



kkhm
Krankenhaus
Mechernich

Elternschule
Infos, Beratung und Kurse
während und nach der Geburt.



Inhaltsverzeichnis

Ihr Team im Krankenhaus Mechernich	4
Babyfreundliches Krankenhaus	6
Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe	8
Das Hebammenteam	10
Wochenbetthebammen	10
Klinik für Kinder- und Jugendmedizin	12
Sozialpädiatrisches Zentrum Mechernich	16
Eifelkids – Pflege in Ihrem Zuhause	19
Kurse und Angebote	20
Infoabend	22
Ärztliches Planungsgespräch	23
Stillambulanz	24
Stillinfoabend	26
Peridural (PDA)-Sprechstunde	27
Geburtsvorbereitung für Paare	28
Hebammensprechstunde	30
Wochenbettbetreuung	31
Mutter-Kind-Treff	32
Babymassage	33
Rückbildungsgymnastik	35
Babysprechstunde	36
Physiotherapie für Kinder	37
Eltern-Kind-Schwimmen	38

Ihr Team im Krankenhaus Mechnich

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe



Chefärztin
Dr. Tatjana Klug



Leitende Oberärztin
Susanne Schnitzler



**Oberarzt & Leiter
gynäkologische
Operationen**
Michael Rosenfeld



Oberärztin
Monika Dreßler



Bereichsleitung
Sabrina Bredl

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin



Chefarzt
Dr. Herbert Schade



Chefarzt
Wael Shabanah



Oberärztin
Dr. Kira Jungbluth



Oberärztin
Veronika Schröder



Bereichsleitung
Lydia Schenkel K1-3



Stv. Bereichsleitung
Brigitte Devald K1-2



Stv. Bereichsleitung
Renate Schüller K3

Liebe Eltern,

die Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit einem Neugeborenen sind ein ganz besonderer Lebensabschnitt. Genießen Sie die Zeit und bereiten Sie sich intensiv auf den Augenblick vor, in dem Ihr Kind das Licht der Welt erblicken wird. Für Mutter, Vater und Kind sind es tief berührende Erfahrungen von Nähe und Hingabe. In dieser Zeit bedarf es einer vertrauensvollen Beziehung zwischen der Mutter beziehungsweise den Eltern und denen, die Sie auf diesem Weg individuell begleiten. Das geburtshilfliche Team steht Ihnen in jeder Phase mit menschlichem und fachlichem Rat zur Seite.

Geburtshilfe und Kinderklinik sind bei uns unter einem Dach vereint, was – verbunden mit einer modernen medizinisch-technischen Ausstattung – den hier geborenen Babys und ihren Müttern ein hohes Maß an Sicherheit garantiert. Wir legen Wert auf ein angenehmes, komfortables Umfeld, in dem Sie Ihre Entbindung individuell gestalten können.

Mit den Angeboten der Elternschule möchten wir Sie in der Schwangerschaft, im Wochenbett und über die Stillzeit hinaus unterstützen und umfassend beraten.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind von Herzen alles Gute!

Ihre Teams der Geburtshilfe und Kinderklinik
im Krankenhaus Mechernich



Babyfreundliches Krankenhaus

Das Krankenhaus Mechernich hat sich in den letzten Jahren auf den Weg zum Zertifikat Babyfreundliches Krankenhaus gemacht, dem internationalen Qualitätssiegel für Geburts- und Kinderkliniken nach WHO-Standard. Im Sommer 2016 wurde es schließlich erfolgreich zertifiziert und zählt seither zu den wenigen Krankenhäusern bundesweit, deren Geburts- sowie Kinderklinik mit dem Siegel „zertifizierte Perinatal-klinik“ ausgezeichnet sind.

Babyfreundliche Krankenhäuser stimmen ihre Arbeitsabläufe so ab, dass Mutter und Kind einen optimalen Start ins Leben genießen können. Ärzte, Hebammen, Krankenschwestern und Kinderkrankenschwestern begleiten sie gemeinsam durch die ersten Tage nach der Geburt.

Durch das „24-Stunden-Rooming-in“, bei dem Sie das Kind Tag und Nacht selbst versorgen können, ist das Zusammensein von Eltern und Kind ungestörter und sie können sich entspannter kennenlernen.

