

Angebote der Geburtshilfe am Heinrich-Braun-Klinikum | Standort Zwickau



Sie erwarten ein Baby – wir freuen uns mit Ihnen und begleiten Sie gern durch die Schwangerschaft und Geburt.

Unser Team aus hoch motivierten und qualifizierten Frauenärzten, Kinderärzten, Narkoseärzten, Hebammen und Kinderkrankenschwestern steht Ihnen und Ihrem Nachwuchs rund um die Uhr zur Seite. Ihre individuellen Wünsche werden wir im Rahmen unserer Möglichkeiten gerne berücksichtigen.

Als Perinatalzentrum der Stufe II können wir Sie auch in Risikosituationen ab der 29. Schwangerschaftswoche sicher versorgen. Zu früh geborene Babys und kranke Neugeborene werden auf der benachbarten Intensivstation des Kinderzentrums von unseren Kinderärzten sowie Kinder- und Intensivkinderkrankenschwestern optimal betreut.

Zudem halten wir für Sie ein umfangreiches Kurs- und Informationsangebot bereit. Auf den nachfolgenden Seiten erhalten Sie einen kleinen Einblick. Alle aktuellen Termine finden Sie auch auf unserer Website unter www.heinrich-braun-klinikum.de.

*Sie haben
weitere Fragen?
Sprechen
Sie uns an –
Wir haben ein
offenes Ohr
für Sie!*



v.l.n.r.: Dr. med. Conny Huster, Leitende Chefärztin des Kinderzentrums, Dr. med. Gero Teichmann, Chefarzt der Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe, Uwe W. Schröter, Oberarzt und Leiter der Geburtshilfe

Wir bieten Ihnen:

- + eine neue und modern eingerichtete Station mit 1- und 2-Bett-Zimmer mit teilweise Balkon, Dusche und WC, Wickeleinheit mit Babybad, Fernseher, Telefon und WLAN-Verfügbarkeit
- + Familienzimmer, in denen auch die frischgebackenen Väter herzlich willkommen sind
- + vier moderne Kreißsäle mit u. a. individuell einstellbaren Gebärbetten sowie Entspannungs- und Entbindungswanne für ein individuelles Erlebnis Ihrer Entbindung
- + 24-Stunden-Rooming-in – Sie und Ihr Baby sind nach der Geburt zusammen im Zimmer untergebracht
- + ein Kinderzimmer, in dem Sie bei Bedarf Ihr Baby in die Hände des Pflegepersonals geben können
- + einen großzügigen Aufenthaltsraum mit Außenterrasse, wo Sie sich Frühstück und Abendessen individuell am Büfett zusammenstellen und auch Ihren Besuch empfangen können



Etwa sechs Wochen vor dem errechneten Geburtstermin sollten Sie Ihren Klinikoffen mit folgenden Utensilien gepackt haben:

Dokumente

- ❑ Einweisungsschein
- ❑ Mutterpass
- ❑ wichtige Telefonnummern
- ❑ Krankenkassenschein
- ❑ bei Privatpatientinnen: Bestimmen Sie im Vorfeld den gewünschten Leistungsrahmen (Einzelzimmer, Chefarztbehandlung etc.)

Für den Kreißaal

- ❑ bequemes Baumwollshirt/Nachthemd
- ❑ Socken für warme Füße
- ❑ nach Wunsch: eigene Entspannungsmusik
- ❑ für die Begleitperson: Fotoapparat, Getränke/Snacks, bequeme Kleidung

Auf der Wochenstation

- ❑ Hausschuhe/Badeschuhe
- ❑ Waschutensilien/Kosmetikartikel
- ❑ Handtücher/Waschlappen
- ❑ Wohlfühlkleidung, die zum Stillen geeignet ist (vorn zu öffnen), Still-BH
Vorlagen, Einmalstillschalen bekommen Sie gestellt.

