

Department für Frauengesundheit

Familienkalender 2020

Mutter-Kind-Zentrum
Elternschule



Universitätsklinikum
Tübingen



Liebe Eltern

die Geburt Ihres Kindes ist ein herausragendes Ereignis im Leben Ihrer Familie. Wir haben den Anspruch an uns, dass Ihre Kinder bei uns nicht nur sicher und gesund zur Welt kommen, sondern auch liebevoll empfangen werden. Dazu gehört neben dem medizinischen Sachverstand ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen.

Sie treffen bei uns auf Individualität, Flexibilität und eine breite Familienorientierung. Eine Schwangerschaft und Geburt sind natürliche Prozesse im Leben einer Frau. Sie bringen Veränderungen mit sich, zu denen Freude aber auch Unsicherheit gehören können. Ein genau abgewogenes Stufenkonzept der Betreuung ermöglicht eine flexible Anpassung an Ihre Bedürfnisse und die jeweiligen Umstände, ohne in irgendeiner Weise dogmatisch zu sein.

Unsere Ärzte und Hebammen bieten Ihnen eine Geburtshilfe an, die den Geburtsprozess mit seiner eigenen Dynamik so wenig wie möglich beeinflusst. Dazu gehört, dass wir Ihnen auch nach der Geburt bewusst Raum für das Erleben Ihres Kindes lassen.



Die Universitäts-Frauenklinik Tübingen hat mit ihrem Konzept der integrierten Wochenpflege Maßstäbe gesetzt. Integrierte Wochenpflege oder Rooming-in bedeutet, dass Mutter und Kind von einer gemeinsamen Bezugsperson in einem Raum in allen Belangen versorgt werden.

Als von der WHO mehrfach zertifizierte babyfreundliche Geburtsklinik wird Stillen in der Frauenklinik groß geschrieben. Geschulte MitarbeiterInnen und speziell ausgebildete Stillberaterinnen (IBCLC) nehmen sich der Stillförderung an.

Wir wünschen Ihnen eine glückliche Entbindung in unserem Mutter-Kind-Zentrum.

Prof. Wallwiener, Prof. Brucker, Prof. Abele, Prof. Poets, Prof. Rieß und die MitarbeiterInnen des Mutter-Kind-Zentrums der Universität Tübingen

Gut vorbereitet in die **Geburt**

Die Gewissheit, in jeder Situation der Schwangerschaft und der Geburt optimal versorgt zu sein, ist eine wichtige Voraussetzung für ein sicheres Gefühl und Geborgenheit. Auf den folgenden Seiten sehen Sie unser breit gefächertes Angebot an Informationsveranstaltungen und Angeboten aus der Elternschule des Mutter-Kind-Zentrums Tübingen.



Themenübersicht 2020

Informationsangebote

Kreißsaalführungen	6
Offenes Forum	8
Natürliche Geburt – guter Umgang mit dem Risiko	9
Ernährungsempfehlungen für Schwangerschaft und Stillzeit	10
Informationsabend Stillen	11
Muttermilch – wie lange ist mein Kind damit ausreichend ernährt?	12
Neu geboren – was Eltern und Neugeborene voneinander lernen	13
Vaterabend	14
Hurra – wir werden Großeltern	15
Praktische Stillanleitung	15

Kursangebote

Geburtsvorbereitung	16
Kompaktkurs – Geburtsvorbereitung am Wochenende	17
Yoga in der Schwangerschaft	18
Alltag mit dem Kind	19
Elterngeld, Kindergeld und Co.	20
Rückbildungsgymnastik ohne Kind	21
Rückbildungstraining mit / ohne Baby	22
Babymassage	23
Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter	24
„Auja“ – wir bekommen ein Geschwisterchen	25

Sprechstunden

Humangenetische Sprechstunde	26
Pränataldiagnostik	26
Risikoschwangerenambulanz	27
Geburtsvorbereitende Akupunktur	28
Hebammensprechstunde	29
Stillsprechstunde	30
Laktationsambulanz	30
Ambulanz für „Schreibabys“	31

Allgemeine Informationen	32
--------------------------	----

Kreißsaalführungen



Die Geburt eines Kindes ist ein tiefgreifendes Erlebnis im Leben einer Frau und ihrer Familie. In der Universitäts-Frauenklinik Tübingen soll Ihr Kind nicht nur sicher und gesund zur Welt kommen, sondern auch liebe- und respektvoll empfangen werden. Wir betrachten die individuelle Betreuung als wichtigstes Element einer Geburt und sind als erfahrenes Team kontinuierlich rund um die Uhr für Sie da.

Im Kreißsaal stehen sechs freundlich und behaglich eingerichtete Geburtsräume mit je einer Wanne für Wassergeburten für Sie bereit. Die moderne Technik, die auch die individuelle Betreuung von Hochrisikoentbindungen ermöglicht, ist bei einer natürlichen Geburt nicht sichtbar.

Vom Geburtshocker über das Hängetuch bis hin zur Geburt auf dem Gebärbett: Das Mutter-Kind-Zentrum bietet Ihnen alle Möglichkeiten zur individuellen Geburtsposition. Dabei werden Sie von einem kompetenten Hebammenteam und motivierten und motivierenden Hebammenschülerinnen betreut. Um Ihnen die Geburtsschmerzen zu erleichtern, halten wir zahlreiche Möglichkeiten bereit: von hilfreichen Entspannungsverfahren, Akupunktur und Homöopathie über Lachgas bis hin zur Periduralanästhesie, die von erfahrenen Narkoseärzten durchgeführt wird.

Die Nähe zur Kinderklinik (alles unter einem Dach) ist ein großer Pluspunkt in unserem Mutter-Kind-Zentrum, das sich als universitäres geburtshilfliches Zentrum der Maximalversorgung versteht. Dies ermöglicht auch in unvorhersehbaren Situationen die größtmögliche Sicherheit für Ihr Kind.

Wir freuen uns, Ihnen bei einer Kreißsaalführung unsere Räumlichkeiten zeigen zu können. Unsere Hebammen beantworten gerne alle Fragen.

Bei Bedarf an einer Kreißsaalführung auf Englisch kontaktieren Sie bitte unsere Elternschule (Kontaktaten siehe Seite 39).

