 zwischen dem 2. und 5. Tag Blut zur Untersuchung auf eventuelle Stoffwechselstörungen. Sie informiert

über verschiedene Maßnahmen zur Vorbeugung, die in der Neugeborenen- und Säuglingszeit angeboten werden.

- **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 Gebäuterrückbildung, 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 insbesondere 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 Wochenbettgymnastik, aufbauender Beckenbodengymnastik, natürlicher Familienplanung, Babymassage und Stillgruppen.

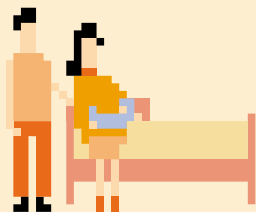
Praxisnahe Informationen für den Familienalltag

Was nicht ausdrücklich im Leistungskatalog der Hebammen genannt ist, aber mehr und mehr in ihre Arbeit einfließt, ist die Bereitschaft und Fähigkeit von Hebammen, 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 Hilfsmöglichkeiten aufzuzeigen. Mit dem Fortbildungsprogramm „Hebammen beraten Familien“ wird die Kompetenz der Hebammen, Familien praxisnah zu beraten, gefördert.

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!



Herausgeber:

Ministerium für Arbeit, Soziales, Familie
und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz
Referat für Reden und Öffentlichkeitsarbeit
Bauhofstraße 9, 55116 Mainz
www.masfg.rlp.de
www.vivafamilia.de
Broschürentelefon: 0 61 31 / 16 20 16

Gestaltung: www.grafikbuero.com

Druck: Druckerei Werum, Mainz



Hinweis

Diese Druckschrift wird im Rahmen der Öffentlichkeitsarbeit der Landesregierung Rheinland-Pfalz herausgegeben. Sie darf weder von Parteien noch Wahlbewerberinnen und -werbern 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 zugunsten einzelner politischer Gruppen verstanden werden könnte. Den Parteien ist es gestattet, die Druckschrift zur Unterrichtung ihrer eigenen Mitglieder zu verwenden.

gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier

© Januar 2006

So finden Sie Hebammen in Ihrer Nähe

Kontaktadressen von Hebammen erhalten Sie bei:

- Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt
- Krankenkassen
- Gesundheitsämtern
- Familienbildungsstätten
- Familienzentren
- über die Online-Suche des Ministeriums für Arbeit, Soziales, Familie und Gesundheit des Landes Rheinland-Pfalz unter www.masfg.rlp.de
- unter www.hebammensuche.de

Den Hebammen-Landesverband-Rheinland-Pfalz. e.V. erreichen Sie über:

Evi Kullmann, 1. Vorsitzende

Tel.: 061 31 - 8 62 61

Evi.Kullmann@hebammen-rlp.de



Elisabeth Linka, 2. Vorsitzende

Tel.: 06 71 - 9 20 21 49

Elisabeth.Linka@hebammen-rlp.de

und im Internet unter www.hebammen-rlp.de

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