

Ein richtig gutes Bauchgefühl.

Alles, was Sie über die **Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe im Krankenhaus Bethanien Moers** wissen müssen.



STIFTUNG
BETHANIEN
KRANKENHAUS

Ein richtig gutes Bauchgefühl

- Willkommen im Bethanien 03
- Unser Team 04

Wachsende Vorfreude

- Geburtsvorbereitung 08
- Die Elternschule 10
- Meine Erfahrung: Aus Sicht eines Geschwisterkindes 12

Endlich Geburtstag

- Im Kreißsaal 16
- Perinatalzentrum und Kinderklinik 18
- Meine Erfahrung: Aus Sicht der Oberärztin 20

Unser Start ins Leben

- Auf der Wöchnerinnenstation 24
- Die ersten Tage zuhause 29
- Meine Erfahrung: Aus Sicht einer Mutter 30
- Kurse mit Baby 32



Liebe werdende Eltern,



Sie möchten Ihr Kind bei uns zur Welt bringen? Eine gute Wahl! Denn eines können wir Ihnen versprechen: Hier wird jede Frau als Individuum geschätzt, beraten und dementsprechend betreut. Die Kernsätze unseres Leitbildes „Miteinander, Würde und Menschlichkeit“ geben hier den Ton an – und natürlich eine hohe medizinische Kompetenz.

Denn unsere Geburtsklinik verfügt nicht nur über ein starkes und sehr zugewandtes Pflege- und Ärzteteam, sondern bietet eine Rundumversorgung auch bei Risikoschwangerschaften. Dank der engen Zusammenarbeit der Geburtsklinik mit der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, die gemeinsam unser Perinatalzentrum (Level 1) bilden, können wir Sie nicht nur bei einer gut verlaufenden Schwangerschaft und Geburt begleiten, sondern wir sind auch bestens dafür qualifiziert, Sie bei einer Risikoschwangerschaft oder -geburt optimal zu versorgen. Bei uns können Sie sich also wohl und sicher fühlen.

Ich freue mich, Ihnen auf den folgenden Seiten unsere Klinik und das hoch qualifizierte Team, das Ihnen hier zur Verfügung steht, vorstellen zu dürfen, wünsche Ihnen eine gute und spannende Zeit während der Schwangerschaft sowie alles Gute für Ihre Geburt!

Es grüßt Sie herzlich
Ihr

Dr. Peter Tönnies
Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Kontakt

- +49 (0) 2841 200-2600
- frauenklinik@bethanienmoers.de
- Gebäude B, Raum 225
- geburt-bethanien-moers.de

Sprechzeiten

- Mo, Di, Do: 8.00 bis 16.15 Uhr
- Mi: 8.00 bis 15.00 Uhr
- Fr: 8.00 bis 14.30 Uhr

Storchenparkplätze

Damit Sie auf dem Weg in den Kreißsaal nicht lange suchen müssen, stehen Ihnen zwei gekennzeichnete Storchenparkplätze zur Verfügung. Sprechen Sie uns gerne darauf an.

Miteinander, Würde, Menschlichkeit.

Unser leitendes Team



DR. MED. PETER TÖNNIES

**Chefarzt der Klinik für Gynäkologie
und Geburtshilfe**

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe,
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin



MED. MICHAEL WALLOT

Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Facharzt für Kinderheilkunde
Neonatologie



DR. MED. DORIT BRUNOTTE

**Leitende Oberärztin der Klinik
für Gynäkologie und Geburtshilfe**

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe,
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin



DR. MED. GÜNDÜZ SELCAN

Leitender Oberarzt für Kinder- und Jugendmedizin

Facharzt für Kinderheilkunde
Neonatologie



URSULA KAMP

Leitende Hebamme



RUTH MEIMERS

Stationsleitung der Neonatologie G2B



KARINA VINOKUROW

**Leitende Krankenschwester
der Wöchnerinnenstation D2**



SABINE KÜHNEL

Leiterin der Elternschule

Wachsende
Vorfreude



„Warum können Babys im Fruchtwasser im Mutterbauch atmen?“

Ihr Baby führt bereits im Mutterleib Atembewegungen aus. Das hat mit „richtigem Atmen“ noch nichts zu tun und ist eher eine Übung. Die Sauerstoffversorgung bis zur Geburt übernimmt die Mutter und versorgt ihr Kind über Plazenta und Nabelschnur.



Gut vorbereitet.

Sich gegenseitig kennenlernen – ein wichtiger Schritt auf dem Weg zur Geburt. Mit unseren Angeboten erhalten Sie nicht nur eine eingehende Beratung zur Geburtsklinik selbst, sondern auch zu allen relevanten medizinischen Leistungen.

Ein Abend für Eltern

Am Elterninfoabend lernen Sie das Team der Geburtsklinik persönlich kennen. In kurzen Vorträgen erfahren Sie mehr über das Leistungsangebot der Geburtsklinik. Dem Chefarzt der Frauenklinik Dr. Peter Tönnies und seinem Team können Sie all Ihre Fragen stellen. Im Anschluss an den Vortrag können Sie Ihre gewonnenen Eindrücke bei einem geführten Rundgang durch den Kreißaal und die Wöchnerinnenstation noch vertiefen.