Für den Nachwuchs

- ❑ Um Hüftschäden bei Neugeborenen zu vermeiden, empfehlen wir das Tragen einer Frottee-Spreizhose. Bitte bringen Sie eine Ausführung in der Größe 0 oder 1 mit in die Klinik.

Während des stationären Aufenthaltes stellen wir Kleidung, Windeln und Babypflegeprodukte selbstverständlich zur Verfügung.

Für die Heimreise

- ❑ Für die Mutti: bequeme Kleidung
- ❑ Für den Nachwuchs: Body, Socken, Pulli, Strampler
Nach Bedarf: Jacke, Overall, Mütze, Handschuhe
- ❑ Babyschale, Decke

Wir freuen uns, Ihnen das Team der Geburtshilfe des HBK persönlich vorzustellen und nehmen Sie mit auf einen kleinen Rundgang durch Kreißaal und Geburtenstation am Standort Zwickau.

Ziel dieser Veranstaltung ist es, einen Überblick über die Untersuchungsmöglichkeiten und das Kursangebot für Schwangere und Familien zu geben. Des Weiteren informieren wir Sie über die medizinischen Möglichkeiten an unserem Klinikum, um Ihnen und Ihrem Baby einen sicheren Start ins Leben zu gewährleisten.

Individuelle Kreißsaalführungen

Gern zeigen wir Ihnen auch in einer individuellen Führung unsere Station sowie Kreißsäle. Bitte melden Sie sich dazu telefonisch über unseren Kreißaal an: 0375 51-4000.



Termine
jeden ersten
Dienstag im Monat

Zeitraum
18.00–19.30 Uhr

Ort
HBK
Veranstaltungs-
raum (Haus 6, EG)
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
keine Anmeldung
erforderlich

Kontakt
Telefon Kreißaal
0375 51-4000

Der schwangere Mann – Vaterwerden leicht gemacht

Termine
werden einzeln
bekannt gegeben

Zeitraum
Freitag,
19.00–22.00 Uhr

Ort
HBK
Veranstaltungs-
raum (Haus 6, EG)
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
keine Anmeldung
erforderlich

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

Für schwangere Frauen gibt es hinsichtlich einer bevorstehenden Geburt vielerlei Angebote – für Männer ist das Angebot eher rar. Deshalb widmet das Team der Geburtshilfe am HBK um Oberarzt Uwe W. Schröter den werdenden Vätern einen kompletten Abend.

In rund drei Stunden erfahren interessierte Männer alles Wichtige rund um Schwangerschaft, Geburt sowie die Zeit danach. Welche Änderungen durchlebt der Mann bei einer Schwangerschaft? Wie steht es mit dem Thema Sex? Welche technischen Aspekte bezüglich Babyschale, Kindersitz und Kinderwagen gilt es zu beachten? Was muss ich über die Erstversorgung des Neugeborenen zu Hause wissen? Diese und noch viele weitere spannende Inhalte werden in lockerer Atmosphäre zum Männerabend am HBK beleuchtet.



Pränataldiagnostik

Unter Pränataldiagnostik versteht man vorgeburtliche Untersuchungen bei Mutter und Kind. Im Rahmen unserer Spezialsprechstunde bieten wir Ihnen an:

- + **Fruchtwasserpunktion (Amniocentese):** Es wird Fruchtwasser aus der Fruchtblase entnommen und die darin befindlichen kindlichen Zellen auf bestimmte Chromosomenstörungen und Erbkrankheiten untersucht.
- + **Sonografische Feindiagnostik:** Das Kind wird zwischen der 20. und 22. SSW genauestens mittels Ultraschall untersucht, um mögliche Fehlbildungen rechtzeitig zu erkennen.
- + **Sonografische Herzuntersuchung (fetale Echokardiografie):** Hierbei wird das kindliche Herz beurteilt. Herzfehler gehören zu den häufigsten angeborenen Anomalien (etwa jedes 100. Kind).
- + **Blutflussmessung bei Mutter und Kind (fetomaternale Dopplersonografie):** Mit einer speziellen Ultraschalltechnik wird die Blutversorgung von Gebärmutter, Plazenta und Kind gemessen.