Unser Babyfreundlicher Weg – Zehn Schritte

1. Wir haben schriftliche Grundlagen für unsere geburtshilfliche Arbeit entwickelt. Sie beruhen auf den „Zehn Schritte für eine Babyfreundliche Geburtsklinik zur Umsetzung der B.E.St.[®]-Kriterien“. Diese werden mit allen MitarbeiterInnen regelmäßig besprochen.
2. Alle MitarbeiterInnen werden so geschult, dass sie über die notwendigen Kenntnisse und Fähigkeiten für die Umsetzung der B.E.St.[®]-Richtlinien verfügen.
3. Alle schwangeren Frauen werden bei uns über die Bedeutung und die Praxis der Bindungs- und Entwicklungsförderung unter Einbeziehung des Stillens informiert.
4. Wir ermöglichen den Müttern, unmittelbar ab Geburt ununterbrochenen Hautkontakt mit ihrem Baby zu haben, mindestens eine Stunde lang oder bis das Baby das erste Mal gestillt wurde.
5. Den Müttern wird korrektes Anlegen gezeigt und ihnen erklärt, wie sie ihre Milchproduktion aufrechterhalten können, auch im Falle einer Trennung von ihrem Kind.
6. Wenn es keine medizinische Indikation gibt, wird den Neugeborenen weder Flüssigkeit noch sonstige Nahrung zusätzlich zur Muttermilch gegeben, um den Aufbau des Stillprozesses nicht zu stören.
7. Wir praktizieren „24-Stunden-Rooming-in“ – Mutter und Kind bleiben Tag und Nacht zusammen.
8. Es gibt keine zeitlichen Regeln: Wir ermuntern die Mütter zum Stillen/Füttern nach Bedarf.
9. Den gestillten Kindern werden keine künstlichen Sauger gegeben, da sonst eine Saugverwirrung beim Säugling entstehen kann.
10. Wir informieren über unsere Stillgruppen und sonstigen Angebote in der Geburtshilfe. Unsere Stillbroschüre kann Fragen beantworten und wir stehen jederzeit mit Rat und Tat zur Verfügung.

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Geburt in Sicherheit und Geborgenheit

Die Zeit der Schwangerschaft und der Geburt, eines der wichtigsten Ereignisse unseres Lebens, war noch nie so sicher wie heute. Durch eine individuelle und familienorientierte Atmosphäre möchten wir Ihnen ein positives Erleben dieser wichtigen Zeit ermöglichen.

Die Geburt

Unsere Wochenstation erlaubt eine Versorgung ganz nach Ihren Wünschen. Wohnliche, moderne Kreißsäle ermöglichen Ihnen jede gewünschte Gebärposition, gerne können Sie Ihr Kind bei uns auch im Wasser zur Welt bringen. Es ist selbstverständlich, dass Ihr Partner bei der Geburt anwesend sein und Sie unterstützen kann, auch bei einem Kaiserschnitt in Teilnarkose. Zu Ihrer Sicherheit steht neben allen modernen Überwachungsmethoden rund um die Uhr ein Team aus Fachärzten der Kliniken für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Anästhesie sowie Kinderheilkunde zur Verfügung, so dass auch die Peridural-anästhesie (PDA) zur deutlichen Schmerzlinderung jederzeit möglich ist. Unmittelbar nach der Geburt können Sie Ihr Kind an die Brust legen. Innerhalb der ersten zwei Stunden bleiben Sie von Hebammen betreut im Kreißsaal.

Mutter und Kind sind unsere Gäste

Ihre Entbindung kann bei uns von einer Beleghebamme oder angestellten Hebammen betreut werden. Grundsätzlich ist Ihr Kind nach der Geburt rund um die Uhr bei Ihnen (Rooming-in), das Personal der Wochenstation steht Ihnen unterstützend und beratend zur Seite.

Die Vorsorgeuntersuchung (U2) erfolgt durch den täglich anwesenden Kinderarzt, ebenso die routinemäßige Hüft- und Nierensonographie bei Ihrem Kind. Untersuchungen und Entlassungen erfolgen bei uns um 15 Uhr, auch an Wochenenden und Feiertagen.

Wir wünschen, dass Sie, Ihr Baby und Ihr Partner sich bei uns geborgen fühlen. Deshalb wenden Sie sich frühzeitig an uns, damit wir Ihnen im Gespräch und in den angebotenen Veranstaltungen vermitteln können, dass Sie in guten Händen sind.

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.



Das Hebammenteam

Wochenbetthebammen

Auf Wunsch betreuen wir Sie auch zu Hause.
Bitte nehmen Sie frühzeitig Kontakt zu uns auf.

Schäfer Silke

Kreis Adenau, Bad Münstereifel

☎ 0 26 95 / 93 18 72

Mariola Großwendt

Mechernich

☎ 0 24 43 / 15 34

Laura Puderbach

Dahlem

☎ 0 171 / 481 82 69

Lena Posselt

Erfstadt

☎ 0 22 35 / 465 54 92

Laura May

Gerolstein

☎ 0 175 / 787 45 40

✉ laura.eifel@web.de

www.hebamme-vulkaneifel.de

Als Hebammen sind wir auch im Rahmen der Hebammen-sprechstunde bei Beschwerden in der Schwangerschaft (siehe Seite 30) und der Wochenbettbetreuung (siehe Seite 31) für Sie da. Sprechen Sie uns an – wir beraten Sie gerne.