Leitung: Helen Horvat und Kolleginnen, Hebammen

Tel. 07071 29-82228



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Jeden Dienstag, 18.00 Uhr, ausgenommen Feiertage



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Foyer der Frauenklinik



Offenes Forum

Zweimal jährlich, am 25. April und am 17. Oktober 2020, laden wir Sie ein, in Kurzvorträgen und Workshops Einblick in zahlreiche Themen rund um Schwangerschaft, Geburt und die Zeit danach zu gewinnen. Gleichzeitig haben Sie die Gelegenheit, sich von einer unserer Hebammen durch den Kreißaal und über die Wochenstation führen zu lassen. Parallel dazu können Sie sich bei einem Babymarkt über allerlei Nützliches und Schönes informieren.

Kurzreferate 11.00–12.30 Uhr:

- Begrüßung
- Der Tübinger Kreißaal
- Bonding – Der besondere Augenblick
- Das Wunder der Muttermilch
- Kaiserschnitt auf Wunsch?
- Der Kinderarzt im Mutter-Kind-Zentrum
- Ganzheitliche Betreuung von Mutter und Kind im Tübinger Wochenbett
- Wege der Geburtseinleitung

Workshops 12.45–15.30 Uhr:

- Praktische Anleitung zum Stillen
- Babymassage
- Hebammenhilfe – Begleitung der Familie
- Praktische Anleitung zum Babytragetuch und Handling des Säuglings
- Hilfe! – Anträge, Formulare, Familienhilfe, Bürokratie im Überblick
- Rund um Babys Ausstattung
- Rückenbeschwerden in der Schwangerschaft – Übungen und Maßnahmen

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte
Prof. Dr. Harald Abele, Ltd. Arzt Perinatalzentrum, Ärztl. Dir. Hebammenwissenschaft

Firmenausstellung und Verkauf



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Samstag, 25. 4. 2020 und Samstag, 17. 10. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Großer Hörsaal, Ebene 6

Natürliche Geburt – guter Umgang mit dem Risiko

An unserem Schwangereninformationsabend wollen wir den Blick auf die natürliche Geburt richten. Dies ist manchmal gar nicht so leicht, denn eine Schwangerschaft und eine Geburt sind heute nicht selten auch mit Sorgen und Ängsten behaftet. Dabei ist auch bei schwierigen Voraussetzungen wie Zwillingen, Steißlagen oder bei mütterlichen und kindlichen Erkrankungen in vielen Fällen eine natürliche Geburt möglich und bietet klare Vorteile für Mutter und Kind. Jeweils ein Oberarzt aus der Geburtshilfe, der Anästhesie und der Kinderheilkunde sowie eine erfahrene Hebamme aus dem Kreißaal zeigen die verschiedenen Alternativen auf und nehmen sich bewusst Zeit, um mit Ihnen gemeinsam einen guten Umgang mit dem individuellen Risiko zu finden.

Leitung: Helen Horvat und Kolleginnen, Hebammen



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 16.1.2020 / 7.5.2020 / 24.9.2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Kleiner Hörsaal, Ebene 6, Raum 6.305



Ernährungsempfehlungen für Schwangerschaft und Stillzeit

Es ist nicht leicht, sich im Dschungel der Ernährungsempfehlungen zurecht zu finden. Beim Essen heißt das Motto: „Für zwei denken, aber nicht für zwei essen“.

An diesem Abend erhalten Sie wertvolle Tipps für eine genussvolle und vollwertige Ernährung in der Schwangerschaft. Eine ausgewogene Ernährung und regelmäßige körperliche Bewegung vor und während der Schwangerschaft wirken sich nicht nur kurzfristig aus, sondern haben auch langfristig positive Auswirkungen auf Gesundheit und Wohlbefinden.

Frauen die vor und während der Schwangerschaft auf eine nährstoffreiche Ernährung achten, schaffen beste Bedingungen für die Entwicklung des Kindes im Mutterleib. Ganz im Sinne wie – nicht mehr, aber besser essen!

Auch für die Stillzeit gelten besondere Empfehlungen, vor allem die Berücksichtigung des gesteigerten Nährstoff- und Energiebedarfes. Stillende Frauen sollen abwechslungsreich, ausgewogen und regelmäßig essen.

Wie wirkt sich die Ernährung der stillenden Mutter auf die Nährstoffe und den Nährstoffgehalt in der Muttermilch aus, und wie verhält es sich mit Aroma- und Geschmacksstoffen? Gibt es Nahrungsmittel, die in der Stillzeit nicht geeignet sind?

Leitung: Daniela Schweikert und Kolleginnen, Stabsstelle Ernährungsmanagement / Nutrition Support Team



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 19. 3. 2020 / 16. 7. 2020 / 26. 11. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Kleiner Hörsaal, Ebene 6, Raum 6.305

Informationsabend Stillen

Muttermilch – weitaus mehr als nur die beste Nahrung für Ihr Kind!

Dieser Vortrag im Rahmen unserer Donnerstagsreihe beleuchtet die Bedeutung des Stillens für Mutter und Kind in unserer Gegenwart und kann für Sie eine wertvolle Entscheidungshilfe sein.

In der von Medien geprägten Informationswelt ist es nicht leicht, einen unbefangenen Zugang zum Stillen zu finden. Dabei hat die moderne Wissenschaft längst erkannt, welches Potential für Mutter und Kind im Stillprozess schlummert. Obwohl Muttermilch die von der Natur vorgesehene Nahrung für Ihr Kind ist, halten sich allerlei Mythen und Märchen hartnäckig.

Die Förderung und Unterstützung des Stillens ist uns ein besonderes Anliegen. Grundlage hierfür sind die Richtlinien nach den B.E.St® Kriterien – Bindung, Entwicklung und Stillen – der WHO-UNICEF-Initiative für „Babyfreundliche Geburtskliniken“.

Den praktischen Teil des Stillens können Sie an einem extra Abend kennenlernen. (siehe Seite 15)

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte der Frauenklinik



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 2. 4. 2020 / 6. 8. 2020 / 12. 11. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Großer Hörsaal, Ebene 6

Muttermilch – wie lange ist mein Kind damit ausreichend ernährt?

Der Übergang vom Stillen in die Einführung der Beikost bedarf einiger Voraussetzungen. Ihr Kind gedeiht, das Stillen ist etabliert, und Sie genießen die dadurch entstandene Flexibilität und das Miteinander mit Ihrem Kind.

Mütter stoßen beim Thema „Ernährung im 1.Lebensjahr“ auf viele verschiedene Möglichkeiten.

An diesem Nachmittag, mit und ohne Kind, steht der Übergang vom Stillen zur festen Kost im Vordergrund. In die Frage nach dem richtigen Zeitpunkt für den Beginn von Beikost (5.–7. Lebensmonat) soll die allgemeine Stillempfehlung der WHO, die Gewichtsentwicklung und die motorische Reife Ihres Kindes, sowie die Möglichkeit und die Bedeutung des Stillens für Sie als Mutter mit einbezogen werden.

