

Stadtkrankenhaus Korbach gGmbH
– Geburtshilfe & Hebammenpraxis –
Enser Str. 19 ✈ 34497 Korbach
Tel.: 05631 569-0 ✈ Fax: 05631 569-500
e-mail: info@krankenhaus-korbach.de
Internet: www.krankenhaus-korbach.de

STADT

KRANKENHAUS
KORBACH gGmbH
Akademische Lehrinrichtung
der Universität Göttingen



ELTERNSCHULE

***Ganzheitliche Betreuung
vor, während und
nach der Geburt***



Mitglied im CLINOTEL
Krankenhausverbund

www.krankenhaus-korbach.de

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Vorwort	2
Wir über uns	3
• Unser Hebammenteam	4
Schwangerschaft	5
• Vorbereitung auf die Geburt	10
• Rund um das Baby	15
Geburt & Wochenbett	16
Babyzeit	19
Termine auf einen Blick	26
Ihre Ansprechpartner	32
Wahlleistungen	33
Geburtshilfe & Hebammenpraxis	36

| Vorwort

Liebe Eltern,

die Schwangerschaft, Geburt und Babyzeit sind ein besonderer Lebensabschnitt, der neue Erfahrungen mit sich bringt und ganz bewusst erlebt wird.

Genießen Sie diese Zeit und bereiten Sie sich intensiv auf den Augenblick vor, in dem Ihr Kind das Licht der Welt erblicken wird.

Wir möchten Sie in dieser Phase individuell begleiten und umfassend beraten.

In unserer Informationsbroschüre stellen wir Ihnen unser ganzheitliches Beratungs-, Informations- und Kursangebot rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Babyzeit vor.



*Ihr Team
der Elternschule*

| Wir über uns

Die Geburtshilfe unseres Krankenhauses

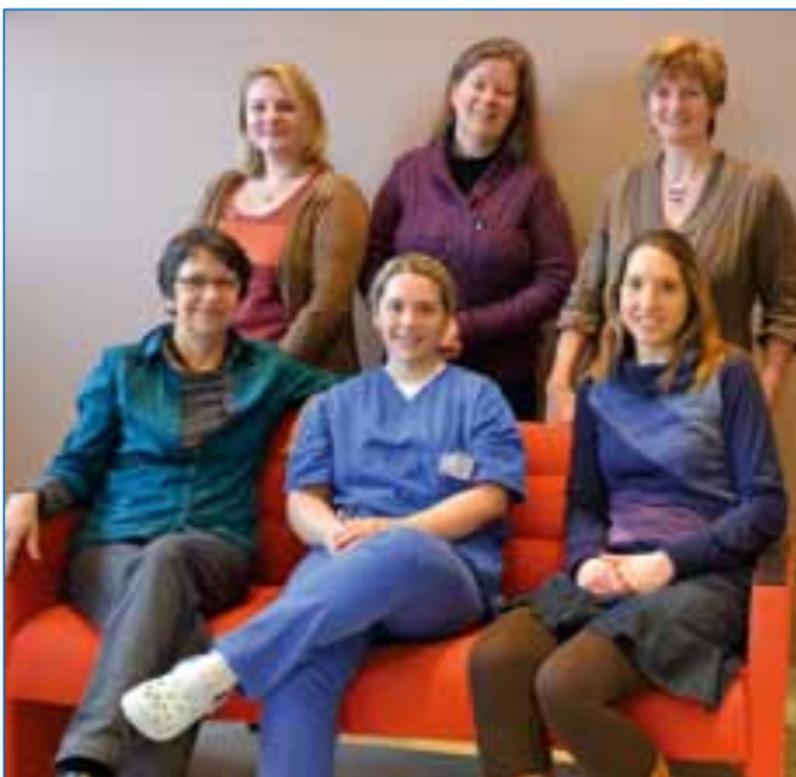
Sie werden von einem interdisziplinären Team, bestehend aus Ärzten, Hebammen, Krankenschwestern und Kinderkrankenschwestern, betreut.

Wir legen großen Wert auf eine individuelle und familienorientierte Geburtshilfe, die sich an den Wünschen und Erwartungen der werdenden Eltern orientiert. Hierbei ist uns das Wohlergehen und die Sicherheit von Mutter und Kind ein besonderes Anliegen. Um dies zu gewährleisten haben wir alle Voraussetzungen von Qualitätsstandards über moderne medizinische Verfahren bis hin zu alternativen Methoden (z.B. Akupunktur und Aromapflege) für Sie geschaffen.



Unser Hebammen-Team

Unsere Hebammen sind als Beleg-Hebammen Tag und Nacht für Sie erreichbar. Ihr Leistungsspektrum umfasst die ambulante und stationäre Betreuung sowie Beratungen und Vorsorgeuntersuchungen in der Schwangerschaft, Betreuung während der Geburt, Wochenbettbesuche bei Ihnen zuhause, Beratung und Besuche bei Stillproblemen in der gesamten Stillzeit, auch bei der Umstellung der Nahrung auf den ersten Brei. Einige Hebammen sind gemeinsam in freier Praxis an unserem Krankenhaus tätig.



Unser Hebammen-Team

Schwangerschaft

Unabhängig, ob es sich um Ihr erstes, zweites oder drittes Kind handelt, die Entstehung eines neuen Lebens wird immer als einzigartig empfunden und ganz bewusst erlebt. Umso bedeutender ist eine persönliche Betreuung und ein vertrauensvolles Verhältnis zu den Personen, die Sie in dieser Zeit begleiten. Bereits während der Schwangerschaft betreuen und beraten wir Sie und bereiten Sie umfassend auf die bevorstehende Geburt vor.

