

# Schwangerschaft - Geburt - Wochenbett



## Inhalt

Einleitung.....	3
Warum möchte ich in der imland Klinik Rendsburg entbinden?.....	4
Möchte ich bleiben oder möchte ich nach der Geburt nach Hause?.....	5
Wie möchte ich mein Kind ernähren?.....	6
Angebote unseres Hauses.....	11



# Einleitung

Die imland Klinik Rendsburg zeichnet sich darin aus, die Bindung zwischen Mutter und Kind zu fördern, die Rahmenbedingungen für das Stillen zu verbessern und Mütter in ihrem Entschluss zu stärken, wie sie ihr Kind gesund ernähren.

Unser Anliegen ist es, Ihnen einen guten Start als Familie zu ermöglichen. Dabei werden Sie ausschließlich von regelmäßig geschultem Fachpersonal beraten, begleitet und unterstützt.

Sie und Ihr Partner erwarten ein Kind. In diesen neun Monaten gibt es Entscheidungen, die Sie treffen müssen. Damit Sie für sich die optimalen Entscheidungen treffen können, möchten wir Ihnen gerne mit den Informationen dieser Broschüre behilflich sein.



## Warum möchte ich in der imland Klinik Rendsburg entbinden?

Der Kreißsaal in der imland Klinik Rendsburg bietet ein Team aus Hebammen, Chefarzt, drei Oberärzten, neun Assistenzärzten sowie Kinder- und Narkoseärzten (für eine evtl. PDA). Da wir Wert auf eine persönliche und individuelle Betreuung von Mutter, Vater und Kind legen, sind wir rund um die Uhr für Sie da, um Ihnen eine behütete Geburt zu ermöglichen.

Unser Kreißsaal verfügt über drei Entbindungszimmer, einen Kaiserschnitt-OP und zwei so genannte Wehenzimmer, die für eine optimale Versorgung rund um die Geburt genutzt werden. Die Wehenzimmer sind ausgestattet mit Badezimmer (inklusive Badewanne), Fernsehgerät und DVD-Player, z.B. bei Geburtseinleitung kann eine Begleitperson selbstverständlich mit gepflegt werden.

In den Entbindungszimmern befinden sich moderne Entbindungsbetten, die Geburtswanne, Pezzi-Bälle, eine Sprossenwand, ein Gebärhocker und das Seil bzw. Tuch. Dies ermöglicht Ihnen eine freie Wahl der Gebärposition.





## **Möchte ich bleiben oder möchte ich nach der Geburt nach Hause?**

Sie haben die Möglichkeit, ca. 6 Std. nach der Geburt nach Hause zu gehen.

Falls Sie noch länger Unterstützung und Begleitung wünschen oder bedürfen, sind Sie herzlich willkommen auf unserer modernen, neu gestalteten Wochenbettstation, die von sehr gut und regelmäßig geschultem Personal besetzt ist. Auf der integrativen Wochenbettstation werden Sie von Krankenschwestern, Kinderkrankenschwestern und Hebammen individuell von der Aufnahme bis zur Entlassung betreut und begleitet. Zwei Stillberaterinnen gehören ebenfalls zu unserem Team.

Bei uns können Sie im 2-Bettzimmer (gegen Gebühr) oder gemeinsam mit Ihrem Partner in unserem Familienzimmer das 24 Std. Rooming-In erleben.



## Wie möchte ich mein Kind ernähren?

### *Vorteile des Stillens*

- Muttermilch ist leicht verdaulich. In den ersten Lebenstagen ermöglichen viele, kleine Portionen Vormilch dem Magen-Darm-Trakt einen schonenden Einstieg in die Verdauungsarbeit. Die erste Stuhlentleerung erfolgt früher und beugt der Neugeborenenengelbsucht von. Ein gestilltes Kind kann nicht überfüttert werden, Verstopfungen sind sehr selten.
- Muttermilch enthält alle Nährstoffe, Vitamine und Mineralstoffe in der richtigen Art und Zusammensetzung, wie sie Ihr Kind braucht. Sie passt sich ideal den wachsenden Bedürfnissen des Kindes an, um optimales Wachstum und Entwicklung (auch die Hirnentwicklung) zu gewährleisten.
- Muttermilch verändert sich im Laufe der einzelnen Stillmahlzeit, der Tageszeit, der Jahres-

zeit und dem Alter des Kindes. Kinder sollten in den ersten 6 Monaten ausschließlich gestillt werden.