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 16.00 Uhr
am 20. 2. 2020 / 2. 7. 2020 / 8. 10. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Großer Hörsaal, Ebene 6

Neu geboren – was Eltern und Neugeborene voneinander lernen

Die erste Zeit mit dem Kind wird spannend und ungewohnt zugleich sein. Darauf wollen wir Sie vorbereiten.

Gewichtige Experten stehen bereit, um den jeweils neuen Trend zu begründen. Vieles aber widerspricht sich. Kein Wunder, dass Eltern sich zunehmend in der Ratgeberschwemme verunsichert fühlen. Ein Blick in die Evolutionsgeschichte wirkt da heilsam und kann zeigen, dass „Menschenkinder“ sich nach einem sinnvollen Muster entwickeln.

Dieser Abend bietet viele Antworten auf häufige Fragen und weckt eine natürliche Neugierde zum Thema „Was bringt das Kind mit – was kann es schon“.

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte der Frauenklinik



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 20. 2. 2020 / 2. 7. 2020 / 8. 10. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Großer Hörsaal, Ebene 6

Drei Informationsabende parallel für die ganze Familie

Vaterabend

Der Mann hat heute seinen festen Platz in Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Er begleitet seine Partnerin und steht ihr zur Seite.

Dabei durchlebt er Glück und Freude, aber auch Momente der Unsicherheit und Angst.

An diesem Abend soll es um Fragen nach der neuen Rollenverteilung innerhalb der Familie, der veränderten Sexualität und der Verarbeitung des Geburtserlebnisses gehen.

Mit Spannung schauen werdende Väter auf ihr ohnehin schon ausgereiztes Zeitmanagement. Welche unterstützenden Aufgaben kann ich für meine Familie übernehmen, um allen gerecht werden?

Leitung: Prof. Dr. Harald Abele, Ltd. Arzt Perinatalzentrum, Ärztl. Dir. Hebammenwissenschaft



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 12. 3. 2020 / 18. 6. 2020 / 10. 9. 2020 / 3. 12. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Bibliothek, Ebene 6, Raum 6.307

Hurra – wir werden Großeltern!

Mit großer Freude sehen Sie sich die Geburt Ihres Enkelkindes herbei. Sie wollen perfekte Großeltern werden und die junge Familie optimal und hilfreich unterstützen. Doch ist es so, wie Sie es kennen, noch zeitgemäß?

An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit, Ihre Kenntnisse aufzufrischen.

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte der Frauenklinik



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 12. 3. 2020 / 18. 6. 2020 / 10. 9. 2020 / 3. 12. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Großer Hörsaal, Ebene 6

Praktische Stillanleitung

Ergänzend zu unserem Informationsabend haben Sie als zukünftige Stillende die Möglichkeit, an einem Folgetermin mit einer unserer Stillberaterinnen in den praktischen Teil einzutauchen.

An diesem Abend lernen Sie verschiedene Stillpositionen, die Brustmassage und das Entleeren der Brust von Hand. Auch die Saugstruktur des Kindes sowie Alternativen bei anfänglichen Trinkschwierigkeiten werden Thema sein.

Leitung: Elisabeth Menrad, Hebamme und IBCLC
Aysun Yigit, Hebamme und IBCLC



Keine Anmeldung erforderlich



Kostenlos



Donnerstag, 18.00 Uhr
am 12. 3. 2020 / 18. 6. 2020 / 10. 9. 2020 / 3. 12. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Entbindungsstation, Stillzimmer, Ebene 5, Raum 5.103

Geburtsvorbereitung

Schwangerschaft, Geburt und das Leben mit einem Neugeborenen sind für jede Frau sehr intensive, körperliche und seelische Erfahrungen. In unseren Geburtsvorbereitungskursen können Sie sich umfassend darauf vorbereiten.

Kursinhalte:

- Informationen und Austausch über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett
- Entspannungs- und Atemübungen
- Körperwahrnehmungsübungen
- Partnerabende

Leitung: Claudia Schwaibold, Hebamme, Tel. 07071 365390, claudine29@t-online.de
 Katrin Heinzl, Hebamme, Tel. 07071 996226, heinzelkatrin@gmail.com



Anmeldung erforderlich.
 Bitte rechtzeitig bei der jeweiligen Kursleiterin anmelden!

Dabei kann auch eine zukünftige, persönliche Hebammenbetreuung angefragt und gegebenenfalls vereinbart werden.



Die Kursgebühren werden von den gesetzlichen und privaten Krankenkassen übernommen – die Gebühren für die beiden Partnerabende (PA) in der Regel nicht. Hier beträgt die Kursgebühr 30,- € pro Abend.



Montags, 18.00–20.00 Uhr (6 x), davon 2 Partnerabende (PA) 18.00–21.00 Uhr
Claudia Schwaibold

13. 1. – 17. 2. 2020 (PA 3. 2. 2020 / 10. 2. 2020)
 2. 3. – 6. 4. 2020 (PA 16. 3. 2020 / 30. 3. 2020)
 20. 4. – 25. 5. 2020 (PA 11. 5. 2020 / 18. 5. 2020)
 27. 7. – 31. 8. 2020 (PA 10. 8. 2020 / 24. 8. 2020)
 26. 10. – 30. 11. 2020 (PA 16. 11. 2020 / 23. 11. 2020)

Donnerstags, 18.00–20.00 Uhr (6 x), 2 Partnerabende (PA) 18.00–21.00 Uhr
Katrin Heinzl

9. 1. – 13. 2. 2020 (PA 1. 2. 2020 / 13. 2. 2020)
 20. 2. – 26. 3. 2020 (PA 5. 3. 2020 / 26. 3. 2020)
 23. 4. – 28. 5. 2020 (PA 16. 5. 2020 / 28. 5. 2020 – Achtung! 16. 5. 2020 = Sa., 10:00–13:00 Uhr)
 18. 6. – 23. 7. 2020 (PA 2. 7. 2020 / 23. 7. 2020)
 17. 9. – 22. 10. 2020 (PA 1. 10. 2020 / 22. 10. 2020)
 5. 11. – 10. 12. 2020 (PA 19. 11. 2020 / 10. 12. 2020)



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
 Hebammenschule, Ebene 5, Raum 5.310

Kompaktkurs – Geburtsvorbereitung am Wochenende

Verpflichtungen und persönliche Umstände führen immer wieder dazu, dass sich Paare mit dem gemeinsamen Besuch eines Geburtsvorbereitungskurses schwer tun. Hier kann ein Kompaktkurs am Wochenende helfen.