Vorgespräch und Anmeldung zur Geburt

Bereits vor der Geburt bieten wir Ihnen an, in einem persönlichen Gespräch mit unseren Hebammen Ihre individuellen Wünsche äußern. Wir stellen Ihnen unser geburtshilfliches Leistungsspektrum vor, informieren Sie über den Ablauf und verschiedene Gebärmöglichkeiten und legen die geburtshilfliche Dokumentation an.

Kontakt:

Hebammenpraxis am Stadtkrankenhaus Korbach
(Tel. 05631-503690),
Kreißaal (Tel. 05631 569-756) oder
Entbindung Station Rehbach (05631 569-311)

Geburtsplanung

Wir führen eine Voruntersuchung, CTG, Ultraschall und Laboruntersuchungen durch und bieten ein die Geburt betreffendes Beratungsgespräch mit der Ärztin/ dem Arzt an.

Kontakt:

Sekretariat Dr. Szini (Tel. 05631 569-186)



Modernste drei-/vierdimensionale Ultraschalldiagnostik

Bei herkömmlichen Ultraschalluntersuchungen der zweidimensionalen (2-D-) Sonografie hat sich die Darstellungsqualität in den letzten Jahren kontinuierlich verbessert, dennoch lassen sich hierbei nur zwei Bildebenen beurteilen.

Die neue Technik der dreidimensionalen (3-D-) Ultraschalluntersuchung ermöglicht foto-realistische Bilder und exakte Oberflächendarstellungen des ungeborenen Kindes.

Im Rahmen der pränatalen Diagnostik können somit Fehlbildungen des Fetus besser erkannt werden.

Die vierdimensionale (4-D-) Sonografie, auch Live-3-D- Ultraschall genannt, erzeugt ein dreidimensionales Bild des Untersuchungsobjekts in Echtzeit.

Die 3-D- und 4-D- Technologie sind neue Dimensionen der medizinischen Ultraschalldiagnostik und ein weiterer Fortschritt in der gynäkologischen und pränatalen Diagnostik.

Sprechstunde in der Hebammenpraxis

Kontakt:

Hebammenpraxis (Tel. 05631-503690)
Bärbel Gruschwitz (Tel. 05631-502679)
Annkathrin Limbach (Tel. 05631-9199652)
Irene Rudersdorf-Wilke (05631-65352)
Anita Ruppel-Herbert (Tel. 05631-66480)

Ort:

Hebammenpraxis am Stadtkrankenhaus Korbach

Schwangerenvorsorge

Bereits mit Beginn der Schwangerschaft haben Sie Anspruch auf eine umfangreiche Betreuung. Neben ihrem/r behandelnden Gynäkologen/-in bieten auch wir Hebammen die Schwangerenvorsorgeuntersuchungen im Rahmen der Mutterschaftsrichtlinien an (Ultraschalluntersuchungen werden nur vom Arzt durchgeführt). Hierbei nehmen wir uns neben den Untersuchungen auch Zeit für all Ihre Fragen, helfen



Ihnen bei Schwangerschaftsbeschwerden und begleiten Sie und Ihren Partner in dieser für Sie besonderen und aufregenden Lebensphase. Gerne besuchen wir Sie dazu auch zu Hause. Ob die Vorsorgeuntersuchungen von Ihrem Arzt, Ihrer Hebamme oder im Wechsel zwischen Arzt und Hebamme durchgeführt werden, können Sie selbst entscheiden. Bei Interesse vereinbaren Sie bitte einen Termin mit einer Hebamme Ihrer Wahl.

Hebammen: Lena Bender, Bärbel Gruschwitz, Dorothea Krufft, Annkathrin Limbach, Irene Rudersdorf-Wilke, Sabine Peter

Kontakte: Siehe Seite 32

Termine: nach Vereinbarung

Beratung in der Schwangerschaft und Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden

Wir betreuen Sie in allen Phasen der Schwangerschaft und bieten Ihnen eine individuelle Beratung und ganzheitliche Betreuung.

Wir leisten u.a. Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden wie z.B. Sodbrennen, Wassereinlagerungen oder Rückenschmerzen, beraten Sie über die richtige Ernährung, informieren Sie über Möglichkeiten zur Optimierung der Kindslage und vieles mehr.

Darüber hinaus gehen wir gerne auf Ihre individuellen Bedürfnisse und Wünsche ein.

Hebammen: Lena Bender, Bärbel Gruschwitz, Dorothea Krufft, Annkathrin Limbach, Irene Rudersdorf-Wilke, Sabine Peter, Anita Ruppel-Herbert

Ort: bei Ihnen zuhause oder in der Hebammenpraxis

Termine: nach Vereinbarung

Kontakte: Siehe Seite 32

Ernährung in der Schwangerschaft

In der Schwangerschaft ist es die Kunst, für zwei zu denken- nicht für aber für zwei zu essen. Das gilt auch für die Auswahl und



Zusammenstellung Ihrer Speisen.

Gerne beraten wir Sie ausführlich über die optimale Ernährung in der Schwangerschaft und bei Besonderheiten wie beispielsweise einer sogenannten Schwangerschaftsgestose.

Hebamme: Anita Ruppel-Herbert

Ort: Hebammenpraxis

Termine: Mittwoch 10.00 bis 12.00 Uhr und nach Vereinbarung



Akupunktur

Die Akupunktur, ein Teilbereich der traditionellen chinesischen Medizin (TCM), ist eine ganzheitliche Therapieform, die auf den gesamten Organismus wirkt.