Termine
nach Absprache

Zeitraum
nach Absprache

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6, 1. OG
Pränataldiagnostik
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
mit Überweisung
kostenfrei

Anmeldung
Telefon
0375 51-2269

Kontakt
Oberarzt
Uwe W. Schröter
Leiter Geburtshilfe
Telefon
0375 51-552291

Geburtsvorbereitungskurs

Termine
auf Anfrage

Zeitraum
auf Anfrage

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
Kosten trägt die
Krankenkasse der
Mutter

Anmeldung
über den Kreißsaal

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

Ab der 28. SSW empfehlen wir Ihnen einen Geburtsvorbereitungskurs zu absolvieren, um sich körperlich und mental auf die bevorstehende Zeit vorzubereiten.

Unsere Hebamme wird Sie in sechs Kursen à 90 Minuten bzw. in einem Wochenendkurs auf das Erlebnis Geburt vorbereiten.

Der Kurs umfasst:

- + Hinweise zum letzten Trimester der Schwangerschaft
- + Informationen zur Spontangeburt mit den unterschiedlichen Entbindungsmöglichkeiten
- + Informationen zum Kaiserschnitt und Möglichkeiten der Schmerzlinderung
- + Besichtigung des Kreißsaals und der Station
- + Hinweise zur Säuglingspflege von A bis Z
- + Hinweise zum Stillen und zur Ernährung



Hebammensprechstunde

Es sind nur noch wenige Wochen bis zur Geburt Ihres Kindes, jedoch beschäftigen Sie noch einige ungeklärte Fragen zum Ablauf?

In unserer Hebammensprechstunde besprechen wir in ruhiger Atmosphäre die Aufnahmeformalitäten für den Klinikaufenthalt zur Geburt und gehen individuell auf die Besonderheiten während Ihrer Schwangerschaft sowie Ihre Wünsche rund um die Geburt ein. Darüber hinaus besteht, sofern nicht belegt, die Möglichkeit der Kreißsaalbesichtigung.

Die Hebammensprechstunde können Sie ab der 34. SSW wahrnehmen.



Termine
jeden Dienstag

Zeitraum
10.00–12.00 Uhr

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
über den Kreißsaal

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

Akupunktur in der Schwangerschaft

Termine
jeden Dienstag

Zeitraum
08.00-10.00 Uhr

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
5,- € pro Sitzung

Anmeldung
über den Kreißaal

Kontakt
Telefon Kreißaal
0375 51-4000

Die Behandlungsmethode aus der Traditionellen Chinesischen Medizin ist komplikationsarm und nahezu schmerzlos. Während der Schwangerschaft ist Akupunktur ein sanfter Weg, um Beschwerden wie Schwangerschaftsübelkeit und -erbrechen, Schlafstörungen, Rückenschmerzen sowie Wasseransammlungen an den Händen und Füßen zu lindern.

Eine Sitzung dauert etwa 20 bis 30 Minuten. Da die gesetzlichen Krankenkassen die Leistung nicht übernehmen, belaufen sich die Kosten auf 5,- € pro Sitzung.

Akupunktur kann ergänzend zu den bewährten geburtsvorbereitenden Maßnahmen ab der 36. SSW eingesetzt werden.



Fit for two: Wassergymnastik für werdende Mütter

Unter der erfahrenen Anleitung unserer engagierten Physiotherapeutinnen haben Sie die Möglichkeit, im Wasser so richtig zu relaxen und sich optimal zu entspannen. So können Sie sich gut auf die bevorstehende Geburt Ihres Kindes vorbereiten.

Empfehlenswert ist der Beginn des Kurses ab der 30. SSW.

Die Teilnehmerinnen sollten bei ihrer Krankenkasse die Möglichkeit der Kostenrückerstattung prüfen.