Beleghebammen

Oder lassen Sie sich von einer Beleghebamme Ihrer Wahl in der Schwangerschaft begleiten und entbinden Sie bei uns:

Rebecca Scheidtweiler

Heimbach

☎ 0176/4736 98 87

✉ info@eifelherz-hebammen.de

Michelle Jannes

Mechernich

☎ 0176/6379 46 10

✉ info@eifelherz-hebammen.de

Cristina Zimmermann-Holz

☎ 02449/78 88

☎ 0177/43226 63

✉ hebamme.cristina@t-online.de
www.derersteschrei.de

Danja Ricke

☎ 0151/1158 6274

✉ hebamme.danja@outlook.de



Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Unser Motto: Ganzheitliche Betreuung „aller“ Kinder und Jugendlichen durch Kinder- und Jugendarzt sowie Kinderkrankenschwestern im Verbund mit den Spezialisten der anderen Kliniken.

Die Klinik für Kinder- und Jugendmedizin des Krankenhauses Mechnich bietet eine umfassende medizinische Versorgung für alle Kinder – vom Neugeborenen bis ins Jugendalter.

Bei uns in guten Händen

Wir untersuchen gleich nach der Geburt alle Neugeborenen der geburtshilflichen Klinik und wenn erforderlich betreuen wir kranke Säuglinge und Frühgeborene unter einem Dach ohne weite räumliche Trennung von der Mutter. Die Neonatologie befasst sich mit der Versorgung von Frühgeborenen sowie kranken Neugeborenen und betreut alle Risikogeburten der Geburtshilfe im Kreißsaal und im OP. Umfangreiche diagnostische Möglichkeiten, speziell für die kleinen Patienten, stehen dabei zur Verfügung, bis hin zu einer Kinder-Intensivstation. Auf dieser Inten-



sivstation mit vier Beatmungsplätzen stehen Intensivinkubatoren sowie hochmoderne Beatmungs- und Überwachungsgeräte zur Verfügung, so dass auch Frühgeborene versorgt werden können.

Der Chefarzt besitzt die Teilgebietsbezeichnung Neonatologie, wodurch die medizinische Qualität sichergestellt wird. Durch die Teilnahme an der Neonatallerhebung der Landesärztekammer Nordrhein sowie der neonatologischen Arbeitsgemeinschaft Bonn wird der Leistungsstandard fortlaufend überprüft.

Interdisziplinäre Zusammenarbeit

Alle Neugeborenen der geburtshilflichen Klinik werden täglich vom Kinder- und Jugendarzt untersucht. Die U1 nach der Geburt und die U2 am 3. bis 10. Lebenstag werden in der Regel im Krankenhaus durchgeführt.

Neben diesen gesetzlichen Vorsorgen erhalten die Neugeborenen zwecks Früherkennung von Reifungsstörungen der Hüfte und angeborenen Nierenerkrankungen zusätzlich eine Ultraschalluntersuchung der Hüften und der Nieren.

Alle Kinder erhalten zudem einen kostenlosen Hörtest, der die Hörbahnen von der Ohrmuschel bis zum zentralen Nervensystem überprüft. Die gesetzlichen Früherkennungsuntersuchungen (U1 bis U11) und die Jugendgesundheitsuntersuchung J1 und J2 dienen der Erkennung von angeborenen und erworbenen Erkrankungen im Kindesalter einschließlich Entwicklungsstörungen sowie der Vorbeugung von z. B. Karies, der Unfallprophylaxe und der Durchführung von Impfungen.

Auch alle kindlichen und jugendlichen Patienten der operativen Kliniken werden ärztlich interdisziplinär versorgt und von unserem Fachpersonal pflegerisch betreut. Damit die Kleinen während eines stationären Aufenthaltes von ihren Eltern nicht getrennt werden müssen, ist die Mitaufnahme der Eltern – sofern freie Betten verfügbar sind – möglich.

Ambulanz

Wir verfügen selbstverständlich über eine Notfallambulanz, und auch in der Privatambulanz von Dr. Herbert Schade können Sie Ihr Kind behandeln lassen. Weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit ist nach einer Überweisung vom Kinder- und Jugendarzt die Betreuung von Kindern mit Diabetes mellitus und Krampfleiden. Weitere Leistungen sind Sonografie und Konsiluntersuchungen.

Über die reine Behandlung hinaus stehen wir Ihnen auch weiter beratend zur Seite. Wir bieten z. B. spezielle Schulungen für kranke Kinder und Eltern an und regelmäßig finden Diabetes- und Asthma-Schulungen für Eltern und Kinder statt.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.