Vorgeburtliche Diagnostik

Mithilfe besonderer Untersuchungsmethoden lassen sich Entwicklungsstörungen des heranreifenden Kindes frühzeitig erkennen. Das nennt sich pränatale Diagnostik und bringt zwar Klarheit, ist aber auch mit psychischen Belastungen verbunden. Daher legen wir Wert auf einen intensiven Dialog mit Ihnen und nehmen uns viel Zeit, um gemeinsam Risiken und Grenzen derartiger Verfahren zu besprechen. In Abstimmung mit niedergelassenen Frauenärztinnen der Region führen wir Fehlbildungsschall (20. bzw. 21. Schwangerschaftswoche), Farbdopplerultraschall und Nackenödemultraschall (12. bis 14. Schwangerschaftswoche) durch.



Hebammensprechstunde

Sie haben Fragen zu Ihrer Schwangerschaft, der Geburt Ihres Kindes oder zu der Zeit danach? Kommen Sie zu uns in die Sprechstunde. Wir beraten Sie individuell und umfassend. Gerne können Sie sich in diesem Rahmen auch zur Geburt anmelden.

Geburtsplanungssprechstunde

Bei Besonderheiten im Schwangerschaftsverlauf, wie z. B. Diabetes oder erkennbaren Geburtsrisiken, stehen unsere Ärzt:innen sowie Entbindungshelfer:innen für Sie zu einem Gespräch ggf. mit Untersuchung zur Verfügung. Dabei besprechen wir mit Ihnen das notwendige Vorgehen und können wichtigen Fragen von Ihnen klären und eventuelle Wünsche für die Geburt Ihres Kindes aufnehmen. Zur Geburtsplanungssprechstunde benötigen wir eine Überweisung Ihrer bzw. Ihres niedergelassenen Frauenärzt:in.

Im Rahmen beider Sprechstunden nehmen wir gerne Ihre Wünsche und Vorstellungen hinsichtlich Ihrer Geburt auf.

Einen Termin zur Geburtsplanungssprechstunde können Sie über die Elternschule vereinbaren. Diese sollten Sie etwa acht Wochen vor dem Entbindungstermin anmelden.



Elternschule:
+49 (0) 2841 200-2670

*Nicht belächeln –
hecheln!
Die Atemtechniken, die
Sie bei uns lernen, ver-
sorgen Ihr Baby später
im Bauch mit Sauerstoff.*

Für die ganze Familie: die Elternschule.

Geburtsvorbereitung

Ab der 30. Schwangerschaftswoche können Sie und Ihr:e Partner:in an einem Geburtsvorbereitungskurs teilnehmen. Der Kurs dient dazu, Ängste abzubauen und Ihr Wohlbefinden zu stärken. Außerdem haben Sie hier die Möglichkeit, Erfahrungen mit Frauen und Paaren auszutauschen, die sich in der gleichen Lebenssituation befinden.

Bei der Elternschule können Sie telefonisch Termine für alle Kurse vereinbaren. Termine und alle weiteren Infos zu den Kursen finden Sie auf unserer Website.



+49 (0) 2841 200-2670



www.bethanien-moers.de

Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare

Die Geburtsvorbereitungskurse für Frauen umfassen drei bis vier Abende von jeweils zwei Stunden Dauer – diese beinhalten auch einen Partnerabend. Wenn Sie sich wünschen, dass Sie ein:e Freund:in oder ein:e Verwandte:r während der Geburt begleitet, so sind auch diese im Kurs willkommen. Wir bieten auch einen Abendkurs und einen Wochenendintensivkurs speziell für Paare.

Fit bleiben während der Schwangerschaft

Während der Schwangerschaft und der Geburt ist Ihr Körper vielen Belastungen ausgesetzt. Daher bieten wir Ihnen ein Workout, das auf Ihre Schwangerschaft abgestimmt ist. Dabei haben Sie die Möglichkeit, Ihren Körper und Kreislauf sowie Beckenboden und Rücken in Schwung zu halten. So werden Sie zusammen mit unseren Entspannungstechniken optimal für die Herausforderungen des Kreißaals vorbereitet. Unser Gymnastikprogramm wirkt außerdem den Rückenproblemen entgegen, die für die Wochen vor der Geburt typisch sind. Jede Stunde endet mit Atem- und Entspannungsübungen, die Ihnen bei der Geburt zugutekommen.

Aquafit für Schwangere

Ein wohltuendes Gefühl der Leichtigkeit bei angenehmen 33 Grad im Wasser: Klingt nach Wellness, ist aber ein tolles Training für Ihren Körper. Der Kurs von 45 Minuten kann ca. ab der 20. Schwangerschaftswoche begonnen und bis zur Geburt verlängert werden.