Mit bestimmten Reizsetzungen werden Stauungen und Blockaden im Körper (Hitze, Energie, Körperflüssigkeit) aufgelöst. Ziel ist der Energieausgleich zwischen verschiedenen Körperregionen und die Wiederherstellung bzw. Harmonisierung des inneren Gleichgewichts.

Mit der Akupunktur behandeln wir z.B. Schwangerschaftsbeschwerden wie Übelkeit, verstärkte Wasseransammlung im Gewebe (Ödeme), Schlafstörungen, Rückenschmerzen, vorzeitige Wehentätigkeit, Unterstützung der Drehung aus einer Beckenendlage. Zudem bieten wir eine geburtsvorbereitende Akupunktur und Moxa-Therapie (siehe Foto) an.

Hebammen: Lena Bender, Bärbel Gruschwitz, Annkathrin Limbach, Irene Rudersdorf-Wilke, Sabine Peter

Ort: Bei Ihnen zuhause oder in der Hebammenpraxis im Stadtkrankenhaus Korbach

Termine: nach Vereinbarung

Vorbereitung auf die Geburt

Die Hebammen des Stadtkrankenhauses möchten Sie während der Schwangerschaft und der Zeit nach der Geburt begleiten und unterstützen. Alle Fragen,



die Sie im Zusammenhang mit Schwangerschaft, Geburt und dem ersten Lebensjahr Ihres Kindes beschäftigen, können in der Hebammensprechstunde ausführlich besprochen werden. Wir hoffen, dass wir Sie mit unserem Kursangebot überzeugen können und freuen uns auf Ihren Besuch.

Alle Hebammen, Kontakt siehe Seite 32

Informationsabende für werdende Eltern mit Kreißsaalführung

Chefarzt Dr. Istvan Szini und eine Hebamme bieten jeden ersten Montag im Monat einen Informationsabend für werdende Eltern im Stadtkrankenhaus Korbach an. Interessierte haben die Möglichkeit, sich im persönlichen Gespräch umfassend zu informieren, das Leistungsspektrum der Geburtshilfe kennen zu lernen, sowie die modernen und gemütlich gestalteten Räumlichkeiten der Abteilung zu besichtigen.

Im Rahmen der Kreißsaal-Führung werden verschiedene Geburtsmöglichkeiten vorgestellt. Werdende Eltern können Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach klären. Eine Voranmeldung ist nicht erforderlich.

Termine: Jeden ersten Montag im Monat um 19.30 Uhr.

Ort: Hebammenpraxis am Stadtkrankenhaus Korbach

Geburtsvorbereitungskurse / Schwangerschaftsgymnastik

Die Schwangerschaft mit Ihren körperlichen und emotionalen Veränderungen stellt eine neue Erfahrung im Leben der werdenden Mutter dar. Sie haben den Wunsch, diese Zeit möglichst bewusst zu erleben und zu genießen



und viele Fragen im Hinblick auf die Geburt?

In unserem Kurs können Sie mit anderen Frauen Erfahrungen austauschen und Verunsicherungen und Ängste verlieren, indem Sie von einer Hebamme vielfältige Informationen rund ums Thema Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett erhalten. Durch Massagen, Atem- und Entspannungsübungen (auch im Wasser) lernen Sie, Ihrem Körper zu vertrauen. Die letzten zwei Kursabende finden auf Wunsch mit Partner statt.

Kontakt:

Irene Rudersdorf-Wilke, Hebamme (Tel. 05631-65352),

Ort: Kursraum der Hebammenpraxis und Bewegungsbad
im Stadtkrankenhaus Korbach

Termine: Dienstag oder Mittwoch von 19.30 bis 21.30 Uhr

Kursdauer: 14 Stunden

Kursgebühr: Die Kosten für die Frau werden bei regelmäßiger Teilnahme von den Krankenkassen übernommen. Die Kursgebühr für den Partner beträgt 5,- € pro Kursstunde (die Teilnahme des Partners ist an 4-6 Stunden möglich).

Geburtsvorbereitung für Paare

In diesem Kurs können sich die werdenden Eltern gemeinsam auf die Geburt ihres Kindes vorbereiten. Haben Sie schon einmal die Herztöne ihres Babys mit dem Hörrohr gesucht oder gefühlt wie Ihr Baby im Bauch liegt? Wissen Sie was eine Wehe ist und was während der Geburt geschieht? Warum ist die Atmung unter der Geburt so wichtig und wie können Sie ihrer Frau und ihrem Baby bei der Geburt helfen? Wir informieren Sie über Schwangerschaft, Geburt, Säuglingspflege und Wochenbett. Gemeinsam mit Ihrem Partner erlernen Sie Atem- und Entspannungsübungen. Bei Interesse werden auch „Crash-Kurse“ am Wochenende veranstaltet.



Leitung: Sabine Peter (Tel.05631-60626)

Ort: Kursraum der Hebammenpraxis im Stadtkrankenhaus Korbach

Termine: Mittwochs 19.30 bis 21.30 Uhr oder Crashkurs vierteljährlich

Kursgebühr: Die Kosten für die Frau werden von der Krankenkasse übernommen, die Kosten für den Partner betragen 80,- €

Einzel-Geburtsvorbereitung

Sie sind krank geschrieben oder können aus anderen Gründen nicht an einem Geburtsvorbereitungskurs teilnehmen? Kein Problem! Wir besuchen Sie gerne zu Hause. Alle Inhalte und Übungen des Kurses können wir auch in Ihrer gewohnten Umgebung mit Ihnen - und gerne auch mit Ihrem Partner - besprechen und durchführen.