Sozialpädiatrisches Zentrum Mechernich

Für wen und warum?

Kinder mit Entwicklungs- und Verhaltensstörungen und emotionalen Störungen sowie chronisch kranke Kinder benötigen nicht nur einzelne Therapien, sondern umfassende Betreuung. Bei dieser Betreuung werden nicht nur die einzelnen Elemente der Therapie, sondern auch die psychische Situation des Einzelnen und der Familie berücksichtigt.

Manchmal sind diese Herausforderungen so komplex, dass sie von dem einzelnen Kinder- und Jugendarzt und den Fachtherapeuten nicht zu leisten sind. Seit 2004 gibt es deshalb im Kreis Euskirchen ein Sozialpädiatrisches Zentrum, in dem Ärzte, Psychologen, Heilpädagogen, Sprach- und Ergotherapeuten sowie Krankengymnasten eng zusammenarbeiten.

Wer wird im Sozialpädiatrischen Zentrum untersucht und behandelt?

- Neu- und Frühgeborene mit Entwicklungsauffälligkeiten
- Kinder und Jugendliche mit Auffälligkeiten in ihrer Entwicklung:
 - die zu spät oder nicht altersentsprechend sprechen
 - sich nicht altersentsprechend koordiniert bewegen können
 - in der Schule oder im Kindergarten Probleme haben
- Kinder und Jugendliche, die Verhaltensstörungen und emotionale Störungen zeigen, z. B.:
 - übermäßig ängstlich und zurückgezogen sind
 - übermäßig aggressiv sind
 - immer ausgegrenzt werden oder sich selbst immer ausgrenzen
 - übermäßig aktiv und unkonzentriert sind
- Kinder und Jugendliche mit chronischen Erkrankungen, die zu einer psychischen und familiären Belastung führen
- Kinder und Jugendliche nach Vernachlässigung, Misshandlung und sexuellem Missbrauch
- Kinder und Jugendliche, die eine Behinderung oder autistische Störung zeigen
- sehr unruhige Säuglinge, Kinder mit Schlaf- oder Essschwierigkeiten

Für die Untersuchung im Sozialpädiatrischen Zentrum ist eine fachärztliche Überweisung notwendig.

Kontakt

Sozialpädiatrisches Zentrum
Im Schmidtenloch 34
53894 Mechernich
☎ 02443/17-1670



Eifelkids – Pflege in Ihrem Zuhause

Ein schwer krankes oder chronisch krankes Kind zu Hause zu versorgen, ist für die Angehörigen eine große Herausforderung. Hier unterstützt die ambulante Kinderkrankenpflege die Familien bei der Pflege und Betreuung des Kindes.

Wir kommen zu Ihnen – oft in einer Ausnahmesituation, in der Ihr Kind beispielsweise mit einer chronischen Erkrankung kämpft. Unsere MitarbeiterInnen wissen, dass dies viel Fingerspitzengefühl und Einfühlungsvermögen erfordert. Durch unsere jahrelange Erfahrung auf den Kinderstationen und der Kinder-Intensivstation des Krankenhauses verfügen wir über die erforderlichen medizinischen Kenntnisse und die nötigen sozialen Kompetenzen.

Unsere Tätigkeitsfelder umfassen beispielsweise

- Durchführung ärztlicher Verordnungen
- Pflege von chronisch kranken und behinderten Kindern
- Anleitung zur Pflege und Ernährung von Frühgeborenen
- Pflege von Kindern mit Herzerkrankungen
- Palliativpflege und Begleitung der Familie
- intensivmedizinische Pflege bei beatmeten und tracheotomierten Kindern
- Leistungen der Pflegeversicherung und Pflegeberatung

Kontakt

Pflegedienstleitung Eifelkids

☎ 0 24 43 / 17-60 20

☎ 0177 / 342 31 66

✉ eifelkids@kkhm.de



kkhm
Krankenhaus
Mechernich

Kurse und Angebote



Infoabend

Einmal im Monat bietet Chefärztin Dr. Tatjana Klug gemeinsam mit einer Hebamme und einem Facharzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin einen Informationsabend für werdende Eltern und interessierte Personen an. Sie führen durch die Räumlichkeiten der Station und des Kreißsaals und beantworten gerne Ihre Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Lernen Sie so die Arbeit und die Möglichkeiten unseres Hauses kennen. Außerdem bieten wir Ihnen individuelle Kreißsaalbesichtigungen und Gespräche zur Geburt nach telefonischer Voranmeldung an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Leitung:

Chefärztin Dr. Tatjana Klug

(Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe)

Pädiater und eine Hebamme

Wo?