Das für Sie speziell zusammengestellte Angebot ermöglicht einen intensiven Geburtsvorbereitungskurs an einem Wochenende. Zum Kurs gehören Übungen der Körperwahrnehmung und Anwenden derselben bei Schwangerschaftsbeschwerden.

Zudem werden Übungen zur Atmung und Entspannung vermittelt, die Sie mit Unterstützung Ihres Partners unter der Geburt anwenden können.

Zahlreiche Informationen, die Sie auf die bevorstehende Geburt einstimmen sollen, zeichnen diesen Kurs aus.

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme und IBCLC



Anmeldung erforderlich:
Telefon 07073 4231



Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen. Die Kosten für den Partner am Samstag betragen 70,- €.



Jeweils freitags 19.00–22.00 Uhr, samstags 10.00–17.30 Uhr

17./18. 1. 2020, 13./14. 3. 2020, 8./9. 5. 2020, 5./6. 6. 2020, 7./8. 8. 2020, 11./12. 9. 2020, 9./10. 10. 2020, 4./5. 12. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Hebammenschule, Ebene 5, Raum 5.310

Yoga in der Schwangerschaft

Yoga für Schwangere zeigt den Weg zu einem ganz neuen Körpergefühl, einer guten Haltung und einer effektiven Atmung. Darüber hinaus werden Energiedepots für die Geburt und die erste Zeit mit dem Baby geschaffen – Wohltuendes, das auch später den „ganz normalen“ Alltag erleichtert.

Von den Atem-, Aufwärm-, Entspannung- und Meditationsübungen können Schwangere in jeder Phase der Schwangerschaft profitieren.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Leitung: Claudia Schwaibold, Hebamme und zertifizierte Kursleiterin für Yoga in der Schwangerschaft und im Wochenbett



Anmeldung erforderlich:
 Claudia Schwaibold, Hebamme,
 Tel. 07071 365390,
 claudine29@t-online.de
 Anmeldeschluss: jeweils 1 Monat vor
 Kursbeginn!



120,- € für den gesamten Kurs (10 Std.)
 Überweisung vor Kursbeginn nach
 verbindlicher Anmeldung!



Montags (8x 75 Min) von 16:30–17:45 Uhr

13. 1. – 9. 3. 2020 (entfällt am 24. 2. 2020)

23. 3. – 18. 5. 2020 (entfällt am 13. 4. 2020)

13. 7. – 31. 8. 2020 (am 13. 7. 2020 und 20. 7. 2020: 18:45 – 20:00 Uhr)

26. 10. – 14. 12. 2020 (am 7. 12. 2020 und 14. 12. 2020: 18:45 – 20:00 Uhr)



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
 Hebammenschule, Ebene 5, Raum 5.310

Alltag mit dem Kind

Gut vorbereitet – von Anfang an.

Insbesondere beim ersten Kind steht den frisch gebackenen Eltern eine aufregende Zeit ins Haus. Beim zweiten und dritten stellt man erstaunt fest, wie schnell sich Empfehlungen in Sachen Neugeborenen verändern können. Trotz intensiver Bemühungen, sich im Vorfeld in die Thematik einzuarbeiten, ergeben sich in der Praxis zahlreiche Situationen, die einen völlig unvorbereitet treffen. Der 2-tägige Kurs beinhaltet zahlreiche Informationen und Anregungen, die einen von Anfang an beruhigend auf die Pflege und den Umgang des neuen Familienmitglieds vorbereiten.

Auszüge aus dem Kursinhalt:

- Das Neugeborene und seine Entwicklung
- 24 Stunden Eltern sein
- Bedürfnisse des Kindes erkennen
- Die Ernährung des Säuglings
- Schlaf-/Wachrythmus
- Körperpflege – Hautpflege
- Verschiedene Wickelmöglichkeiten
- Erstausrüstung

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhning, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte der Frauenklinik



Anmeldung erforderlich:
Telefon 07073 4231



65,- €
Paare 100,- €



Jeweils freitags 19.00–22.00 Uhr und samstags (sonntags am 26.4.2020) 10.00–14.30 Uhr
10./11. 1. 2020, 20./21. 3. 2020, 24./26. 4. 2020, 12./13. 6. 2020, 31. 7./1. 8. 2020,
18./19. 9. 2020, 13./14. 11. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Bibliothek, Ebene 6, Raum E 6.307

Elterngeld, Kindergeld & Co.

Möglichst 3 Monate vor Geburt erhalten werdende Eltern an einem Abend einen umfassenden Überblick über alle finanziellen/administrativen Themen. Wie komme ich an Mutterschafts-/Eltern-/Kindergeld und was ist in der Beantragung zu beachten? Kleine Kniffe können viele tausend Euro mehr Unterstützung bedeuten – Elterngeld ist nur ein kleiner Teil der Förderung.

Kombinationen für Basiselterngeld, Elterngeld-Plus und Partnerbonusmonate werden vorgestellt. Für die geänderte Familiensituation werden die Fallstricke in der Krankenversicherung und Risikoversicherung für Eltern aufgezeigt. Weiterführende und oftmals unbekannte Unterstützungen werden vorgestellt.

Statt lange selber suchen zu müssen bekommen Sie eigene Erfahrungen im Überblick präsentiert. Heute Abend sind vor allem auch die Väter gefragt!

Teilnehmer erhalten einen Nachlass für individuelle Beratungsleistungen zum Elterngeld.

Leitung: Stephan Groß, Diplomkaufmann und Vater



Anmeldung erforderlich unter
www.elterngeldinfo.de



15,- €/Person
25,- €/Paar



Jeweils donnerstags 19.00–21.30 Uhr

30. 1. 2020 / 27. 2. 2020 / 26. 3. 2020 / 30. 4. 2020 / 28. 5. 2020 (kl. Hörsaal) /
25. 6. 2020 / 30. 7. 2020 / 24. 9. 2020 / 21. 10. 2020 (Mittwoch) / 26. 11. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Großer Hörsaal, Ebene 6, Raum 6.305

Rückbildungsgymnastik ohne Kind

Durch gezielte Gymnastik für Beckenboden- und Bauchmuskulatur, sowie abwechslungsreiche Gymnastik für Kreislauf, Rücken, Schulter- und Nackenbereich unterstützen und kräftigen Sie Ihren Körper bei seinen „normalisierenden Vorgängen“ nach der Schwangerschaft und Geburt.