Kurs für werdende Väter

Werdende Väter möchten sich häufig gern noch mehr in den Ablauf der Schwangerschaft ihrer Frau einbringen, um sie zu unterstützen. Nach unserer Erfahrung haben sie aber nicht immer die Gelegenheit, einen Geburtsvorbereitungskurs für Paare zu besuchen oder es bleiben Fragen, die sie sich nicht vor ihrer Frau zu stellen trauen. Deshalb bieten wir den Kurs „Hilfe, ich werde Vater!“ speziell für werdende Väter an, der von unserem Chefarzt der Gynäkologie und Geburtshilfe geleitet wird. Er ist selbst Vater von fünf Kindern und seit über 30 Jahren Geburtshelfer. In einem Vortrag mit anschließender Diskussion können alle Fragen rund um Schwangerschaft und Geburt gestellt und geklärt werden, die sonst vielleicht nicht den richtigen Rahmen finden.

Kinderleicht: unser Säuglingspflegekurs

Wickeln und Baden will gelernt sein: Ein einmal im Monat stattfindender Kurs vermittelt Ihnen alle wichtigen theoretischen und praktischen Kenntnisse. Im praktischen Teil üben wir gemeinsam an einer Puppe das Baden des Neugeborenen, die Nabelpflege und das Wickeln. Im theoretischen Teil geht es um kinderärztliche Untersuchungen, um das Stillen und die individuell richtige Säuglingsernährung. Auch darüber hinaus gibt es natürlich praktische Tipps für den sicheren Umgang mit Ihrem Baby.

Geschwister stark machen.

Das Geschwisterdiplom bereitet ältere Geschwister auf die Geburt vor. Wir beantworten Fragen und schenken Sicherheit.

Je mehr man weiß, desto geringer werden Angst und Bedenken gegenüber dem, was neu ist. Das gilt immer im Leben und auch schon für die Jüngsten. Wahrscheinlich wird es für Ihr Kind eine Umstellung sein, wenn es Ihre Aufmerksamkeit plötzlich mit der neuen Schwester oder dem neuen Bruder teilen muss. Aber Sie haben es in der Hand, wie aufgeklärt Ihr Kind dieser Situation begegnet. Das Geschwisterdiplom hilft dabei.

Bei uns kann Ihr Kind einen zwei Stunden dauernden Kurs besuchen, in dem die „Großen“ ganz im Mittelpunkt stehen. Hier bekommt Ihr Kind Antworten auf viele Fragen: Wie verläuft die Geburt? Wie verhalten sich Babys? Und wie kann ich es trösten, wenn es schreit? Das Halten, Wickeln und Baden können die Kinder mit einer lebensechten Babypuppe üben. Das gibt Ihrem Kind Sicherheit und macht den Kurs zu einer wertvollen Erfahrung, die der Familie guttut. Am Ende kann Ihr Kind ganz schön stolz sein, denn zur Belohnung wird es mit dem Geschwisterdiplom ausgezeichnet.



„Ein magischer Moment“

Die kleine Ella wurde im Bethanien geboren. Ihr großer Bruder Nick hat als Vorbereitung darauf das Geschwisterdiplom absolviert und geht dementsprechend ganz souverän mit der Situation um.

„Wir haben Nick das Diplom machen lassen, um ihn auf seine kleine Schwester vorzubereiten und ihm die Ankunft seiner Schwester so leicht wie möglich zu machen“, sagt Nicks Mutter. Nick selbst hat es gut gefallen, was er gelernt hat: „Als ich meine Schwester zum ersten Mal sah, hatte ich keine Angst. Ich war neugierig. Ich hatte meine Schwester im Arm. Das war sehr schön.“ Diese erste Begegnung beschreibt Nicks Mutter als „magischen Moment“: „Nick war sehr interessiert an seinem Schwesterchen. Ich glaube, dass auch das Diplom einen Teil dazu beigetragen hat.“



3
1 2

Endlich
Geburtstag

Der Weg ins Leben – im Kreißsaal.

Es ist soweit? Wunderbar. Wir sind bei Ihnen und begleiten Sie durch die Geburt. Sie entscheiden, wie Sie gebären möchten. Sitzend, stehend, hockend oder liegend. Wir unterstützen jede Position, die Ihnen gut tut. Die entsprechenden Hilfsmittel, wie z. B. Hocker, Liane, Sprossenwand und Pezziball finden Sie in jedem Kreißsaal. Auch eine Geburt in einer unserer Gebärwannen ist möglich. Alle vier Säle sind farbenfroh gestrichen, eine warme und entspannte Atmosphäre umfängt Sie. Nichts stört Sie. Alle wichtigen technischen Geräte sind da, aber nicht sichtbar. Ihrem Baby soll es während der Geburt gut gehen – genau wie Ihnen. Wir können jederzeit den Herzschlag Ihres Kindes und weitere Vitalfunktionen überwachen. Sollte es Komplikationen geben, sind Spezialisten des Perinatalzentrums nur wenige Schritte entfernt. Wir arbeiten Hand in Hand, damit keine Sekunde verloren geht.