Wir treffen uns im Foyer des Krankenhauses

Wann?

jeden 2. Donnerstag im Monat um 18.00 Uhr

Kosten?

Die Veranstaltung ist für Sie kostenlos.

Anmeldung:

Bitte senden Sie eine E-Mail mit Ihrem Teilnahmewunsch an stillinfo@kkhm.de

Weitere Informationen zum Ablauf senden wir Ihnen dann zu.
Wir freuen uns auf Sie!

Ärztliches Planungsgespräch

Ein Geburtsgespräch mit dem Arzt ist bei einigen Schwangeren erforderlich, um z. B. bei Zustand nach Kaiserschnittoperation oder bei bestehender Beckenendlage des Kindes den Ablauf der Geburt mit den werdenden Eltern zu besprechen. Dies kann auch eine Ultraschalluntersuchung sowie eine dopplersonografische Untersuchung der Schwangerschaft einschließen.

Leitung:

Chefärztin Dr. Tatjana Klug

(Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe)

Termine:

nach Absprache

Kosten:

Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Sie benötigen eine Überweisung vom Facharzt.

Anmeldung und Information:

Individuelle Terminvereinbarung unter:

☎ 0 24 43 /17-15 51

Stillambulanz

Die Muttermilch ist für fast alle Kinder die optimale Ernährung und das Stillen hat zahlreiche Vorteile für die Mutter. Deswegen haben wir uns Stillförderung zur Aufgabe gemacht. Es kann aber Hindernisse geben, die eine gute Stillbeziehung erschweren und auch belasten. Gelegentlich treten Stillprobleme und Fragen erst nach Ihrer stationären Betreuung auf. In der Stillambulanz bieten wir Ihnen eine individuelle Beratung und Unterstützung, damit Sie und ihr Kind eine gute Stillzeit erleben. Die Beratung erfolgt durch ein interdisziplinäres Team der Gynäkologie und Pädiatrie:

kostenlose Sprechstunde

Mo. – Fr. 8.00 Uhr – 14.00 Uhr
sowie nach persönlicher Absprache

Bitte melden Sie sich auf der Station Frauenheilkunde und Geburtshilfe (1. OG/Gebäude C) oder im Sekretariat der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe (EG/Gebäude C).

Bei akuten Beschwerden sind Termine auch außerhalb der Sprechstunde möglich.



Chefärztin

Dr. med. Tatjana Klug

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Still- und Laktationsberaterin, IBCLC

☎ 02443/17-1551

Themen

Gerne sprechen wir mit Ihnen über folgende Themen und bieten unsere Hilfe an:

Milcheinschuss, Milchstau, Mastitis

→ Schmerzen beim Stillen, Anlegeschwierigkeiten

→ Wunde Brustwarzen/Low-Level-Lasertherapie

→ Saugirritationen, Brustverweigerung des Säuglings, Zungenbändchen

→ Gedeihstörungen des Babys, Muttermilchmangel

→ Stillmanagement, Alltag und Stillen

→ Stillen von Zwillingen, Frühgeborenen

→ Tandemstillen von älteren Geschwisterkindern

→ Alternative Möglichkeiten der Muttermilchernährung bei Problemen des Stillens

→ Stillen und Berufseinstieg, Management, rechtliche Grundlagen für den Mutterschutz in der Stillzeit

→ Erkrankungen von Mutter und Kind, Medikamente während der Stillzeit

→ Sanftes Abstillen

→ Abstillen nach Verlust eines Kindes

→ Einführung der Beikost

→ Kolostrumgewinnung bei Schwangerschaftsdiabetes

Wenn es vor der Geburt Fragen zur Gewinnung von Kolostrum und Stillen gibt, helfen wir Ihnen ebenfalls gerne weiter.

Stillinfoabend

Durch eine frühzeitige Vorbereitung auf das Stillen in den ersten Tagen helfen wir Ihnen, sich auf die neue Situation vorzubereiten.

Wir stellen Ihnen die gesundheitlichen Aspekte des Stillens vor und erläutern, wie wichtig das „Bonding“ für die Mutter-Kind-Beziehung ist.

Wir bieten Ihnen Informationen rund um das Stillen in den ersten Tagen. Nutzen Sie das kostenlose Angebot vor der Geburt Ihres Kindes.

Hier eine Übersicht der Themen:

- Bedeutung des Stillens
- Vorteile des Stillens für die Mutter
- Vorteile des Stillens für das Kind
- Aktivierung der Milchbildung
- Wie lege ich das Kind korrekt an?
- Stillpositionen
- mögliche Stillprobleme
- Kontraindikation Beruhigungssauger
- „Ammenmärchen“

Wo?

Wir treffen uns im Foyer des Krankenhauses

Wann?

jeden 3. Donnerstag im Monat um 17.30 Uhr

Kosten?