Termine
dienstags und
mittwochs
auf Anfrage

Zeitraum
15.00–16.00 Uhr

Ort
ARC Gesundheits-
zentrum GmbH
(am HBK)
Haus 25
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
40,- € für
8 Stunden

Anmeldung
über ARC
Gesundheits-
zentrum

Kontakt
Telefon
0375 51-2715
oder
0375 51-552716



Geschwisterkurs

Termine
jeden ersten
Dienstag im Monat

Zeitraum
16.00–17.00 Uhr

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
über Station 06-1A

Kontakt
Telefon Station
0375 51-2124

Mit der Ankunft eines Geschwisterchens verändert sich das Familiengefüge. Aus Einzelkindern werden große Brüder und Schwestern. Das will vorbereitet sein – am besten mit einem Geschwisterkurs.

In der einstündigen Schulung werden die Bedürfnisse des künftigen Nachwuchses erklärt. Anhand von Puppen können die Kinder den Umgang mit dem Geschwisterchen üben: Windeln wechseln, Strampler anziehen, Fläschchen geben – so können sie sich auf Ihre Rolle als großer Bruder oder große Schwester vorbereiten und Verständnis für das Neugeborene und seine Bedürfnisse entwickeln. Im Idealfall werden sie sogar zur Hilfe für die Eltern.

Der Kurs ist für Kinder ab 4 Jahren konzipiert. Die Eltern können zwischenzeitlich gern einen Rundgang über die Geburtsstation unternehmen.



Kurs für werdende Großeltern

Nicht alles, was vor Jahrzehnten bei den eigenen Kindern gut war, ist heute noch zeitgemäß. Galt es früher, die Säuglinge täglich zu baden und die Haut mit Salben oder Puder zu pflegen, so ist das heute überholt und es gilt die Devise: „weniger ist mehr“. Auch das Stillen zu festen Uhrzeiten ist nicht mehr so streng zu sehen und kann eher nach Bedarf geschehen.

Die richtige Schlafposition und Ausgestaltung des Schlafplatzes, Wickeltechniken und Pflegegewohnheiten – damit keine Unsicherheit beim Umgang mit dem zukünftigen Enkelkind entsteht, werden all diese wichtigen Dinge im Kurs angesprochen und erklärt.



Termine
jeden letzten
Donnerstag
im Monat

Zeitraum
16.00–17.00 Uhr

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
über Station 06-1A

Kontakt
Telefon Station
0375 51-2124

Lasertherapie

Termine
täglich

Zeitraum
nach Vereinbarung

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
kostenfrei für
Patientinnen, die
im HBK entbunden
haben, sonst 5,- €
pro Sitzung

Anmeldung
über Station 06-1A

Kontakt
Telefon Station
0375 51-2124

Wir arbeiten mit der Low-Level-Lasertherapie – eine nebenwirkungsfreie Therapieform für Wundheilstörungen und Schmerztherapie, die zur Regeneration von Zellen und damit eine entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkung hat.

Behandelt werden können damit unter anderem:

- + wunde Brustwarzen
- + Kaiserschnittnähte
- + Dammschnitte
- + Hämorrhoiden



Geborgen und Gesund im Tragetuch

Ein Tragetuch kann dem Neugeborenen in den ersten Monaten ein hohes Maß an Wärme und Geborgenheit vermitteln und ermöglicht es dabei, den Eltern flexibel zu sein und auf eine gesunde Körperhaltung für sich und ihr Baby zu achten. Neben vielfältigen Informationen zum gesunden Tragen von Kleinkindern werden im Kurs ausführlich verschiedene Bindetechniken für das Tragetuch einstudiert.

Der Kurs kann sowohl in der Schwangerschaft als auch mit dem Kind nach der Geburt absolviert werden. Neugeborene mit einem Geburtsgewicht von unter 2.500 Gramm sollten jedoch erst nach drei Monaten im Tragetuch transportiert werden.