Wir wissen: Sie haben die Kraft zu gebären. Wir unterstützen Sie dabei. Ob Sie die Geburt ohne Medikamente und ärztliche Eingriffe anstreben oder andere Wünsche haben: Wir haben Verständnis. Als hebammenorientierte Geburtsklinik unterstützen wir Sie voll in Ihrem Vorhaben. Auf beste medizinische Versorgung und Anleitung vor, während und nach der Geburt können Sie sich verlassen.



Unsere Entbindungsmöglichkeiten



Gebärbett

Das extra breite Bett unterstützt Sie bei der natürlichen Geburt: Hier haben Sie Komfort und genügend Platz, damit Ihr:e Partner:in Ihnen aktiv zur Seite stehen kann. Die breiten und hochmodernen Betten lassen sich mit wenigen Handgriffen zu einem Gebärstuhl umbauen, um eine aufrechte Position zu unterstützen. Der Geburtsvorgang wird in dieser Position erleichtert.



Gebärhocker

Statistisch finden weltweit die meisten Geburten in einer aufrechten Position statt. Der Gebärhocker ermöglicht Ihnen diese Art der Geburt.



Liane

Wer sich bei der Geburt so richtig reinhängen möchte, kann auf das Geburtsseil zugreifen. Es unterstützt Sie in einer aufrechten Gebärhaltung, mit der das Becken entlastet und die Geburt des Kindes erleichtert wird.



Sprossenwand

Mehr als ein Sportutensil: Die Sprossenwand dient als Stütze unter den Wehen und bietet in verschiedenen Positionen Halt.



Pezziball

Auf diesem Gymnastikball können Sie sitzen, während Ihr:e Partner:in Sie halten oder unterstützen kann. Die Sitzposition öffnet die Geburtswege.



Gebärwanne

Wasser ist Ihr Element? Bei der Wassergeburt kommt Ihr Kind in der Wanne zur Welt. Viele Frauen können sich im warmen Wasser besser entspannen und damit ihre Wehen leichter ertragen.

Was ist ein Perinatalzentrum?

Das Perinatalzentrum ist ein organisatorischer und räumlicher Verbund aus Geburtsklinik und Kinderklinik mit Neonatologie (Neu- und Frühgeborenenmedizin). Es dient der bestmöglichen Versorgung von Müttern und ihren Kindern vor, unter und nach der Geburt. Perinatalzentren gibt es in verschiedenen Versorgungsstufen (sog. „Level“). Unsere Klinik ist in unserer Region in den Kreisen Wesel und Kleve die einzige Klinik, die als Perinatalzentrum der höchsten Versorgungsstufe (Level 1) ausgewiesen ist. Deshalb können Sie Ihr Kind auch bei extremer Frühgeburtlichkeit bei uns sicher zur Welt bringen.



Mit Sicherheit zur Welt kommen.

Perinatalzentrum und Kinderklinik

Wir haben Ihre Sorgen im Blick. Als größte Geburtshilfe im Kreis Wesel unterstützen wir Sie auch in besonderen Situationen wie Risikoschwangerschaften oder wenn Sie ein krankes oder zu früh geborenes Kind bekommen. Bei Besonderheiten in der Schwangerschaft stehen wir für Ihre bestmögliche Betreuung und Versorgung in besonders engem Kontakt zur Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt, um Sie gemeinsam gut zu begleiten. Zu den besonderen Schwangerschaften, die wir betreuen, zählen folgende:

- vorzeitige Wehentätigkeit
- Mehrlingsschwangerschaften
- Schwangerschaftsdiabetes
- Schwangerschaftsbedingter Bluthochdruck (Gestose)
- Schwangerschaftsbedingte Leber- und Gallenwegserkrankungen
- Schwangerschaftsbedingte Herzfunktionsstörungen (Kardiomyopathie)
- Psychiatrische Erkrankungen in der Schwangerschaft
- weitere Komplikationen, die während der Schwangerschaft auftreten (z. B. Beckenendlage, Plazentainsuffizienz, Gerinnungsstörungen, Infektionskrankheiten)



Für bestimmte Risiken steht im Bethanien nicht nur ein erfahrenes Geburtshelfer-, sondern auch ein besonders ausgebildetes Kinderärztee- und Krankenpflegeteam rund um die Uhr bereit. Es ist unter anderem bei Kaiserschnitten im Kreißsaal vor Ort, um dem Neugeborenen gegebenenfalls sofort zu helfen. In der Regel geht es den Kindern gut und sie können schnell bei ihren Eltern sein.

Für unerwartete Vorfälle und kranke Neugeborene stehen die Expert:innen der Kinderklinik Tag und Nacht bereit. Im Vorfeld einer Frühgeburt werden Sie durch eine:n besonders qualifizierte:n Intensivkinderkrankpfleger:in beraten und geschult. Die intensivmedizinische Behandlung von Neu- und Frühgeborenen ist ein wesentlicher Schwerpunkt der Kinderklinik (Perinatalzentrum).