Die Veranstaltung ist für Sie kostenlos.

Anmeldung:

Bitte senden Sie eine E-Mail mit Ihrem Teilnahmewunsch an stillinfo@kkhm.de

Peridural (PDA)-Sprechstunde

Die Periduralanästhesie, kurz PDA, ist ein Verfahren zur Schmerzlinderung bei der Geburt. Diese kann aus medizinischen Gründen oder auf Wunsch der Gebärenden notwendig sein. Bei der PDA werden Medikamente verwendet, die es Ihnen erlauben, sich weiterhin normal zu bewegen. So können Sie gehen oder die von Ihnen gewünschte Gebärposition einnehmen und so den Geburtsverlauf fördern.

Die Betäubung wird im Kreißsaal durch den rund um die Uhr im Hause anwesenden Arzt für Anästhesiologie durchgeführt. Das genaue Verfahren sowie die Vor- und Nachteile einer PDA besprechen wir gerne mit Ihnen. Wir empfehlen Ihnen, sich zunächst die Hebammensprechstunde unseres Hauses zu besuchen und dann in der PDA-Sprechstunde vorstellig zu werden.

Ca. vier Wochen vor der Geburt sollten Sie sich von uns bezüglich der PDA beraten und ggf. untersuchen lassen, so sind Sie zum Zeitpunkt der Geburt gut vorbereitet.

Leitung:

Klinik für Anästhesiologie, Interdisziplinäre Intensivmedizin, Notfallmedizin und Schmerztherapie

Termine (ohne Anmeldung):

Freitags 9.30 – 14.00 Uhr

Kosten:

Kostenerstattung durch die Krankenkasse. Bitte bringen Sie eine Geburtseinweisung von Ihrem Fach- oder Hausarzt mit.

Sekretariat

☎ 02443/17-1014

Anästhesie-Ambulanz

☎ 02443/17-1316

Anmeldung:

Bitte melden Sie sich zunächst im Aufnahmebüro am Haupteingang (EG). Anschließend können Sie sich auf der Aufnahmestation im 2. OG (Haus A) zur PDA-Sprechstunde anmelden.

Geburtsvorbereitung für Paare

In Kursen zur Geburtsvorbereitung werden Sie körperlich, mental und psychisch auf die bevorstehende Geburt vorbereitet. Sie erhalten umfassende Informationen zu Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und erlernen Atem- und Entspannungstechniken. Typische Themen, wie Stillen, Säuglingsernährung und Säuglingspflege werden auch besprochen. Wir bieten verschiedene Kurse zur Geburtsvorbereitung an.

Emma Peters

Bad Münstereifel

☎ 02253/7297

✉ emma-peters@web.de

Doris Lewejohann

✉ hebammedoris@outlook.de

www.hebammedoris.de

Laura May

Gerolstein

☎ 0175 / 7874540

✉ laura.eifel@web.de

www.hebamme-vulkaneifel.de

Praxisgemeinschaft „Der erste Schrei“ am Krankenhaus Mechernich

Cristina Zimmermann-Holz

☎ 02449/78 88

☎ 0177/4322663

✉ hebamme.cristina@t-online.de

www.derersteschrei.de



Hebammensprechstunde

So schön und natürlich es ist, ein Kind auszutragen – genauso natürlich ist es, wenn in der Schwangerschaft bisweilen Beschwerden auftreten. Oftmals hilft da bereits ein besseres Verständnis der Dinge, die in und mit Ihrem Körper passieren. Manchmal reicht eine kleine Änderung der Ernährung oder Bewegung, um diese Beschwerden zu lindern oder zu beenden. Hier geben wir gerne Tipps.

Leiden Sie an Ängsten, vorzeitigen Wehen, liegt Ihr Kind in Beckenendlage oder handelt es sich um eine Risikoschwangerschaft, stehen wir Ihnen auch in Ihrem Zuhause zur Seite. Wir unterstützen Sie gerne durch eine ausführliche Beratung, Akupunktur und andere Methoden. Egal, wie Ihre Beschwerden sich äußern, wir sind für Sie da!

Leitung:

Hebammen-Team

Wo?

Kreißsaal

Wann?

jeden Donnerstag

9.00 Uhr – 10.00 Uhr und 13.30 Uhr – 16.30 Uhr

(Terminabsprache erforderlich)

Kosten?