- Stillen fördert die Mutter-Kind-Beziehung. Durch den innigen Kontakt zwischen Mutter und Kind beim Stillen wird die Verbundenheit der Schwangerschaft fortgesetzt. Das Kind genießt den Hautkontakt, seine Stoffwechsellistung erhöht sich, die Entwicklung seiner Sinne (Riechen, Schmecken, Fühlen) wird gefördert.
- Stillen schützt vor Allergien. Der hohe Anteil von Eiweiß im Kolostrum kleidet in den ersten Tagen nach der Geburt die Darmschleimhaut so aus, dass sie für allergieauslösende Antigene nicht zu durchdringen ist. Stillen ist besonders wichtig für Kinder, die aus einer allergiebelasteten Familie kommen.
- Die Schutzfaktoren in der Muttermilch hemmen Infektionskrankheiten, z.B. Atemwegs- und Mittelohrinfektionen, Harnwegs- und Magen-Darminfekte.





- Stillen ist günstig für die Zahn- und Sprechentwicklung des Kindes. Durch die spezielle Saugtechnik an der Brust werden die Kiefermuskulatur und damit auch eine gute Kieferentwicklung gefördert. Gestillte Kinder entwickeln seltener Karies, da die Muttermilch keine Saccharose enthält.
- Muttermilch ist immer verfügbar, hygienisch einwandfrei und stets richtig temperiert und macht Sie unabhängig, auch wenn Sie unterwegs sind.
- Stillen erspart der Familie Zeit und Geld. Sie brauchen keine Zeit aufzuwenden für die Beschaffung und Zubereitung der Nahrung sowie das Auswaschen und Sterilisieren der Flaschen. Sie sparen in den ersten Monaten der Stillzeit ca. 1000 Euro.
- Stillen ist umweltfreundlich. Muttermilch braucht weder aufwändige Fertigung, Verpackung, Lagerung oder Transportkosten.
- Stillen fördert die Rückbildung der Gebärmutter, da durch das Saugen an der Brust Oxytocin ausgeschüttet wird. Oxytocin und Prolaktin (Stillhormone) entspannen die Mütter und machen sie ausgeglichener. Diese Hormone unterstützen eine optimale Auswertung der Fettreserven der Mutter.
- Mütter, die eine oder mehrere lange Stillperioden hatten, sind statistisch gesehen weniger von Brustkrebs und Eierstockkrebs betroffen. Außerdem leiden sie im Alter seltener an Osteoporose.



### ***Schreien ist das späteste Hungersignal***

Einer der größten Vorteile des 24 Std. Rooming-In ist die Möglichkeit, Ihr Kind intensiv kennen zu lernen. Ein Kind zeigt durch Signale, bevor es zum Schreien kommt, dass es Hunger hat. Diese Signale sind schnelle Augenbewegungen, Lecken an den Lippen, herausgestreckte Zunge, Saugbewegungen, Geräusche, Hand ist am Mund, Bewegungen des Kopfes und des Körpers und Unruhe. Ein Kind, das noch nicht schreit, lässt sich zum Beispiel viel leichter an der Brust anlegen.

### ***Muttermilch***

Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) und UNICEF empfehlen, Säuglinge ein halbes Jahr ausschließlich zu stillen.

- ***Bedeutung des Stillens nach Bedarf***

Stillen Sie Ihr Kind nach Bedarf und legen Sie es häufiger an, wenn es plötzlich mehr Milch braucht. Wichtig ist gerade in der ersten Stillphase auch, dass Ihr Baby lange genug trinkt und sich dann auch eigenständig in kurzen Intervallen meldet. Dadurch löst es den Milchspendereflex aus, der die Milch fließen lässt und dafür sorgt, dass Ihr Kind die Brust leeren kann.



Übrigens: In den ersten Tagen nach der Geburt ist es völlig normal, dass nur kleine Milchmengen bereit stehen. Diese decken optimal den individuellen Bedarf Ihres Neugeborenen.

Alles, was Ihr Wohlbefinden fördert, unterstützt auch die Milchbildung. Nehmen Sie also ruhig Hilfe an, wenn Sie Ihnen angeboten wird. Lassen Sie sich ein wenig verwöhnen und gönnen Sie sich tagsüber immer wieder eine Pause.

Die üblichsten Stillpositionen sind:

- Wiegehaltung
- modifizierte Wiegehaltung
- Seitenlage
- Rückenhaltung

Alle Positionen können Sie von geschultem Personal erlernen.