Ganz besondere Unterstützung benötigen Frühgeborene, die auf unserer hochspezialisierten Kinderintensivstation mit modernster Technik überwacht und sanft gepflegt werden. Sehr wichtig ist der enge Kontakt zwischen dem Frühgeborenen und seinen Eltern. Sie haben selbstverständlich jederzeit Zugang zu Ihrem Kind – so häufig und lange Sie es wünschen.

„Kommen Kinder eigentlich immer pünktlich?“

Nein, etwa jedes zehnte Kind kommt als Frühgeborenes auf die Welt. Dann ist das Kind noch nicht vollständig entwickelt: Bei der Atmung, Wärmeregulation, Blutzuckerregulation, Nahrungsaufnahme und Verdauung braucht es noch Hilfe. Die bekommt es bei uns.



Fachärztin Ramona de Jonge ist durch und durch mit dem Bethanien verbunden. Sie wurde selbst hier geboren, ihre Schwester auch und vor fünf Jahren auch ihre Tochter.

„Ich bin sozusagen hier aufgewachsen: von Geburt an, über die Ausbildung, über die Zeit als Assistenzärztin und Fachärztin, dann bin ich Mama geworden und im Jahr 2016 schließlich Oberärztin. Seitdem bin ich im Kreißaal tätig.“

Eine Arbeit mit Sinn

Auf der Geburtsstation gibt es viele schöne Situationen. Es ist immer sehr erfüllend, wenn ich mit Gedanken an gesunde Kinder und gesunde Mütter abends nach Hause gehen kann. Das ist für uns das Wichtigste. Jeden Morgen gehe ich gern zur Arbeit.

Familiäre Atmosphäre

Bei uns ergeben sich überall wichtige kleine Vernetzungen, private wie berufliche und viele Freundschaften haben sich entwickelt. Das Team ist für mich wie eine erweiterte Familie. Zum Team gehören nicht nur die Ärzt:innen, sondern natürlich die Pfleger:innen auf der Station, die Entbindungshelfer:innen und die Mitarbeiter:innen im Sekretariat. Wir können uns alle sehr gut aufeinander verlassen und sehr eng miteinander arbeiten.

An Herausforderungen gewachsen

Durch das ausgeprägte Teamwork können wir auch Ausnahmesituationen gemeinsam meistern: Wir bekommen hier zwar generell viele Kinder, aber vor kurzem kamen sechs Kinder gleichzeitig. Da musste alles Hand in Hand gehen: Mit guter Organisation, Struktur und Koordination haben wir es gut bewältigt – und konnten auch noch die werdenden Väter mit Kaffee versorgen.

Ramona de Jonge

Oberärztin der Klinik für
Gynäkologie und Geburtshilfe



*„Ich bin sozusagen
im Bethanien
aufgewachsen.“*





*Unser Start
ins Leben*

In Ruhe ankommen.

Auf der Wöchnerinnenstation

Hurra, Ihr Kind ist da! Die letzten Tage waren anstrengend genug – jetzt können Sie und Ihr Baby es im Rooming-in erst einmal ruhig angehen lassen. Das heißt, dass Sie Ihr Baby nach der Geburt von Anfang an den ganzen Tag einfach bei sich behalten können.

Schließlich haben Sie monatelang auf diesen kleinen Menschen gewartet, der nun auch erstmal ausgiebig bestaunt werden muss. Damit die Atmosphäre stimmt, haben wir ein Stillzimmer auf der Wöchnerinnenstation eingerichtet, das auf die Bedürfnisse von Mutter und Kind abgestimmt ist und mit dem Sie einen angenehmen Rückzugsort vorfinden. Die bequemen Sessel unterstützen Sie in einer angenehmen Sitzposition beim Stillen.

Generell gilt auf der Wöchnerinnenstation: Sie sollen sich hier wohl fühlen und eine gute Zeit haben. Unser professionelles Pflegeteam unterstützt und begleitet Sie bei der fachlichen Versorgung Ihrer Bedürfnisse und der Ihres Kindes. Außerdem arbeiten unsere Kinderkranken- und Krankenpfle-



geteams interprofessionell und sind hoch qualifiziert. Dank spezieller Zusatzqualifikationen, z. B. für Still- und Laktations- oder Diabetesberatung, können sie Sie bestmöglich unterstützen. Zum täglichen Ablauf auf der Wöchnerinnenstation gehören nicht nur die kinderärztliche Versorgung und die Vorsorgeuntersuchung U2, sondern die Rückbildungsgymnastik, Bonden, Stillberatung und bei Bedarf Low-Level-Lasertherapie zur Wundbehandlung.

Kinderleicht: Bonding

Die ersten Begegnungen und Erlebnisse eines Kindes sollten möglichst ungestört und mit direktem Hautkontakt verlaufen. Gerade in den ersten Stunden nach der Geburt ist das Neugeborene besonders aufmerksam und empfänglich für das Bonding mit den Eltern. Bonding: Das ist die tägliche Kuschelzeit mit Hautkontakt, die ein emotionales Band zwischen Kind und Eltern knüpft. Nicht umsonst bedeutet Bonding „verzückt“, „verzaubert“ oder „in jemanden versunken zu sein“. Wir bieten Bondingtücher an zur Unterstützung des Bondings im OP.

