

### Wichtiges vor dem Besuch der Hebammenpraxis:

Bitte bringt zu jedem Termin den **Mutterpass** und das **Versicherungskärtchen** der Krankenkasse mit, den Mutterpaß solltet ihr immer bei euch haben!

Falls ein Termin nicht wahrgenommen werden kann, **sagt bitte rechtzeitig ab.**

### Kosten:

Jede Frau hat Anspruch auf Hebammenbetreuung, die Kosten hierfür (außer Babyschwimmen) trägt eure Krankenkasse.

Die AOK Plus Thüringen zahlt den Babyschwimmkurs zu 100%!

Hebammenleistungen können ab dem ersten Tag der Schwangerschaft in Anspruch genommen werden.

Zum Tätigkeitsbereich einer Hebamme gehören:

- Beratung über z.B. Ernährung, Körperpflege, Beruf, Sport, ... Information über sämtliche Themen der Schwangerschaft, Geburt und der Zeit danach
- Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden wie Sodbrennen, Übelkeit, Wadenkrämpfe, Rückenschmerzen, Wendung bei Beckenendlage, geburtsvorbereitende Akupunktur,...
- Kinesiotaping, Akutaping
- Schwangerenvorsorgeuntersuchungen, Überwachung von Risikoschwangerschaften , CTG, Blutdruckmessungen
- Beratung und Information über die Geburt
- Geburtsvorbereitungskurse
- Hilfe bei Terminüberschreitung, Wehen und Blasensprung
- Nachsorge in Form von Hausbesuchen nach der Geburt / ambulanter Geburt / Frühgeburt / Kaiserschnitt nach individueller Notwendigkeit bis zu 8 Wochen nach der Geburt (auf ärztliches Attest auch länger) wobei die Beratung, Überwachung der Rückbildung und Wundheilung bei der Wöchnerin sowie das Stillen und die Kontrolle des Nabels und das

Wiegen des Neugeborenen zu den Aufgaben einer Hebamme gehört

- Stillberatung, Beratung über die Ernährung eures Babys
- in Rückbildungskursen und bei der Babymassage bleibt der Kontakt
- Babyschwimmen