Auch Verspannungen und Fehlhaltungen, die manchmal durch die ungewohnte Haltung beim Stillen oder Tragen des Babys im Laufe der Wochenbett- und Stillzeit auftreten, können vorgebeugt oder gelindert werden.

Nach der körperlichen Anstrengung dürfen Sie jedes Mal eine wohltuende Entspannungsübung und Massage genießen.

Abschließend gibt es immer das Angebot zum Austausch und gemeinsamen Gespräch.

Beginn: ca. 6–8 Wochen nach der Geburt

Leitung: Claudia Schwaibold, Hebamme



Anmeldung erforderlich. Bitte rechtzeitig bei der Kursleiterin anmelden!
Telefon 07071 365390
claudine29@t-online.de



Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen, wenn der Kurs innerhalb der ersten 4 Monate nach der Geburt begonnen wird.



Jeweils montags 20.10–21.50 Uhr (6 x 100 Min.)

Kurs 1: 13. 1. 2020 / 20. 1. 2020 / 27. 1. 2020 / 17. 2. 2020 / 2. 3. 2020 / 9. 3. 2020

Kurs 2: 23. 3. 2020 / 6. 4. 2020 / 20. 4. 2020 / 27. 4. 2020 / 4. 5. 2020 / 25. 5. 2020

Kurs 3: 13. 7. 2020 / 20. 7. 2020 / 27. 7. 2020 / 3. 8. 2020 / 17. 8. 2020 / 31. 8. 2020

Kurs 4: 26. 10. 2020 / 2. 11. 2020 / 9. 11. 2020 / 30. 11. 2020 / 7. 12. 2020 / 14. 12. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Hebammenschule, Ebene 5, Raum 5.310

Rückbildungstraining mit/ohne Baby

Die Geburt eines Kindes verändert alles. Vor allem der Beckenboden wird durch die Schwangerschaft sowie die Geburt strapaziert. Wahrnehmung und Kräftigung des Beckenbodens gehören daher zu den wesentlichen Elementen des Kurses. Dazu kommen Übungen zur Stärkung der Bauch und Rückenmuskulatur.

In unserem Rückbildungskurs mit Baby sind die Kleinen herzlich willkommen.

Ein wichtiger Teil im Kurs Rückbildungstraining ohne Baby ist zusätzlich die Entspannung und die Zeit für sich.

Weitere Informationen erhalten Sie unter www.ukt-physio.de.

Das Universitätsklinikum Zentrum für Physiotherapie befindet sich im Gesundheitszentrum (Ebene 9) auf dem Campus Berg des Universitätsklinikums.

Leitung: Leah Keltsch und Physiotherapeutinnen des TherapieZentrums



Telefonische Anmeldung unbedingt erforderlich:
Universitätsklinikum Zentrum für Physiotherapie (UZP)
Telefon 07071 29-86460 oder per E-Mail: info@ukt-physio.de
Hoppe-Seyler-Str. 6
72076 Tübingen



8er-Karte 75,- €
(wird teilweise von der Krankenkasse erstattet)



Mit Baby: mittwochs von 10.15–11.15 Uhr
Ohne Baby: dienstags von 18.15–19.15 Uhr
Die Kurse finden durchlaufend statt.



UZP, Zentrum für Physiotherapie,
Hoppe-Seyler-Str. 6, Ebene 9 (Anmeldung!), Ebene 4 (Kursraum)

Babymassage

für Kinder ab 8 Wochen bis zum Krabbelalter

Babys haben ein besonderes Bedürfnis nach Berührung, Wärme und Liebe. Über Berührung erlebt das Baby sich und seine Welt. Massierte Babys weinen weniger, die Entwicklung von Schlafzyklen kann unterstützt werden und das Immunsystem wird stimuliert. Die Massagetechniken werden an einer Massagepuppe demonstriert. So werden Sie auf einfühlsame Weise angeleitet, wie Sie ihr Baby am besten massieren und wann der richtige Zeitpunkt hierzu ist. Sie lernen die Bewusstseinszustände ihres Babys genau kennen und stärken den innigen, liebenswerten und respektvollen Umgang mit ihren Kleinen.

Leitung: Judith Pabst, zertifizierte Kursleiterin der Deutschen Gesellschaft für Baby- und Kindermassage e.V. (www.dgbm.de)



Judith Pabst
Handy 0151 10328779
E-Mail: info@die-geniesserle.de
Weitere Informationen unter
www.die-geniesserle.de



80,- € für 5 x 1,5 Stunden
inkl. Materialien



Mittwochs von 16.30–18.00 Uhr

Kurs 1: 4. 3. 2020 / 11. 3. 2020 / 18. 3. 2020 / 25. 3. 2020 / 1. 4. 2020
Kurs 2: 22. 4. 2020 / 29. 4. 2020 / 6. 5. 2020 / 13. 5. 2020 / 20. 5. 2020
Kurs 3: 17. 6. 2020 / 24. 6. 2020 / 8. 7. 2020 / 15. 7. 2020 / 22. 7. 2020
Kurs 4: 16. 9. 2020 / 23. 9. 2020 / 30. 9. 2020 / 7. 10. 2020 / 14. 10. 2020
Kurs 5: 4. 11. 2020 / 11. 11. 2020 / 18. 11. 2020 / 25. 11. 2020 / 2. 12. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Hebammenschule, Ebene 5, Raum 5.310

Erste Hilfe bei Notfällen im Säuglings- und Kindesalter

Dieser Kurs will Ihnen Sicherheit im Umgang mit Notfällen vermitteln. Sie erlernen und üben das kleine Einmaleins der Erstversorgung bei Unfällen und Gefahrensituationen.

Auszüge aus dem Kursinhalt:

- Erkennen von Notfallsituationen beim Kind
- Bewusstlosigkeit
- Atemspende und Herzdruckmassage
- Atemstörungen bei Kindern (Pseudokrapp u.a.)
- Verletzungen im Kindesalter
- Vergiftungen und Verbrennungen

Leitung: Sabine Hase, Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.



Telefon 07071 29-82226
sabine.hase@med.uni-tuebingen.de



50,- €/Person
70,- €/Paar



Jeweils samstags oder sonntags 9.00–17.00 Uhr

Samstag, 21. 3. 2020	Sonntag, 22. 3. 2020
Samstag, 20. 6. 2020	Sonntag, 21. 6. 2020
Samstag, 26. 9. 2020	Sonntag, 27. 9. 2020
Samstag, 28. 11. 2020	Sonntag, 29. 11. 2020



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Hebammenschule, Ebene 5, Raum 5.310

„Auja“ – wir bekommen ein Geschwisterchen

Für Eltern mit Kindern ab ca. 2–3 Jahren.