Hebammen: Lena Bender, Bärbel Gruschwitz, Dorothea Kruft, Annkathrin Limbach, Sabine Peter, Irene Rudersdorf-Wilke, Anita Ruppel-Herbert

Ort: Bei Ihnen zu Hause; Termine: Nach Vereinbarung

Kursgebühr: Sofern Sie eine Verordnung Ihres Arztes haben, werden die Kosten von der Krankenkasse übernommen.

Kontakt: Siehe „Ihre Ansprechpartner“ (Seite 32)



Geschwisterschule

Der Geschwisterkurs bietet Kindern im Alter von 4-10 Jahren die Gelegenheit, sich auf das neue Geschwisterchen vorzubereiten. Fragen zur Schwangerschaft, Geburt und der Zeit danach werden kindgerecht beantwortet.

Leitung: Irene Rudersdorf-Wilke, Hebamme
und Annkathrin Limbach, Hebamme

Ort: Entbindung Station Rehbach

Termine: nach Vereinbarung

Kursdauer: einmalig 2 Stunden

Kursgebühr: 15,- €

Kontakt: Irene Rudersdorf-Wilke (Tel.: 05631-65352),
Annkathrin Limbach (Tel.: 05632-4039917)

Informationsabend zum Thema Stillen

Für den Stillerfolg ist neben dem Willen zum Stillen die richtige Information besonders wichtig. Es ist sinnvoll, sich bereits während der Schwangerschaft nicht nur mit der Geburt, sondern auch mit dem Stillen zu beschäftigen. Wenn Sie wissen, worauf es ankommt, erleichtern Sie sich und Ihrem Baby den Stillbeginn entscheidend. Wir üben beispielsweise die Handgriffe des Anlegens mit einer Puppe, erklären, wie Sie die frühen Hungerzeichen Ihres Babys erkennen und vieles mehr. Die Erfahrung hat gezeigt, dass Frauen nach einer ausführlichen Vorbereitung erfolgreicher stillen.

Termine: Jeden dritten Montag im Monat um 19.30 Uhr

Ort: Hebammenpraxis am Stadtkrankenhaus Korbach

Eine Voranmeldung nicht erforderlich.

Kontakt: Hebamme Anita Ruppel-Herbert

Yoga in der Schwangerschaft

Yoga bedeutet auch in der Schwangerschaft Entspannung für Körper und Seele, zur Ruhe kommen. Bereits einfache Yoga-Übungen haben heilende Wirkung auf den gesamten Organismus, bringen Vitalität und ein positives Lebensgefühl. Durch Yoga lockert man den gesamten Beckenbereich. Positionen wie die tiefe Hocke weiten den Beckenausgangsraum und sind auch als die Gebärposition effektiv. Weiterhin bekommt man durch Yoga eine sehr gute Kondition, die man insbesondere in der Gebärphase gut brauchen kann. Mit speziellen Übungen werden die schwangeren Frauen beweglicher, kräftiger und ausdauernder. Schwangere, die regelmäßig üben, haben vergleichsweise kürzere Geburtszeiten und positivere Geburtserlebnisse. Alle Übungen bringen Entspannung für Körper und Geist und verringern den Geburtsschmerz.

Nähere Informationen erhalten Sie bei

Bärbel Gruschwitz, Hebamme (Tel.: 05631-502679)

Rund um das Baby

Säuglingspflege

In diesem Kurs lernen werdende Eltern die wichtigsten Handgriffe im Umgang mit dem Neugeborenen. Auch erfahrene Eltern erhalten wertvolle Tipps und Ratschläge in Sachen Babypflege.



Leitung: Irene Rudersdorf-Wilke, Hebamme

Ort: Kursraum der Hebammenpraxis im
Stadtkrankenhaus Korbach

Termine: nach Vereinbarung

Kursdauer: einmalig 2 Stunden

Kursgebühr: 7,50 €

Kontakt: Irene Rudersdorf-Wilke Tel.: (05631-65352)

Eltern-Uni

Wir bieten Ihnen einmal monatlich einen Vortrag von Experten zu verschiedenen Themen rund ums Baby und Kleinkind. Zum Beispiel: finanzielle Hilfen, Kinderkrankheiten, Erziehungsfragen, Sprachentwicklung, Zahnpflege, Schreikinder, etc.

Termine und Vortragsthemen entnehmen Sie bitte den Ankündigungen in der Presse sowie unserem Flyer und Aushängen in der Hebammenpraxis.



| Geburt und Wochenbett

Die Geburt eines Kindes ist für Mutter und Vater ein ganz besonderes und unvergessliches Erlebnis. Vor diesem Hintergrund legt das Stadtkrankenhaus Korbach großen Wert auf eine individuelle und familienorientierte Geburtshilfe, die sich an den Wünschen und Erwartungen der werdenden Eltern orientiert.

- Wir ermöglichen Ihnen verschiedene Gebärpositionen wie beispielsweise den Gebärhocker, das Krißbett oder die Geburtswanne
- Wir bieten Ihnen alle Möglichkeiten der Schmerzerleichterung sowie die alternative Methoden (Akupunktur, Homöopathie, Aromapflege)
- Ein Dammschnitt wird nur bei medizinischer Notwendigkeit durchgeführt
- Gerne kann der Vater oder eine Bezugsperson bei der Geburt und auch beim Kaiserschnitt anwesend sein
- Erstes Stillen und ausführliches „Bonding“ nach der Geburt sind für uns selbstverständlich
- In Ihren ersten Wochenbett-Tagen auf der Station machen die Hebammen bei Ihnen ausführliche Wochenbettbesuche
- In unserem gemütlichen Stillzimmer können Sie sich ungestört zum Stillen zurückziehen

Auf unserer Entbindungsstation

Um Sie vom ersten Tag an in der Beziehung zu Ihrem Kind zu unterstützen, bieten wir das so genannte „Rooming-In“ an.