Termine
nach Vereinbarung

Zeitraum
nach Vereinbarung

Ort
HBK
Klinik für Frauen-
heilkunde und
Geburtshilfe
Haus 6
Station 06-1A
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten
5,- € pro
Teilnehmer

Anmeldung
über den Kreißsaal

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

Babyschwimmen im ARC Gesundheitszentrum

Termine

montags bzw.
donnerstags
auf Anfrage

Zeitraum

10.00–11.00 Uhr
bzw.
11.00–12.00 Uhr

Ort

ARC Gesundheits-
zentrum GmbH
(am HBK)
Haus 25
Karl-Keil-Straße 35
08060 Zwickau

Kosten

64,- € für
8 Stunden

Anmeldung

über ARC
Gesundheits-
zentrum

Kontakt

Telefon
0375 51-2715
oder
0375 51-552716

Der Kurs im ARC ist empfohlen für Babys ab dem fünften Monat.

Vorteile des Babyschwimmens:

- + intensiver Eltern-Kind-Kontakt
- + Entwicklungsförderung aller Bewegungen Ihres Säuglings
- + Verbesserung der motorischen Fähigkeiten
- + freies Ausleben des Bewegungsdrangs
- + Vorbeugung von Haltungs- und Bewegungsschäden



Babyschwimmen im Johannisbad

Aus ihrer Zeit im Mutterleib kennen Babys bereits bestens das Gefühl, sich im Wasser zu bewegen. Unser Babyschwimmen ist somit die Wiederentdeckung eines vertrauten Elements. Diese Wasser-verbundenheit gilt es zu erhalten und zu festigen. Das bringt jede Menge Spaß und Aktivität, aber auch Entspannung mit sich. Babyschwimmen ist übrigens keine Modeerscheinung – schon seit Urzeiten gewöhnen Frauen ihre Neugeborenen frühzeitig an das Wasser.

Zum Wohle Ihres Babys finden beide Babyschwimmkurse in angenehm warm temperiertem Wasser statt und werden immer unter qualifizierter Anleitung durchgeführt.

Der Kurs im Johannisbad ist empfohlen für Babys ab der 13. Lebenswoche. Die Teilnahme ist bis zu einem ¾ Jahr möglich.