Hereinspaziert: Unsere Zimmerauswahl

Da die ersten Tage so unglaublich wichtig sind, möchten wir Ihnen nach Verfügbarkeit die Möglichkeit geben, dass Ihr:e Partner:in von Anfang an dabei sein kann. All unsere einladenden und freundlichen Ein-, Zwei- und Dreibettzimmer sind mit eigenen Badezimmern ausgestattet. Mit Pflegeutensilien, Babykleidung und Wickeltisch mit Wärmelampe können Sie Ihr Kind optimal versorgen. Sie müssen mal an die frische Luft? Dann steht für Sie ein regelrechter „Fuhrpark“ von Kinderwagen zur Verfügung, den Sie für einen Spaziergang im Park des Krankenhauses nutzen können. In der Buchung der Familienzimmer sind Zweibettzimmer und Essen für Partner:innen enthalten.



Stärkung gefällig?

Treffpunkt der Mütter und ihrer Zugehörigen ist das Bistro, wo Sie ein abwechslungsreiches und vollwertiges Frühstücks- und Abendbuffet finden. Während der Sommermonate können Sie auch auf der angrenzenden Terrasse das Frühstück genießen. Ältere Geschwisterkinder können sich in einer Spielecke austoben.

Richtig stillen

Stillen ist bunt – und reicht vom Abstillen nach Gabe der Vormilch bis hin zum Stillen über lange Zeit hinweg. Genauso bunt sind die Situationen der Frauen, die gerade Mütter geworden sind. Einige von ihnen wissen genau, wie sie ihr Kind ernähren wollen. Andere suchen noch nach einem Weg, der sich gut anfühlt. Wir sind für Sie da. Ob Sie Ihr Neugeborenes an die Brust legen oder mit der Flasche füttern möchten: Unsere qualifizierten Still- und Lactationsberaterinnen beraten Sie gerne damit Sie herausfinden können, wie Sie Ihr Kind am besten in Ihrer individuellen Situation ernähren können und begleiten Sie in der Umsetzung.

Übrigens: Bei uns werden auch diejenigen Mütter besonders unterstützt, die ihr Neugeborenes nicht ohne Weiteres anlegen können oder zum ersten Mal unter Begleitung anlegen möchten. Ist Ihr Kind beispielsweise als Frühgeborenes in Behandlung oder haben Sie Probleme mit dem Milcheinschuss, leiten wir Sie in Techniken der Milchbildung (z. B. Brustmassagen, Handentleeren, Abpumpen) an. Falls Sie Angst vor Einschränkungen im Alltag haben oder nicht wissen, wie Sie ihr Kind richtig ernähren sollen, besuchen Sie unsere Stillinformationskurse. Wir unterstützen Sie in Ihrer individuellen Situation und finden gemeinsam mit Ihnen die richtige Ernährungsform für Ihr Kind. Sowohl Frauen während der Schwangerschaft als auch Mütter nach der Entlassung können an den Kursen teilnehmen.



SUSANNE PASSON
Koordinatorin Netzwerk Kinderzukunft
im Krankenhaus Bethanien Moers



Netzwerk Kinderzukunft

Netzwerk Kinderzukunft

Mit der Geburt Ihres Kindes beginnt eine der schönsten und aufregendsten Phasen in Ihrem Leben. In den meisten Fällen ist das Kind gesund und Sie als Eltern sind glücklich und zufrieden. Manchmal stimmt aber noch nicht alles. So stellen sich etwa gesundheitliche Probleme ein oder Schwierigkeiten anderer Art tauchen plötzlich auf. Dann ist es wichtig, auch über den stationären Aufenthalt hinaus möglichst früh Hilfe zu erhalten – damit es Ihrem Kind und Ihnen weiterhin gut gehen kann. Gern steht Ihnen unsere Ansprechpartnerin des Netzwerkes Kinderzukunft jederzeit zur Verfügung: in der Schwangerschaft, bei der Geburt und nach der Geburt bis zum dritten Lebensjahr Ihres Kindes.

„U was?“

Es gibt zehn Früherkennungsuntersuchungen: von der U1 bis zur U9. Die U1 findet noch im Krankenhaus direkt nach der Geburt statt. Hier werden alle lebenswichtigen Funktionen Ihres Kindes geprüft. Die U2 sollte zwischen dem dritten und zehnten Lebens- tag durchgeführt werden und wird häufig in der Entbindungsklinik durch- geführt.



Home sweet home.

Nun sind Sie Wöchnerin und haben somit nach der Entbindung den Anspruch auf eine Hebamme oder einen Entbindungspfleger. Die Kosten dafür trägt Ihre Krankenkasse. Zur Betreuung gehören unter anderem die Beratung über Ernährung und Hygiene im Wochenbett, die Überwachung eventueller Geburtsverletzungen und deren Heilung, die Gewichtskontrolle des Kindes, die Nabelpflege des Neugeborenen, die Stillberatung und die Anleitung zur Ernährung mit der Flasche.

