

[Krisen oder besondere
Leistungen rund um die
Schwangerschaft]

Sie erreichen die Hebammenzentrale unter
Tel.: 0176 34522255
E-Mail: info@hebammenzentrale-aurich.de

www.hebammenzentrale-aurich.de

Kreisvolkshochschulen Aurich-Norden

Standort Aurich
Oldersumer Str. 65-73
26605 Aurich

Koordinatorin/Hebamme:

Stephanie Decker

Unsere Telefonsprechzeiten:

Mo	08.00 - 10.00 Uhr
Di	10.00 - 13.00 Uhr
Mi	11.00 - 13.00 Uhr
Do	14.30 - 17.30 Uhr

Kooperation zwischen dem
Amt für Gesundheitswesen und der
KVHS Aurich-Norden

vhs  Kreisvolkshochschulen
Aurich-Norden


LANDKREIS AURICH



**Hebammen
Zentrale**

**Besondere Leistungen
der Hebammenzentrale Aurich**



vhs  Kreisvolkshochschulen
Aurich-Norden

Mit diesem Flyer möchten wir betroffene Frauen und Familien über weitere Hilfen informieren, die in besonderen Situationen von den Hebammen im Landkreis Aurich angeboten werden (können).

Begleitung von Eltern/Frauen nach einer Fehlgeburt

Nach einer Fehlgeburt sollten Sie sich eine Auszeit (Wochenbett) nehmen. Eine Hebammenbetreuung steht Ihnen zu, und Sie sollten diese auch in Anspruch nehmen. Diese Betreuung umfasst Gesprächsarbeit, Kontrolle der Rückbildungsvorgänge und das Wiedereinfinden in den Alltag.

Begleitung von Eltern/Frauen nach einem Schwangerschaftsabbruch

Eltern/Frauen, die sich für einen Schwangerschaftsabbruch entscheiden, haben sich diese Entscheidung in der Regel nicht einfach gemacht. Hier kann im Vorfeld ein Gespräch mit der Hebamme sinnvoll und hilfreich sein. Dieses Gespräch wird auch von den Krankenkassen bezahlt. Zudem kann auch nach dem Schwangerschaftsabbruch die Begleitung der Hebamme für Sie wichtig sein. Bitte besprechen Sie dies mit Ihrer Hebamme, denn diese Kosten werden häufig nicht von den Krankenkassen übernommen.

Begleitung von verwaisten Eltern/Frauen im Wochenbett

Eltern/Frauen, die Ihr Kind vor oder nach der Geburt verloren haben, stehen gleichberechtigt Hebammenhilfe in Form von Wochenbettbesuchen und Beratungen zu. Die reguläre Wochenbettbetreuung beträgt zwölf Wochen nach der Entbindung. Bei Bedarf und in Rücksprache mit Ihrem Arzt kann die Betreuung auf ärztliche Anordnung verlängert werden.

Ebenfalls haben Sie Anspruch auf die gesetzlich vorgeschriebenen Fristen des Mutterschutzes. Wenn Sie betroffen sind, werden Ihre Bedürfnisse ganz besonderer Art sein.

Neben der körperlichen Umstellung haben Sie einen großen und schmerzlichen Verlust zu bewältigen. Das kostet unendlich viel Kraft. Hier setzt die Begleitung der Hebamme an.

Welche Möglichkeiten gibt es, den Verlust des eigenen Kindes zu bewältigen?

Möchte ich mich von meinem Kind verabschieden?
Wie kann ein Abschied gestaltet werden?

Wie können die Familien und auch der Freundeskreis mit einbezogen werden, ohne sie zu überfordern?

Wie kann ich mit den Reaktionen der Umwelt umgehen?

Was sind Trauerreaktionen, und wie äußern sie sich?

Bin ich trotz allem normal?

Wer kann mir im Alltag helfen?

Gibt es hilfreiche Rituale?

Welche sind für mich passend?

Welche Erwartungen und Wünsche habe ich an meinen Partner?

Oder mein Partner an mich?

Wie gehe ich damit um, wenn wir unterschiedlich trauern?

Und noch viele Fragen mehr.

Rückbildungsgymnastik auf Rezept nach Verlust eines Kindes

Schwangerschaft und Geburt haben den Körper verändert. Nun geht es darum, durch gezielte Übungen die Rückbildungsvorgänge zu unterstützen und ein gutes Körpergefühl zu fördern. Möglichen Geburtsfolgen, wie Gebärmutterensenkung, Blasenschwäche wird vorgebeugt. Hier haben Sie die Möglichkeit, die Rückbildung auf Verordnung vom Arzt zu bekommen. Dann findet die Rückbildungsgymnastik bei Ihnen im häuslichen Umfeld oder in einer Hebammen- oder Krankengymnastikpraxis statt.