Unser Team – bestehend aus Ärzten, Hebammen, Krankenschwestern und Kinderkrankenschwestern – bietet Ihnen individuelle und umfassende Beratungen sowie Anleitungen beim Stillen, der Säuglingspflege, Ernährung, etc.

Außerdem führen wir eine Blutuntersuchung auf Stoffwechselerkrankungen, den Guthrie-Test, ein Hörscreening, den „unblutigen „Bilirubin-Test“ sowie auf Wunsch die Vitamin K-Prophylaxe bei Ihrem Baby durch.

Die kinderärztliche Untersuchung U2 erfolgt durch eine/n Kinderärztin/arzt auf der Entbindungsstation.



Unser Familienzimmer

In unserem Familienzimmer (Wahlleistung, incl. Vollpension des Vaters) in wohnlichem Ambiente und mit komfortabler Ausstattung können die Eltern gemeinsam mit ihrem Baby den Aufenthalt auf unserer Entbindungsstation genießen. Das besondere an diesem Zimmer ist ein zusätzlicher wohnlich eingerichteter Raum, in dem es sich Mutter und Vater gemütlich machen können.

Stillen und Ernährung

Laut aktuellen Befragungen möchte der überwiegende Teil der Mütter Ihre Babys natürlich mit Muttermilch ernähren und stillen. Denn Sie wissen: Muttermilch ist nicht nur die beste und natürlichste Nahrung, sondern verbindet Mutter und Kind auf eine ganz besondere Weise miteinander.

Während Ihres Aufenthaltes auf der Entbindungsstation unterstützen wir Sie beim Anlegen und geben nützliche Tipps für die Praxis.

Selbstverständlich werden auch Mütter, die ihr Baby nicht stillen, umfassend und individuell zum Thema Babynahrung beraten.

Trageberatung



Babys fühlen sich nah am Körper ihrer Eltern wohl und geborgen. Das Tragen von Babys im Tragetuch bietet nicht nur viele Vorteile für das Kind, sondern auch für die Eltern. Wenn Sie Ihr Baby im Tragetuch oder einer Tragehilfe tragen möchten, beraten wir Sie gerne und geben Ihnen Tipps und Anregungen.

Babyzeit

Auch wenn die Mutter nach Hause entlassen wird, ist sie nicht verlassen. Vielmehr wird die junge Familie auch nach dem Krankenhausaufenthalt weiterhin mit verschiedenen Angeboten von uns beraten und begleitet.

Wochenbettbetreuung zu Hause

Nach der Geburt besteht die Möglichkeit, dass eine Hebamme Ihrer Wahl Sie zu Hause betreut. Die Kosten hierfür werden von den gesetzlichen Krankenkassen acht Wochen nach der Geburt und bis zum Ende der Stillzeit übernommen.



Unsere Wochenbettbetreuung umfasst u.a. die Anleitung bei der Babypflege, Unterstützung beim Stillen oder im Umgang mit Flaschennahrung, Beobachtung des Kindes auf gesunde Entwicklung, Untersuchungen der Mutter, Unterstützung und Beratung zum sanften Abstillen und Beikost sowie Beratung zur Familienplanung.

Alle Hebammen bieten die Wochenbettbetreuung zu Hause an. Bitte sprechen Sie die Hebamme Ihrer Wahl persönlich an, sie gibt Ihnen gerne weitere Informationen und koordiniert gemeinsam mit Ihnen Ihre Wochenbettbetreuung.

Hebammen: Lena Bender, Bärbel Gruschwitz, Dorothea Kruft, Annkathrin Limbach, Sabine Peter, Irene Rudersdorf-Wilke, Anita Ruppel-Herbert

Kontakt: Siehe „Ihre Ansprechpartner“ (Seite 32)

Offene Still- und Krabbel-Gruppe

Mütter, die ihr Kind stillen oder Flaschennahrung geben, haben die Möglichkeit zum gegenseitigen Erfahrungsaustausch. Des Weiteren erhalten Sie Informationen über die richtige Ernährung sowie praktische Anleitungen und Hilfestellungen beim Stillen. Möchten Sie sich schon vor der Geburt informieren? Sie sind herzlich willkommen!

Leitung: Petra Neumeier, Kinderkrankenschwester, Stillbeauftragte und Hebammen

Ort: Hebammenpraxis

Termin: jeden Montag, 10.00 bis 11.00 Uhr
(Anmeldung ist nicht erforderlich)

Still-Hotline

Das Team unserer Entbindungsstation beantwortet rund um die Uhr Ihre Fragen zum Thema Stillen und Ernährung und gibt Ihnen Ratschläge und Tipps bei Problemen.

Kontakt: Entbindung Station Rehbach (Tel. 05631-569-311)

Rückbildungsgymnastik

Jetzt, nach der Wochenbettzeit - einer besonderen und schönen aber auch sehr aufregenden u. turbulenten Zeit- spielt sich langsam ein neuer Rhythmus in Ihrem Leben ein. Nun sollten Sie sich bewusst Zeit für sich nehmen. Die Rückbildungsgymnastik, die ab der 8. Woche nach der Geburt beginnt, unterstützt die wichtigen Rückbildungsvorgänge Ihres Körpers, stärkt den Beckenboden, die Bauch- und Rückenmuskulatur und verhindert so z. B. Rückenschmerzen und Inkontinenz. Aber auch Entspannungsübungen und der Austausch mit den anderen Müttern kommen in dem Kurs nicht zu kurz.