Eine Entbindung ist immer auch ein sehr intensives Erlebnis. Sollten für Sie Fragen offen geblieben sein, sind wir auch nach zeitlichem Abstand noch gerne für eine tiefgreifende Aufarbeitung für Sie da. Dazu können Sie jederzeit einen Termin mit dem Chefarzt oder seinen Vertreter:innen und dem beteiligten Entbindungshelfer- und Pflegeteam vereinbaren.

Nehmen Sie sich Ruhe

Wir empfehlen, nach der Geburt den Rest der Welt erstmal Welt sein zu lassen und sich ein bis zwei Wochen lang zuhause Zeit für das Kind zu nehmen.

Kein Terminstress

Natürlich wollen Verwandte und Freunde das Baby sehen und gratulieren. Für Sie und Ihr Kind kann das aber sehr stressig werden. Haben Sie also keine Scheu, die Besucher zu vertrösten.



Digital Detox

Sie sind in einer besonderen Situation – man wird Ihnen also verzeihen, wenn Sie das Handy einfach mal eine längere Zeit über ausgeschaltet oder lautlos lassen.

Kalender im Blick behalten

Ein paar wichtige Termine sollten Sie dennoch wahrnehmen: Innerhalb der ersten Woche sollten Sie die Geburtsurkunde beantragen und Ihren Arbeitgeber über die Geburt informieren. Außerdem benötigen Sie die U2 vom Kinderarzt, sollten das Baby bei der Krankenversicherung anmelden und den Antrag auf Mutterschaftsgeld abschicken.

*„Auch die
kleinsten
Sorgen
wurden
erstgenommen.“*



Für Jennifer und ihren Mann Stefan war von Anfang an klar, dass sie sich für das Bethanien in Moers entscheiden würden. Die Kinderklinik war ihnen wichtig und letztlich auch notwendig, denn Jennifer musste wegen Komplikationen bereits in der 29. Schwangerschaftswoche ins Krankenhaus gehen.

„Wir hatten ein schönes Zimmer und es wurde ermöglicht, dass mein Mann die ganze Zeit bei mir bleiben konnte. Er hat bei mir im Zimmer geschlafen. Weil es so kritisch war, haben die Ärzte das möglich gemacht. Letztendlich haben wir zwei Monate hier gelebt und konnten es uns wirklich heimelig machen. Unser Familienleben hat hier stattgefunden. Wir haben uns auch auf der Station insgesamt wohl gefühlt. Ich sage es jedem, der fragt: Auf das Ärzteteam lasse ich nichts kommen. Sie sind diejenigen, die es geschafft haben, dass es so lange gut gegangen ist. Wir mussten nur kurz Bescheid sagen, wenn irgendetwas war oder wir eine Frage hatten. Nach kurzer Zeit war jemand da, der uns die Frage beantworten konnte. Oder die Schwestern haben Fragen abgeklärt. Beim Kreißsaal konnte man zu jeder Tages- und Nachtzeit vor der Tür stehen. Das ist optimal. Auch mit den kleinsten Sorgen konnten wir kommen.“

Unser Verhältnis zum Team war zwischenzeitlich schon fast freundschaftlich. Jeder kannte uns, wenn man über den Flur gelaufen ist, alle waren sehr freundlich. Und das ganze Team hat sich tierisch gefreut als unser Felix dann gesund auf die Welt gekommen ist.“

Jennifer und Stefan

Gerade entbunden, jetzt eng verbunden.



Hände, die Geborgenheit vermitteln

Ihre Liebe und Hingabe sind das größte Geschenk, das Sie Ihrem Kind machen können – das geht besonders gut mit der Babymassage, die ihm das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit gibt. Der Kurs verschafft aber nicht nur Babys eine entspannte Auszeit, sondern auch Ihnen: neunzig Minuten Gleichklang zwischen Ihnen und Ihrem Baby. Sie lernen im Kurs sowohl die alte, indische Massagetechnik nach Leboyer, als auch klassische Massagetechniken, wie der Kolik-Massage, die dem Baby bei Bauchkrämpfen helfen kann. Kombiniert wird der Kurs übrigens mit Baby-Yoga und frühkindlichen Gymnastikübungen.

Sie können das tragen: der Tragetuchkurs

Ein Kind im Tragetuch zu tragen, ist eine besondere Erfahrung, denn Sie stellen dabei einen liebevollen Körperkontakt her und sprechen alle Sinne des Babys an. Das fördert deren gesunde Entwicklung. Das Tragetuch schenkt Ihrem Kind das Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit.

Übrigens: Getragene Babys weinen weniger und die Verdauung wird unterstützt, was hilft, Koliken zu vermeiden. Zudem können Eltern ihren Alltag besser meistern, da sie beide Hände frei haben. Ein Tragetuch wird für die Kursdauer gestellt.