Kooperationskurs mit der Familienbildungsstätte Tübingen.

„Große“ Schwester oder „großer“ Bruder zu werden ist eine der größten Herausforderungen für Kinder und prägend für das ganze Leben.

Dieser Kurs ist in zwei Abschnitte aufgeteilt: einen Elternabend und einen Geschwistertag mit den Eltern.

Darüber hinaus wird in der Frauenklinik 2 x jährlich, immer am Tag des Offenen Forums für Schwangere, für die Geschwisterkinder mit ihren Eltern eine spezielle Besichtigung der Wochenstation angeboten.

Leitung: Karin Schramm, Kinderkrankenschwester, FBS

Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte der Frauenklinik



Familien-Bildungsstätte:
Telefon 07071 930466



Bitte bei der Familienbildungsstätte erfragen



Bitte bei der Familienbildungsstätte erfragen



Familien-Bildungsstätte und Universitäts-Frauenklinik Tübingen

Familien-Bildungsstätte Tübingen e.V.

Angebote für alle, die nicht aufhören, Neues zu entdecken:

- Geburtsvorbereitung, PEKiP, Babymassage, Musikgarten
- Eltern-Kind-Gruppen, Elternseminare, Vorträge
- Gymnastik, Yoga, Pilates, Zumba, Tanzen, Karate
- Kochen, Kreativität, Musik, Nähen und vieles mehr!



Weitere Informationen und Anmeldung:

FBS Tübingen e.V., Hechinger Straße 13, 72072 Tübingen

Tel.: 07071-930466, www.fbs-tuebingen.de, Email: buer0@fbs-tuebingen.de

Humangenetische Sprechstunde

Wir informieren Sie umfassend zu genetischen Aspekten von Erkrankungen und beraten Sie zu Möglichkeiten genetischer Untersuchungen sowie deren Bedeutung für eine bestehende oder zukünftige Schwangerschaft.

Leitung: PD Dr. Andreas Dufke, Oberarzt



Telefon 07071 29-76408



Überweisung wünschenswert



Termine nach Vereinbarung

Telefonzeiten: Montag bis Donnerstag, 8.30–12.00 Uhr und 13.00–16.00 Uhr
sowie freitags, 8.30–12.00 Uhr



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Institut für Medizinische Genetik und Angewandte Genomik, Ebene 6, Raum 6.401

Pränataldiagnostik

Die Ambulanz für Pränatale Diagnostik und Therapie des Mutter-Kind-Zentrums Tübingen berät Sie gerne zu speziellen Fragestellungen in der Schwangerschaft. Es stehen nahezu alle invasiven und nicht invasiven Verfahren zur Verfügung. In Deutschland gehört die vorgeburtliche Ultraschalluntersuchung zur Mutterchaftsvorsorge, um Hinweise auf Fehlbildungen oder Entwicklungsstörungen beim ungeborenen Kind festzustellen. Falls erforderlich steht Ihnen in der Tübinger Pränataldiagnostik ein erfahrenes Team aus Frauenärzten, spezialisierten Kinderärzten, Kinderchirurgen und Humangenetikern zur Verfügung. Ärzte anderer Fachdisziplinen werden bei entsprechenden Fragestellungen hinzugezogen.

Leitung: Prof. Dr. Karl Oliver Kagan, Oberarzt



Telefon 07071 29-84807



Überweisung erforderlich



Montag bis Mittwoch, 8.00–15.30 Uhr, Donnerstag, 8.00–15.00 Uhr,
Freitag, 8.00–13.00 Uhr



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Ebene 1, Raum 1.430

Risikoschwangerenambulanz

Die ambulante Betreuung von Patientinnen im Mutter-Kind-Zentrum Tübingen erfolgt über unsere Risikoschwangerenambulanz in Kooperation mit den niedergelassenen Frauenärztinnen und -ärzten und den freiberuflichen Hebammen. Schwerpunkte sind u.a. die Betreuung bei Vorerkrankungen der Mutter (z. B. rheumatische Erkrankungen, Gerinnungsstörungen oder Diabetes). Eine Überweisung durch die niedergelassene Frauenärztin bzw. den Frauenarzt ist erforderlich.

Leitung: Prof. Dr. Harald Abele, Ltd. Arzt Perinatalzentrum, Ärztl. Dir. Hebammenwissenschaft



Telefon 07071 29-86250



Überweisung erforderlich



Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag, 8.00–15.00 Uhr



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Schwangerenambulanz, Ebene 1, Raum 1.421



Geburtsvorbereitende Akupunktur

Akupunktur ist ein Behandlungskonzept der Traditionellen Chinesischen Medizin. Die geburtsvorbereitende Akupunktur hat das Ziel, den Körper auf die bevorstehende Entbindung einzustimmen. In wissenschaftlichen Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass die Geburtsdauer durch die geburtsvorbereitende Akupunktur signifikant verkürzt werden kann. Das Verfahren ist schonend und passt sehr gut in das Konzept einer natürlichen Entbindung.

Die Akupunktursitzungen finden 1x wöchentlich (4x in Folge) zwischen der 36. und 40. Schwangerschaftswoche statt.

Leitung: Helen Horvat und Kolleginnen, Hebammen



Mo., Di., Do., Fr. 8.30–11.30 Uhr
Telefon 07071 29-86250



15,- € / Sitzung



Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag
(nach telefonischer Anmeldung)



Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Schwangerenambulanz, Ebene 1, Raum 1.421



Hebammensprechstunde

Immer wieder gibt es Umstände, die ein individuelles Beratungsgespräch mit einer Hebamme aus unserem geburtshilflichen Team wünschenswert machen. Dies kann z. B. eine vorausgegangene, als traumatisch erlebte Geburt sein oder auch spezielle Wünsche, die bei der anstehenden Geburt einer besonderen Berücksichtigung bedürfen.

Unsere Hebammensprechstunde soll Ihnen die Möglichkeit geben, Ihre Sorgen und Wünsche zu benennen und die Bedingungen herauszufinden, unter denen Sie gestärkt in die bevorstehende Geburt gehen können.

Die Sprechstunde ersetzt nicht die Schwangerenvorsorge bei Ihrer Frauenärztin bzw. Ihrem Frauenarzt, sie ersetzt auch nicht die Beratung in unserer Schwangerenambulanz, sondern ist ein ergänzendes Angebot Ihres Mutter-Kind-Zentrums Tübingen zur Vorbereitung der Entbindung.