Leitung: Annkathrin Limbach, Hebamme

Ort: Hebammenpraxis

Termine: Donnerstag 18.45 bis 20.00 Uhr

Kontakt: Annkathrin Limbach (Tel.: 05632-4039917)

Rückbildungsgymnastik mit Kind

Nicht alle Frauen haben einen Babysitter und sind darauf angewiesen, ihr Baby mitzubringen. Daher bieten wir Ihnen neben dem üblichen Abendkurs auch einen Vormittagskurs an.

Leitung: Sabine Peter, Hebamme

Ort: Hebammenpraxis

Termine: Mittwoch 9.30 bis 10.30 Uhr

Kursgebühr: Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen

Kontakt: Sabine Peter, Hebamme (Tel.: 05631-60626)

Babyschwimmen

In unserem Babyschwimmkurs nutzen wir den Bewegungsreiz, den nur das Wasser unseren Kindern bietet. Die sehr frühzeitige Anregung zur Bewegung im Wasser wirkt sich positiv auf die vielen, noch zu entwickelnden, Fähigkeiten des Kindes aus.

Halt geben und gehalten werden: Babys und Eltern genießen die gemeinsame Zeit im Wasser sehr. Ziele des Babyschwimmens sind die Ausdehnung des kindlichen Aktionsradius, die Kräftigung der Bein- und Rückenmuskulatur, die Ausprägung des Gleich-



gewichtssinns sowie die Vorbeugung von Haltungsschäden. Der Kurs wird für Babys im Alter von 6 Wochen bis ins Kleinkindalter angeboten.

Leitung: Gertrud Welk, Aquapädagogin und Kinderkrankenschwester

Ursula Kollenberg, Kinderkrankenschwester

Ort: Bewegungsbad im Stadt Krankenhaus Korbach

Termine: alle Wochentage außer Sonntag, Uhrzeit nach Absprache

Kursdauer: 45 min.

Kursgebühr: Schwimmbadgebühr 17,- Euro plus Kursgebühr 65,- Euro für drei Monate

Kontakt: Gertrud Welk (Tel. 05631-501010)
Ursula Kollenberg (Tel. 05631-4541)

Babymassage



Babymassage ist eine besondere Art der intensiven, liebevollen Berührung. Eltern werden vertrauter mit der Körpersprache ihres Kindes. Sie lernen es zu halten und zu stützen, seine Mimik, Gestik, Laute und Körperhaltung besser zu deuten. Babymassage

hilft auch bei Blähungen und Dreimonatskoliken. Babymassage fördert das Wachstum und die Entwicklung Ihres Kindes.

Leitung: Bärbel Gruschwitz, Hebamme

Ort: Kursraum der Hebammenpraxis

Termine: Donnerstag von 10.00 bis 11.30 Uhr

Kursdauer: 5 mal 1,5 Stunden

Kursgebühr: 50,- Euro

Kontakt: Bärbel Gruschwitz (Tel. 05631/502679)



Nachtreffen der Geburtsvorbereitungskurse

In der Geburtsvorbereitung knüpfen viele Frauen und Paare Kontakte, die auch nach der Geburt Bestand haben sollten. In unserem Nachtreffen geben wir Ihnen die Möglichkeit, Ihre Bekanntschaften aufzufrischen, Erfahrungen auszutauschen und ihre Eindrücke der ersten Zeit mit Ihrem Baby zu schildern.

Ihre Kursleiterin von der Geburtsvorbereitung beantwortet gerne Ihre Fragen.

Sie und Ihr Baby sind herzlich willkommen.

Leitung: Irene Rudersdorf-Wilke, Hebamme

Ort: Kursraum der Hebammenpraxis im
Stadtkrankenhaus Korbach

Termine: nach Vereinbarung

Kontakt: Irene Rudersdorf-Wilke (Tel. 05631-65352)

Einführung der Beikost

In den ersten sechs Lebensmonaten werden Hunger und Durst des Babys ausschließlich durch Muttermilch und Anfangsnahrungen gestillt. Ab dem 7. Monat sollte der Bedarf an Nährstoffen durch Beikost ergänzt werden. In unserem Kurs informieren wir Sie über die geeignete Ernährung Ihres Kindes, geben praktische Tipps, Anleitungen und Rezepte.

Leitung: Anita Ruppel-Herbert, Hebamme

Ort: Hebammenpraxis am Stadtkrankenhaus Korbach

Termine: Jeden 2. Monat, am ersten Samstag von 10.00 bis 13.00 Uhr (nach Vereinbarung)

Kursdauer: einmalig 3 Stunden

Kursgebühr: 20,- Euro (inklusive Seminarunterlagen)

Kontakt: Anita Ruppel-Herbert (Tel. 05631-66480)



Beckenbodenaufbaukurs

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, gleich welchen Alters, die ihre Beckenbodenmuskulatur stärken möchten. Gemeinsam trainieren macht Spaß, die gelernten Übungen können Sie aber auch leicht in Ihren Alltag integrieren. Sie schützen sich damit vor einer Gebärmutterensenkung und / oder Inkontinenz, aber gewinnen auch neue Kraft, die Sie im ganzen Körper spüren werden.