Kostenerstattung durch die Krankenkasse

Anmeldung:

Individuelle Terminvereinbarung unter:

☎ 0 24 43/17-15 61

Wochenbettbetreuung

Nach der Geburt ist die Freude groß, und es kommen viele neue Eindrücke, Erfahrungen und Herausforderungen auf Sie zu. Ihr Körper stellt sich im Wochenbett auf die Versorgung des Kindes ein, die Hormone arbeiten anders und die schwangerschaftsbedingten Veränderungen Ihres Körpers bilden sich zurück. Gleichzeitig fordert das Kind Aufmerksamkeit und Fürsorge ein. In so bewegten Zeiten ist die Betreuung durch eine erfahrene Hebamme eine wichtige Stütze. In den ersten zehn Tagen nach der Geburt stehen wir Ihnen täglich mit Rat und Tat in der Klinik oder zu Hause zur Seite.

Dabei dreht sich alles gleichermaßen um Mutter und Kind. Wir leiten Sie zu Pflege und Ernährung Ihres Neugeborenen an: Dazu gehören etwa Stillberatung und Nabelpflege. Aber wir achten auch auf Ihre Wochenbettentwicklung: Das beinhaltet u. a. die Beobachtung der Gebärmutterrückbildung und Beckenbodengymnastik. Nach den ersten zehn Tagen und bis zwölf Wochen nach der Geburt stehen wir Ihnen für weitere 16 Hausbesuche oder telefonische Beratungen zur Verfügung. So können sich alle Familienangehörigen in Ruhe und mit einem Gefühl der Sicherheit an ihre neuen Aufgaben und Lebensumstände gewöhnen. Bitte nehmen Sie – bei Bedarf – frühzeitig Kontakt zu einer nachsorgenden Hebamme auf.

Leitung:

Hebammen-Team

Kosten:

Kostenerstattung durch die Krankenkasse

Anmeldung und Information:

Individuelle Terminvereinbarung unter:

☎ 0 24 43/17-15 61

Mutter-Kind-Treff

Sie haben gerade Nachwuchs bekommen ...

- suchen Kontakt zu anderen Eltern?
- möchten über Ihre Erfahrungen sprechen?
- suchen Hilfe und Antworten auf Ihre Fragen?
- möchten Kraft tanken für neue Herausforderungen?

... dann besuchen Sie unseren Mutter-Kind-Treff.

Auch Schwangere, Großeltern und alle interessierten Gäste sind herzlich willkommen. Selbstverständlich können Sie zu allen Treffen Babys und Geschwisterkinder mitbringen.

Unsere Themen:

- Austausch untereinander
- Stillhilfe, Erlernen von Stillpositionen
- Informationen rund um das Stillen, Zufüttern, Schlafverhalten
- Beikosternährung nach dem 6. Lebensmonat
- gemütliches Beisammensein

Wo?

Kursraum für Mutter & Kind (EG)

Wann?

jeden Dienstag von 10.00 Uhr – 11.30 Uhr

Kosten?

Die Veranstaltung ist für Sie kostenlos.

Anmeldung

stillinfo@kkhm.de

Babymassage

Ist ihr kleines Glück zwischen 6 Wochen und ca. 11 Monaten alt, steht dem einzigartigen Gefühl und der Bindung zwischen Eltern & Kind nichts mehr im Wege! Körper, Seele und Geist werden durch sanfte Massage und ätherische Öle entspannt, sowie Stress, und Geburtstraumen gelöst. Innige Stunden mit Liebe und Wärme sind wichtig für die erste Entwicklung des Babys. Im Babymassagekurs lernen Sie in verschiedenen Massagepraktiken und das Anwenden von Ölen. Die 6 wöchentlich aufeinanderfolgenden Kurstage stärken das gegenseitiges Vertrauen durch liebevolle Berührung. Unter Gleichgesinnten wird ein Raum für Austausch, Entspannung und Erlebnisse geschaffen.

Verbesserung von:

- Blähungskoliken
- Schlafstörungen
- Eltern-/Kind-Beziehung
- Körperliche Beschwerden des Kindes

Leitung:

Laura Scholzen-Manietta

Wo?

Kursraum für Mutter & Kind (EG)

Wann?

Mittwochs vormittags (Kursbeginn nach Absprache)

Kosten?

85€ pro Kind für 6 Kurstage (je 90 Minuten, inkl. ätherischer Öle)

Kontakt & Informationen

☎ 0178/2956 017

✉ Kleine-Momente@gmx.de

kleine-momente.jimdosite.com





Rückbildungsgymnastik

Gezielte gymnastische Übungen zur Kräftigung und Rückbildung von Gebärmutter, Beckenboden- und Bauchmuskulatur helfen nicht nur sich nach der Geburt wieder zu erholen, sondern sind auch eine vorbeugende Maßnahme gegen spätere Gebärmuttersenkung und Harninkontinenz. Lockerungs- und Entspannungsübungen in der Gruppe fördern das körperliche und seelische Wohlbefinden und geben Kraft in diesen ersten anstrengenden Wochen.