Leitung: Elisabeth Menrad und Kolleginnen, Hebammen



Anmeldung erforderlich:
Telefon 07071 29-82228



Überweisung erforderlich



Jeweils am zweiten und vierten Dienstag im Monat, ab 15.30 Uhr






Universitäts-Frauenklinik Tübingen,
Kreißaal, Ebene 2

Stillsprechstunde

Mit der Entlassung aus unserem Mutter-Kind-Zentrum beginnt in der Regel die häusliche Betreuung durch eine freiberufliche Hebamme. Die freundliche und kompetente Zusammenarbeit zwischen Frauenklinik und den niedergelassenen Hebammen hat sich im Tübinger Raum über viele Jahre bewährt. Ergänzend bieten wir Ihnen über die gesamte Stillzeit im Rahmen unserer speziellen Stillsprechstunde bei Bedarf Unterstützung an.

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte der Frauenklinik





	Schwangerenambulanz Telefon 07071 29-86250 Mo., Di., Do., Fr. 8:00–15:00 Uhr		30,- €
	Termin nach Vereinbarung		
	Universitäts-Frauenklinik Tübingen, Stillzimmer, Ebene 5, Raum 5.103		

Laktationsambulanz

Schmerzen beim Stillen müssen nicht sein. Sollten sich zu Hause Schmerzen während und nach dem Anlegen des Kindes nicht bessern, bedarf es einer besonderen Behandlung. Vor allem, wenn ein Verdacht auf einen Milchgangssoor besteht.

Hierzu haben wir die Laktationsambulanz eingerichtet. Sie werden von einer Laktationsberaterin und einem Arzt gemeinsam betreut.

Leitung: Barbara Müllerschön-Göhring, Hebamme, IBCLC, Stillbeauftragte
Prof. Dr. Harald Abele, Ltd. Arzt Perinatalzentrum, Ärztl. Dir. Hebammenwissenschaft

	Schwangerenambulanz Telefon 07071 29-86250 Mo., Di., Do., Fr. 8:00–15:00 Uhr		Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen
	Mittwoch Nachmittag, Uhrzeit nach Vereinbarung		
	Universitäts-Frauenklinik Tübingen, Schwangerenambulanz, Ebene 1, Raum 1.421		

Ambulanz für „Schreibabys“

Ambulantes Beratungsangebot in der Säuglings- und Kleinkindersprechstunde der Kinder- und Jugendpsychiatrie für Eltern, deren Kinder sich schwer beruhigen lassen, viel schreien, nicht in den Schlaf kommen oder Schwierigkeiten beim Füttern aufweisen. Oder wenn Eltern das Gefühl haben, keine Kraft mehr zu haben, alles zuviel wird und sie etwas verändern möchten im Umgang mit dem Kind. Über eine eingehende Beratung oder ggf. Videointeraktionsbeobachtung ist es den Eltern häufig rasch möglich, eine andere Umgehensweise mit den Regulationsschwierigkeiten ihres Kindes zu finden, die gemeinsame Kommunikation zu verbessern und wieder schöne Momente mit ihrem Kind zu erleben.

Leitung: Team von geschulten Ärzten, Psychologen und Physiotherapeuten unter der Leitung von Oberarzt Dr. Gottfried Maria Barth



Anmeldung erforderlich



Die Kosten werden von den Krankenkassen übernommen.



Termine nur nach Absprache.

Anmeldung Ambulanz, Telefon 07071 29-82338

Telefonzeiten: Montag bis Donnerstag: 8.00–11.00 Uhr und 13.00–16.00 Uhr

Freitag: 8.00–11.00 Uhr und 13.00–15.00 Uhr



Ambulanz der Abteilung Psychiatrie und Psychotherapie im Kindes- und Jugendalter der Universitätsklinik Tübingen, Osianderstr. 14

Familienorientierte Geburtshilfe

Ganzheitliches Pflegekonzept – „Tübinger Wochenpflegemodell“

Ein Grundsatz unseres Hauses ist, dass Mutter und Kind nach der Geburt möglichst nicht getrennt werden sollen. Darüber hinaus sollen Mutter und Kind als Einheit gesehen werden, d.h. beide werden beim sogenannten „Rooming-In“ von einer Bezugsperson in allen Belangen betreut.

Es ist unser Ziel, dass Sie sich in der geplanten Verweilzeit von der Geburt erholen und mit der größtmöglichen Sicherheit im Umgang mit sich und dem Kind nach Hause gehen.

Die Stillfreundlichkeit der Klinik garantiert eine liebevolle und kompetente Begleitung während des Stillbeginns. Darüber hinaus wollen wir, dass sich die Mutter erholt und sich verwöhnen lässt, zum Beispiel am morgendlichen Frühstücksbuffet.

Besuchszeit

Die Besuchszeit auf unserer Entbindungsstation ist **täglich von 15:00–18:00 Uhr**.

Ein von Bedürfnissen von Mutter und Kind angepasster Tagesablauf und eine besondere Regelung der Besuchszeiten auf Station ermöglichen mehr Ruhezeiten.

Die Patientenzimmer sollen für Mutter und Kind eine Art „Ruheoase“ sein.

Für die Väter gilt eine erweiterte Besuchszeit von 10.00–20.00 Uhr.

Familienzimmer

Auf Wunsch und je nach aktueller Belegungssituation, kann ein Familienzimmer „gebucht“ werden. Der Vater wird mitversorgt. Hier hat das Paar die Gelegenheit, die ersten Tage mit ihrem neugeborenen Kind gemeinsam zu erleben.

Babygalerie

Ihr Kind ist geboren. Damit alle Verwandten und Bekannten es bestaunen können, haben wir die Babygalerie auf unserer Homepage eingerichtet.

www.uni-frauenklinik-tuebingen.de

Gerne können auch Daten Ihres Kindes dazu gestellt werden.

Mütterzimmer

Sollte Ihr Kind längere Zeit stationär in der Kinderklinik bleiben müssen und Sie von auswärts kommen, stehen nach der Entlassung von der Wochenstation in der Kinderklinik unseres Mutter-Kind-Zentrums Mütterzimmer für Sie bereit. Somit sind Sie weiterhin in der Lage, so oft Sie es wünschen, Ihr Kind zu besuchen, zu stillen und zu versorgen. Natürlich ist neben der Unterbringung auch für Ihre Verpflegung gesorgt. Bei Fragen und Problemen können Sie eine freiberufliche Hebamme konsultieren. Darüber hinaus steht Ihnen die Ambulanz der Universitäts-Frauenklinik Tübingen rund um die Uhr zur Verfügung.