Leitung: Sabine Peter, Hebamme und Beckenboden- und Bewegungstherapeutin

Ort: Hebammenpraxis

Kurstermine: mittwochs (nach Absprache)

Kursgebühr: 10 x 60 min 80,- €

Der Kurs wird von einigen Krankenkassen als Präventionskurs anerkannt

Kontakt: Sabine Peter (Tel. 05631 / 60626)

Termine auf einen Blick

T = nach Terminvereinbarung O = Offenes Treffen V = Vortrag K = Kurs

Hebammen-Sprechstunden

Die persönlichen Sprechstunden unserer Hebammen erfolgen nach vorheriger Terminvereinbarung und sind auch außer-

Hebammen-Sprechstunde (nach Terminvereinbarung)

	Angebot	Wochentag	Uhrzeit
	Telefonsprechstunde	Montag	15.30 bis 16.00 Uhr
T	Sprechstunde	Montag	16.00 bis 17.30 Uhr
	Telefonsprechstunde	Dienstag	9.30 bis 10.00 Uhr
T	Sprechstunde	Dienstag	10.00 bis 11.00 Uhr
	Telefonsprechstunde	Mittwoch	9.30 bis 10.00 Uhr
T	Sprechstunde	Mittwoch	10.00 bis 12.00 Uhr
	Telefonsprechstunde	Donnerstag	16.00 bis 16.30 Uhr
T	Sprechstunde	Donnerstag	16.30 bis 17.30 Uhr
T	Akupunktur	Montag	16.00 bis 17.30 Uhr & nach Vereinbarung
T	Ernährung in der Schwangerschaft	Mittwoch	10.00 bis 12.00 Uhr

K* = Voranmeldung erforderlich **I** = Informationsveranstaltung

halb der genannten Sprechzeiten möglich. Bitte wenden Sie sich an die Hebammenpraxis (Tel. 05631-503690) bzw. direkt an die Hebamme (siehe Spalte Kontakt).

Ort	Hebamme	Kontakt	Seite
Hebammenpraxis	B. Gruschwitz	05631-503690	7
Hebammenpraxis	B. Gruschwitz	05631-502679 05631-503690	7
Hebammenpraxis	I. Rudersdorf-Wilke	05631-503690	7
Hebammenpraxis	I. Rudersdorf-Wilke	05631-65352 05631-503690	7
Hebammenpraxis	A. Ruppel-Herbert	05631-503690	7
Hebammenpraxis	A. Ruppel-Herbert	05631-66480 05631-503690	7
Hebammenpraxis	A. Limbach	05631-503690	7
Hebammenpraxis	A. Limbach	05632-4039917 05631-503690	7
Hebammenpraxis	B. Gruschwitz	05631-502679 05631-503690	8
Hebammenpraxis	A. Ruppel-Herbert	05631-66480 05631-503690	9

Termine auf einen Blick

T = nach Terminvereinbarung O = Offenes Treffen V = Vortrag K = Kurs

Wöchentliche Angebote

	Angebot	Wochentag	Uhrzeit
K *	Geburtsvorbereitungskurse	Dienstag oder Mittwoch	19.30 bis 21.30 Uhr
K *	Geburtsvorbereitungskurse für Paare	Mittwoch oder „Wochenend-Crashkurs“	19.30 bis 21.30 Uhr
K*	Yoga für Schwangere	Nähere Informationen erhalten Sie bei der	
O	Offene Still- und Krabbel-Gruppe	Montag	10.00 bis 11.00 Uhr
K *	Rückbildungsgymnastik	Donnerstag	18.45 bis 20.00 Uhr
K *	Babyschwimmen	An allen Wochentagen außer Sonntag	
K*	Babymassage	Donnerstag	10.00 bis 11.30 Uhr
K*	Beckenbodenaufbaukurs	Mittwoch (nach Absprache)	

K* = Voranmeldung erforderlich I = Informationsveranstaltung

Ort	Leitung	Anmeldung/ Information	Seite
Kursraum der Hebammenpraxis	Irene Rudersdorf-Wilke	0563 I-65352	12
Kursraum der Hebammenpraxis	Sabine Peter	0563 I-60626	12
Kursleitung Bärbel Gruschwitz			
Kursraum der Hebammenpraxis	Petra Neumeier und Hebammen	0563 I-503690	20
Kursraum der Hebammenpraxis	Annkathrin Limbach	05632-4039917	20
Bewegungsbad Stadtkrankenhaus	Gertrud Welk Ursula Kollenberg	0563 I-501010 0563 I-4541	21
Hebammenpraxis	Bärbel Gruschwitz	0563 I-502679	22
Kursraum der Hebammenpraxis	Sabine Peter	0563 I-60626	25

Termine auf einen Blick

T = nach Terminvereinbarung O = Offenes Treffen V = Vortrag K = Kurs

Monatliche Angebote

	Angebot	Wochentag	Uhrzeit
I	Informationsabend für werdende Eltern & Kreißsaalbesichtigung	Jeden 1. Montag im Monat	19.30 Uhr
I	Informationsabend zum Thema Stillen	Jeden 3. Montag im Monat	19.30 Uhr
I	Eltern-Uni	Termine werden über Presse & Hebammenpraxis benannt	

Kurstermine nach Vereinbarung

Diese Kurse werden auf Nachfrage angeboten und finden nach Terminvereinbarung statt.

	Angebot	Wochentag	Uhrzeit
K*	Geschwisterschule	nach Vereinbarung	
K*	Säuglingspflege	nach Vereinbarung	

K* = Voranmeldung erforderlich **I** = Informationsveranstaltung

Ort	Leitung	Anmeldung/ Information	Seite
Kursraum der Hebammenpraxis	Hebamme	05631-503690 05631 569-191	10
Kursraum der Hebammenpraxis	Anita Ruppel-Herbert	05631-66480	14
			15

absprache mit den Interessenten statt.