Wir empfehlen Ihnen, 6 bis 8 Wochen nach der Geburt Ihres Kindes, spätestens aber bis zum vollendeten 4. Monat mit dem Kurs zu beginnen. Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen.

Emma Peters

Bad Münstereifel

☎ 02253/7297

✉ emma-peters@web.de

Michelle Jannes

Mechernich

☎ 0176/63794610

✉ info@eifelherz-hebammen.de

Cristina Zimmermann-Holz

☎ 02449/7888

☎ 0177/4322663

✉ hebamme.cristina@t-online.de

www.derersteschrei.de

Danja Ricke

☎ 0151/11586274

✉ hebamme.danja@outlook.de

Laura May

Gerolstein

☎ 0175/7874540

✉ laura.eifel@web.de

www.hebamme-vulkaneifel.de

Doris Lewejohann

Rückbildung und Yoga

✉ hebammedoris@outlook.de

www.hebammedoris.de

Babysprechstunde

Die erste Zeit mit einem Neugeborenen oder Säugling verläuft nicht immer so harmonisch, wie es sich die Eltern in der Schwangerschaft vorgestellt haben. Viele Kinder schreien anhaltend und sind trotz der Bemühungen der Eltern nicht ausreichend zu beruhigen. Es bestehen Schlafstörungen, die als sehr anstrengend erlebt werden. Die Eltern sind zunehmend erschöpft und das Selbstwertgefühl leidet unter der Erfolglosigkeit im Umgang mit ihrem Kind. Teils treten Fütter- oder Stillprobleme auf.

Holen Sie sich frühzeitig Beratung bei Ihrem Kinderarzt. Falls Ihr Kinderarzt es für unterstützend hält, kann er Sie in unsere Babysprechstunde überweisen.

Der Erstvorstellungstermin wird kurzfristig (innerhalb von 2 Wochen) stattfinden und dauert 1,5 bis 2 Stunden. Je nach Fragestellung wird neben der Kinderärztin unseres Zentrums auch eine Heilpädagogin, eine Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, eine Physiotherapeutin oder Sprachheilpädagogin beteiligt sein. Beim ersten Termin sprechen wir mit Ihnen ausführlich über die Problematik, die Familie und das Leben mit Ihrem Baby zu Hause. Eine gründliche körperliche Untersuchung Ihres Kindes und eine erste Beratung schließen sich an. Das weitere Vorgehen wird mit Ihnen besprochen.

Kontakt

Sozialpädiatrisches Zentrum
Im Schmidtenloch 34
53894 Mechernich
☎ 02443/17-16 70





Lotsendienst in der Geburtsklinik und auf der Kinderintensivstation

Was ist der Lotsendienst?

- besucht Sie während Ihres Aufenthaltes in der Geburtsklinik auf und nimmt sich Zeit für Sie und ihre Themen
- hört ihnen zu
- entwickelt zusammen Perspektiven für Sie, ihre Familie und ihr Kind
- unterstützt auch vor der Geburt
- informiert über oder organisiert für Sie mögliche weiterführende Unterstützungsangebote nach dem Klinikaufenthalt
- steht Ihnen darüber hinaus auch nach dem Klinikaufenthalt für ihre Anfragen zur Verfügung

Das könnten Ihre Themen und Fragen sein

- Wie führe ich die Geburtsanzeige beim Standesamt durch?
- An wen wende ich mich, wenn ich mein Kind im Kindergarten anmelden möchte?
- Wo finde ich Gruppenangebote für mich und mein Kind im ersten Lebensjahr?
- Wer berät und hilft mir bei der Antragstellung von Kindergeld und Elterngeld?
- Ich komme aus einem anderen Land und kenne mich nicht mit den Strukturen aus. Wo wende ich mich hin?
- Wo finde ich Unterstützung bei finanziellen Problemen?
- An wen kann ich mich wenden, wenn mein Kind mit einer Behinderung geboren wird oder von einer Behinderung bedroht ist?

Wir lotsen Sie durch den Dschungel der vielen Hilfsangebote für Familien mit Kindern im Rahmen der frühen Hilfen im Kreis Euskirchen oder ihrem jeweiligen Wohnort. Der Lotsendienst in der Geburtsklinik ist für Sie kostenlos und unterliegt der Schweigepflicht.

Kontakt

Caritasverband für die Region Eifel e.V.

Hedwig Dederichs

Dipl. Sozialarbeiterin

☎ 0177/2079885

✉ h.dederichs@caritas-eifel.de

Ansprechpartnerinnen



Chefärztin

Dr. med. Tatjana Klug

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Still- und Laktationsberaterin

☎ 02443/17-1551


kkhm
Krankenhaus
Mechernich

Krankenhaus Mechernich

St. Elisabeth-St. 2-6

53894 Mechernich

www.kkhm.de