Termine

jeden Montag

Zeitraum

14.00–15.00 Uhr

Ort

Johannisbad
Johannisstraße 16
08056 Zwickau

Kosten

50,- € für
6 Stunden

Anmeldung

über Hebamme
Sabine Metzler

Kontakt

Hebamme Mobil
0173 35 85 440

Babybrei selbst gemacht

Termine
jeden ersten
Mittwoch im Monat

Zeitraum
16.00–18.00 Uhr

Ort
Küchenstudio
Akroform,
Reichenbacher
Straße 83 a
08056 Zwickau

Kosten
2,- € pro
Teilnehmer

Anmeldung
über den Kreißsaal

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

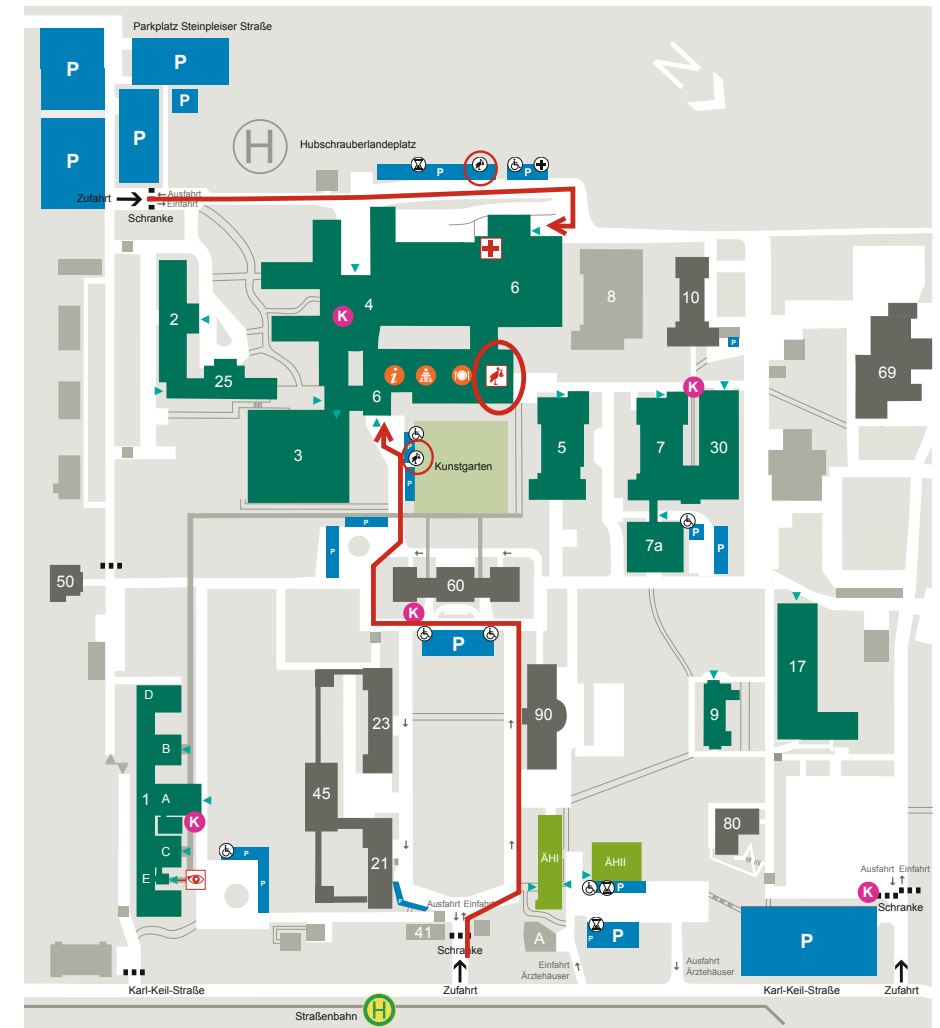
Apfel-Bananen-Zwieback-Brei oder Pastinaken-Karotten-Hirsebrei – was kompliziert klingen mag, lässt sich in der heimischen Küche für den Nachwuchs einfach herstellen. Wer selbst kocht, weiß, was sein Kind bekommt. Und dass es nicht aufwändig ist und Spaß machen kann, selbst Babybrei herzustellen, zeigen die Hebammen des Heinrich-Braun-Klinikums zum Kochkurs im **akroform** Küchenstudio.

Je nach Jahreszeit werden verschiedene Brei-varianten gekocht – mit frischem Obst und Gemüse der Saison. So kommt Abwechslung auf den Tisch und das freut den Nachwuchs.

Wer jetzt neugierig geworden ist, kann sich gern ausführlicher informieren oder sich zu einem der nächsten Termine anmelden.



Lageplan: HBK, Standort Zwickau



Die Geburtshilfe befindet sich im Neubau Haus 6, Station 06-1A, 1. OG. Für werdende Eltern stehen kostenfreie Storchensparkplätze sowohl entlang des Kunstgartens als auch im Bereich der Zentralen Notaufnahme zur Verfügung (die Entwertung der Parktickets erfolgt auf Station).



Heinrich-Braun-Klinikum
gemeinnützige GmbH

Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig
und des Universitätsklinikums Jena

Heinrich-Braun-Klinikum gemeinnützige GmbH

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Standort Zwickau | Haus 6

Geburtshilfe: Station 06-1A | 1. OG

Karl-Keil-Straße 35 | 08060 Zwickau

Telefon: 0375 51-2280

E-Mail: frau@hbk-zwickau.de

Internet: www.heinrich-braun-klinikum.de