Eingesackt: wie Babys besser schlafen

Jedes neugeborene Kind bekommt einen Schlafsack vom Krankenhaus geschenkt, den Sie auf Wunsch bei uns besticken lassen können. Der Schlaf im Schlafsack bietet dem Baby nicht nur Sicherheit, sondern fördert auch einen gesünderen Schlaf als beispielsweise eine Decke es kann. Das Baby liegt jederzeit warm, auch wenn es strampelt. Es kann sich die Decke nicht über das Gesicht ziehen.

Zurück zur alten Form mit Rückbildungsgymnastik

Durch Schwangerschaft und Geburt werden Bauch, Rücken und Beckenboden stark in Mitleidenschaft gezogen. Ihr Gewebe und Ihre Muskeln werden überdehnt und müssen wieder in Form gebracht werden, damit Sie Ihr ursprüngliches Körpergefühl wiedergewinnen können. Dafür können Sie in unserem Kurs Einiges tun: Brust-, Gesäß-, Oberschenkel-, Bauch- und Rückenmuskulatur sowie Beckenboden werden in unserem Rückbildungskurs gezielt trainiert. Je nach Befinden können Sie mit dem Training ab der sechsten bis achten Woche nach der Geburt beginnen.





Baby, es wird wieder geschwommen!

Ab etwa der achten Lebenswoche dürfen Babys erneut in das vertraute Element Wasser, das sie schon aus dem Mutterleib kennen. Beim Babyschwimmen werden Bewegungsabläufe, der Gleichgewichtssinn und der Denkapparat trainiert, denn Körper, Geist und Gefühl wirken zusammen. Die Vorwärtsbewegung, die Ihrem Baby im 33 Grad warmen Wasser schon möglich ist, stärkt sein Selbstbewusstsein – lange, bevor es sich krabbelnd an Land von der Stelle bewegen kann. Angeregt werden der Spieltrieb und die sozialen Kontakte mit anderen Babys sowie Fortbewegungsarten, die muskulär von großer Bedeutung sind. Wir bieten Babyschwimmkurse werktags am späten Nachmittag und samstags am Vormittag an.



Das kleine Krabbeln

Unsere Krabbelgruppen für Kinder verschiedener Altersklassen bieten Eltern die Möglichkeit, ihre Kinder im Kontakt mit Gleichaltrigen zu erleben. Kinderlieder, Finger- und variationsreiche Bewegungsspiele bereiten in der Regel nicht nur den Babys Spaß, sondern tun auch den Müttern gut. Übrigens: Wir vermitteln Ihnen auch praktische Angebote zur Spiel- und Bewegungsentwicklung dem Alter Ihres Kindes entsprechend.



Walkingkurs mit Kinderwagen

Nach der Schwangerschaft haben viele Mütter kaum Zeit, regelmäßig zum Sport zu gehen. Warum also nicht einen Fitnesskurs besuchen, bei dem Baby und Kinderwagen einfach mit dabei sein können? Beim Walkingkurs im Moerser Freizeitpark regen Sie mit wechselnden Intervallen von Walking und gezieltem Figurtraining die Fettverbrennung des eigenen Körpers an, um so noch besser zur ursprünglichen Figur zurückzufinden – oder einfach fitter zu werden. Die Kursteilnehmerinnen treffen sich immer von April bis September.

„Und wie war das bei euch?“ – Austausch im PEKiP

Viele Eltern haben wenig Erfahrung im Umgang mit Babys. Daher ist es vielen Müttern und Vätern ein Bedürfnis sich auszutauschen und Anregungen zu finden. Im PEKiP Kurs haben Sie die Möglichkeit dazu. Im Austausch mit anderen Gruppenteilnehmern sowie mit unserer zertifizierten PEKiP Kursleiterin erhalten Sie viele unterschiedliche Anregungen zur Unterstützung der körperlichen und geistigen Entwicklung während des ersten Lebensjahres. Sie lernen beispielsweise, wie Sie entsprechend der jeweiligen Entwicklungsstufen Ihres Kindes gezielt Bewegungen anregen und bestimmte pädagogische Materialien einsetzen können. Hierbei wird gleichzeitig die emotionale Beziehung zwischen Eltern und Kind gestärkt und gefestigt. Das Prager Eltern-Kind-Programm lässt die Eltern in ihrer neuen Aufgabe wachsen und sicherer werden, was auch Ihren Babys ein gutes Gefühl vermittelt: denn im Spiel mit anderen Gleichaltrigen können sie sich frei und unbeschwert entwickeln.

Noch Fragen?

Mit Sicherheit! Denn selbstverständlich ist die Geburt gerade für Sie das Thema Nummer Eins. Wir würden uns aber freuen, wenn wir die Frage geklärt haben, wer für die Geburt Ihres Kindes in Frage kommt. Wenn Sie mehr wissen möchten: Wir sind für Sie da. Rufen Sie uns an oder schauen Sie auf unserer Website vorbei. Wir freuen uns auf Sie.

Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe
im Krankenhaus Bethanien Moers

Bethanienstraße 21
47441 Moers

Tel. +49 (0) 2841 200-2600
Fax. +49 (0) 2841 200-2699
frauenklinik@bethanienmoers.de
www.bethanien-moers.de