Standesamtliche Meldung

Die standesamtliche Meldung Ihres Kindes hat innerhalb der ersten vier Lebenswochen zu erfolgen. Sie können dies gerne bei uns im Haus in **Raum 104, Ebene 1** erledigen. **Mo. – Fr. von 8.30 – 12.00 Uhr.**

Alternativ ist dies auch bei der Stadtverwaltung Tübingen (Bürgeramt) möglich.

Für die Anmeldung benötigen Sie folgende Unterlagen (**im Original**):

- verheiratete Paare:
 - a) Eheurkunde und Geburtsurkunde beider Eltern oder
 - b) Auszug aus dem Eheregister (erhältlich beim Heiratsstandesamt)
- bei nicht verheirateten Müttern:
 - a) Geburtsurkunde beider Elternteile
 - b) Vaterschaftsanerkennung (vor Geburt erhältlich bei allen Standesämtern)
 - c) gemeinsame Sorgeerklärung (im Jugendamt vor Geburt machbar)
 - d) bei nicht deutscher Staatsbürgerschaft: Reisepass + Aufenthaltstitel

Bei Sonderfällen kann dies abweichen z.B. Eheschließung im Ausland, Mutter geschieden usw. – telefonische Information hierzu: **07071 29-82207.**

Entlassung des Kindes

Jedes Neugeborene wird in unserem Mutter-Kind-Zentrum durch eine/n Kinderarzt/-ärztin entlassen.

Mutter und Kind gehen nach Hause

Alle Untersuchungen beginnen gleich nach dem Frühstück, so dass Sie im Idealfall um 10 Uhr abreisen können.

Hebammenbetreuung nach der Geburt

Ein nahtloser Übergang aus der Klinik in das häusliche Umfeld, im Sinne einer lückenlosen Betreuung, ist uns ein großes Anliegen. Bitte kümmern Sie sich frühzeitig in der Schwangerschaft um eine Nachsorgehebamme. Ein Verzeichnis der freiberuflichen Hebammen im Umkreis finden Sie auf unserer Homepage unter:

<http://www.uni-frauenklinik-tuebingen.de/ratgeber-wochenbett.html>

Zusätzlich zur Hebammenhilfe ist sechs Wochen nach der Entbindung eine routinemäßige Abschlussuntersuchung bei Ihrer niedergelassenen Frauenärztin bzw. Ihrem Frauenarzt vorgesehen. Dies wird im Mutterpass dokumentiert und schließt das Wochenbett ab.



Klinkkoffer

Es hat sich bewährt den Koffer für Ihren Klinikaufenthalt bereits vor Einsetzen der Wehen zu richten. Was soll da aber alles hinein?

Im Folgenden haben wir Ihnen eine Auflistung von praktischen Dingen zusammengestellt, die sich während des Klinikaufenthaltes als besonders nützlich erwiesen haben:

- Mutterpass
- Versicherungskarte (Bitte klären Sie das Versicherungsverhältnis für Ihr Kind im Vorfeld ab.)
- Dokumente für die standesamtliche Meldung (siehe Seite 39)

Für die Geburt:

- Socken, bequemes Oberteil (Bluse, T-Shirt o.ä.)
- Persönliche Dinge zum Wohlfühlen
- Für den Partner: bequeme Kleidung, persönliche Pflegeprodukte, Proviant

Für das Wochenbett:

- Bequeme Kleidung für den Tag
- Nachthemden
- Handtücher, Waschlappen, Wasch-und Duscutensilien
- Still BH
- Socken
- Hausschuhe
- Geld für Patienten-Telefon, -TV, -WLAN
- Haarfön
- Evtl. Bademantel

Für die Entlassung des Kindes:

- Hemdchen, Jäckchen, Strampler
- Je nach Jahreszeit Hose und Jacke, Mütze, evtl. Handschuhe
- Transportmöglichkeit, z.B. Autositz



Das Team der Hebammen und Mitarbeiterinnen des Kreißsaales und der Schwangerenstation.



Wir informieren

- rund ums Kind und Elternsein
- zu Unterstützung in Belastungssituationen
- über soziale und finanzielle Hilfen
- zu Angeboten für Familien in Tübingen

www.staerke-kreis-tuebingen.de
www.fruehe-hilfen-tue.de

direkt bei: Barbara Erhardt-Döderlein 07071
207 6315 erhardt@kreis-tuebingen.de



Fetale Magnetenzephalographie: Fetale Hirn- und Herzaktivität erforschen

Liebe werdende Eltern,

wir laden Sie ein, an einer Messung der fetalen Herz- und Hirnaktivität Ihres Kindes teilzunehmen. Die fetale Magnetenzephalographie (fMEG) ermöglicht die Messung nicht-invasiv über die mütterliche Bauchdecke abzuleiten.

Die Messungen finden in verschiedenen Studien im Rahmen unserer Grundlagenforschung statt. Sie sind ohne Belastungen für Mutter und Kind. Das Ziel ist die Entwicklung des Kindes im Mutterleib besser zu verstehen.

Bei Interesse, freuen wir uns über Ihre Rückmeldung an:
Magdalene Weiß, MSc, Hebamme am fMEG

Weitere AnsprechpartnerInnen:

Dr. Isabelle Kiefer-Schmidt, Frauenärztin am fMEG
OA Dr. Jan Pauluschke-Fröhlich, Frauenarzt am fMEG
OÄ Dr. Johanna Brändle, Frauenärztin am fMEG

Telefon: 07071-2987658
Fax: 07071-294573
E-Mail: UFK.FMEG@med.uni-tuebingen.de



Universitätsklinikum
Tübingen



HelmholtzZentrum münchen
Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt

Wichtige Telefonnummern

Kreißaal: 07071 29-82228
07071 29-83111

Risikoschwangerenambulanz: 07071 29-86250
Pränataldiagnostik: 07071 29-84807
Pforte Frauenklinik: 07071 29-82681
07071 29-82211

Elternschule: 07071 29-82234
(Mo–Mi, 9.00–12.00 Uhr)
E-Mail: ufk.elternschule@med.uni-tuebingen.de

www.uni-frauenklinik-tuebingen.de

Mutter-Kind-Zentrum
Calwerstraße 7
72076 Tübingen

Der direkte Weg zu
allen Informationen



Wir bitten um Rückmeldungen und Anregungen unter:
ufk.elternschule@med.uni-tuebingen.de