### ***Flaschenernährung***

Wenn Sie Ihr Kind mit künstlicher Säuglingsmilch ernähren möchten, erhalten Sie dazu individuelle Informationen vom Pflegepersonal. Das korrekte Füttern mit der Flasche wird Ihnen gezeigt. Achten Sie auf die Signale Ihres Babys, mit denen es zeigt, dass es gern trinken/saugen möchte.





Um vor und nach der Geburt gut vorbereitet zu sein, bieten wir Folgendes an (in den Veranstaltungen erhalten Sie weitere, ausführliche Informationen durch qualifiziertes Personal.):

#### **Arztinformationsabende (kostenfrei)**

Für werdende Eltern finden Informationsabende mit den Chefärzten der Gynäkologie und Geburtshilfe, der Kinder- und Jugendmedizin sowie der Anästhesie statt, um noch offene Fragen zu klären. Zu vorgegebenen Terminen am Montagabend im Großen Konferenzraum. Wir bitten um telefonische Anmeldung unter Tel. 04331 200-5020.

#### **Individuelle Einzelkreißsaalführung (kostenfrei)**

Nach Anmeldung unter Tel. 04331 200-5020.

#### **Geburtsvorbereitungskurse mit und ohne Partner (kostenfrei)**

Dienstag - Donnerstag, 19:00 Uhr - 20:45 Uhr.  
8 Abende - 1x wöchentlich - Kosten übernehmen die Krankenkassen. Anmeldung und Information unter Tel. 04331 200-5020.

### **Taping (auf Anfrage)**

Taping bei Beschwerden in der Schwangerschaft und im Frühwochenbett

### **Akupunktur (auf Anfrage)**

Angeboten wird geburtsvorbereitende Akupunktur oder Akupunktur bei schwangerschaftsbedingten Beschwerden.

Beratung unter Tel. 04331 200 5020.

### **Stillvorbereitungskurse (kostenpflichtig)**

Zu vorgegebenen Terminen sonntags von 9:00 - 13:30 Uhr.

Anmeldung und Information bei der ausgebildeten Stillberaterin Christin Mauer,

Tel. 04357 685.

### **Stillsprechstunde (kostenfrei)**

Persönliche Termine können direkt bei der Still- und Laktationsberaterin (IBCLC) Christin Mauer unter Tel. 04331 200- 74 01 (Kinder- und Jugendmedizin) oder 04357 685 vereinbart werden.

### **Säuglingspflegekurs (kostenpflichtig)**

Zu vorgegebenen Terminen an Samstagen, von 09:00 - ca. 13:30 Uhr im Großen Konferenzraum.

Anmeldung bei der Kinderkrankenschwester Christin Mauer, Tel. 04357 685.

### **Treffpunkt Stillgruppe (kostenfrei)**

Jeden Mittwoch von 09:30 - 11:00 Uhr können sich stillende Mütter mit ihren Kleinen zum Erfahrungsaustausch im Buffetraum der Station 55 im 5. Stock treffen.

### **Geschwisterschule (kostenpflichtig)**

Zu vorgegebenen Terminen, an Samstagen, von 09:30 Uhr - 11:30 Uhr, findet im Buffetraum der Station 55, im 5. Stock, der Vorbereitungskurs für Geschwisterkinder statt.

Anmeldung und Information bei Fr. Raun,  
Tel. 04331 200 9041.

### **Wochenbettbetreuung**

#### **(Kosten übernehmen die Krankenkassen)**

Ein weiteres Angebot der Hebammen ist die Wochenbettbetreuung zu Hause. Hiermit ist die Betreuung und Begleitung in der Familie durch die ersten Wochen (Themen wie Stillen, Rückbildung, Nabelversorgung, Gewichtsentwicklung etc) gemeint. Bitte informieren Sie sich rechtzeitig unter 04331 200-5020. eine Hebammenliste erhalten Sie im Kreißaal oder bei Ihrem Gynäkologen.

### **Rückbildungsgymnastik (kostenfrei)**

Dauer: 8 Abende, Montag ab 18.30 Uhr. Kosten übernehmen die Krankenkassen. Anmeldung und Information unter Tel. 04331 200-5020.

Bezüglich Termine und weiterer Informationen, nutzen Sie bitte unsere Internetseite unter [www.imland.de](http://www.imland.de)





# Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Kontakt:**

**imland Klinik Rendsburg**

Lilienstraße 20-28  
24768 Rendsburg

Telefon 04331 200-0  
info@imland.de

**Anfahrt:**