Ort	Leitung	Anmeldung/ Information	Seite
Entbindungsstation	I. Rudersdorf-Wilke A. Limbach	05631-65352 05632-4039917	13
Kursraum der Hebammenpraxis	I. Rudersdorf-Wilke	05631-65352	15

Ihre Ansprechpartner

Wir stehen Ihnen gerne für Fragen und Informationen zur Verfügung

Chefarzt Dr. med. Istvan Szini

Sekretariat 05631-569-186

Hebammenpraxis

05631-503690

Entbindung Station Rehbach

05631-569-311

Kreißaal

05631-569-756

Unsere Hebammen

Name	Telefon/E-Mail
Lena Bender	05632-9695418 <i>bender.l@web.de</i>
Bärbel Gruschwitz	05631-502679 <i>grusch@t-online.de</i>
Dorothea Krufft	06451-9018592 <i>Dorothea.Krufft@web.de</i>
Annkathrin Limbach	05632-4039917 <i>mail@hebamme-limbach-korbach.de</i>
Sabine Peter	05631-60626 <i>sa.bine.peter@web.de</i>
Irene Rudersdorf-Wilke	05631-65352 <i>Hebamme.Irene@gmx.de</i>
Anita Ruppel-Herbert	05631-66480 <i>hebamme.anita@web.de</i>
Petra Neumeier Kinderkrankenschwester & Stillbeauftragte	05631-66535
Ursula Kollenberg Kinderkrankenschwester	05631-4541 <i>Kollenberg.Korbach@freenet.de</i>
Gertrud Welk Kinderkrankenschwester	05631-501010 <i>info@schwimmschule-aquakids.de</i>



Wahlleistungen

Unsere Prämisse:

Die Ergänzung von moderner Medizin und Komfort

Über die allgemeinen Krankenhausleistungen hinausgehend bietet Ihnen das Stadtkrankenhaus Korbach Wahlleistungen an. In Ergänzung zu den medizinisch-pflegerischen Leistungen möchten wir mit exklusiven Serviceleistungen und einem komfortablen Ambiente zu Ihrem Wohlbefinden in unserer Klinik beitragen. Unsere Wahlleistungen umfassen wahlärztliche und nichtärztliche Leistungen (besondere Komfort- und Serviceleistungen). Gerne steht Ihnen unsere Wahlleistungsmanagerin für weitere Informationen und Ihre Fragen zur Verfügung, persönlich (Büro in der zentralen Patientenaufnahme) oder telefonisch (569-188).

Nähere Informationen hierzu finden Sie in unserer Broschüre Wahlleistungen.

Unsere Komfort- und Serviceleistungen

Raum für Individualität

Sie verbringen Ihren Aufenthalt auf unserer Entbindungsstation in einem Ein- oder Zweibettzimmer mit gehobener Ausstattung. Warme freundliche Farben und Holzmöbiliar geben Ihrem Zimmer ein harmonisches Flair.

Unsere Service-Assistentin besucht Sie täglich mit einem kleinen Blumengruß und erfüllt gerne Ihre persönlichen Wünsche.

Komfortable Ausstattung Ihres Zimmers

- elektrisch bedienbare Komfortbetten
- Nackenrolle und Kopfkissen
- Auf Wunsch täglicher Wäschewechsel
- Obstkorb mit täglich frischem Obst
- Mini-Kühlschrank, der täglich mit Erfrischungsgetränken Ihrer Wahl befüllt wird



Kommunikation

Als Wahlleistungspatient zahlen Sie **keine tägliche Telefon-Grundgebühr** sondern lediglich Ihre telefonierten Einheiten. Sie erhalten kontinuierlich eine regionale **Tageszeitung** und **Programmzeitschrift**. Zudem steht Ihnen eine Auswahl aktueller Zeitschriften und Illustrierten zur Verfügung.

Beauty und Wellness

Ihr Zimmer ist mit einer Nasszelle mit **Toilette, Dusche** und einer **Fönanlage** ausgestattet.

Sie erhalten von uns eine Kosmetiktasche mit Körperpflegeutensilien sowie einen **Bademantel, Handtücher, Waschlappen** und **Duschvorleger**, welche auf Wunsch täglich

gewechselt werden. Wenn Sie möchten, organisieren wir für Sie gerne den Besuch eines **Frisörs oder Fußpflegers** während Ihres Klinikaufenthaltes.



Kulinarische Genüsse

„Nahrung sei deine Medizin und deine Medizin sei deine Nahrung.“
Hippokrates

Wie im Alltag, spielt die Verpflegung auch im Krankenhaus eine große Rolle. Mit einer Vielfalt schmackhafter Kreationen möchten wir Ihre individuellen Wünsche erfüllen. Genießen Sie zu allen Malzeiten die **erweiterte Menü-Wahl aus unserer exklusiven Speisekarte.**

In Ihrem Zimmer befindet sich ein Obstkorb, der täglich mit frischen Früchten befüllt wird.

| Geburtshilfe



Chefarzt: Dr. med. Istvan Szini
 Facharzt für Gynäkologie
 und Geburtshilfe
 Schwerpunkt gynäkologische Onkologie

Tel. 05631-569-186
 Fax.05631-569-441
 gyn@krankenhaus-korbach.de

| Hebammenpraxis



*Bärbel Gruschwitz (oben links),
 Anita Ruppel-Herbert (oben
 rechts), Annkathrin Limbach
 (unten links), Irene Rudersdorf-
 Wilke (unten rechts).*

