

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!



Dr. med. Conny Huster (Leitende Cheffärztin Kinderzentrum) gemeinsam mit Dr. med. Gero Teichmann (Chefarzt Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe)

Wir bieten Ihnen:

- + eine modern eingerichtete Station mit 1- und 2-Bett-Zimmern mit Dusche, Wickereinheit und Babybad, Fernseher, Telefon und WLAN-Verfügbarkeit sowie überwiegend eigenem Balkon
- + 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 separatem Stillbereich und 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 Klinikofficer 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 Kreißsaal

- 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, Einmalhandslips und Einmalstilleinlagen 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 Kreißsaal 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 Kreißsaal an: 0375 51-4000.



Termine
jeden ersten und dritten Dienstag im Monat

Zeitraum
18.00–19.00 Uhr

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

Kosten
kostenfrei

Anmeldung
über den Kreißsaal

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

Schwangerenschwimmen

Termine
jeden Freitag

Zeitraum
09.00–10.00 Uhr

Ort
Johannisbad
Johannisstraße 16
08056 Zwickau

Kosten
70,- € für
6 Stunden

Anmeldung
über Hebamme
Natalie
Brüggmann

Kontakt
E-Mail:
natalie.brueggmann
@hbk-zwickau.de

Schwangerenschwimmen ist der ideale Sport für die Schwangerschaft. Sie halten sich durch sanftes, aber intensives Training fit und beweglich. Während der Zeit im Wasser können Körper und Geist entspannen und ins Gleichgewicht kommen. Die Übungen stärken die Muskeln, regen den Kreislauf an und halten den Körper beweglich. Bänder, Gelenke und Sehnen werden in der Schwangerschaft viel mehr belastet als sonst und sollten daher sehr schonend trainiert werden. Mit leichter Bewegung im Wasser werden die Muskeln gelockert, gekräftigt und gedehnt. Dadurch können auch schwangerschaftstypische Beschwerden wie Rückenschmerzen und Wassereinlagerungen gelindert werden.

Ab der 13. Schwangerschaftswoche können Sie sich zum Kurs anmelden. Der Kurs beinhaltet sechs Stunden sowie eine Ersatzstunde



Geburtsplanung

Bei Besonderheiten wie Schwangerschaftsdiabetes oder anderen Erkrankungen, besonderer Medikamenteneinnahme, Zwillingen, Beckenendlagen oder notwendiger Kaiserschnittbindung ist eine Geburtsplanung wichtig. Bei besonderen Fragestellungen werden auch Kinder- oder Narkoseärzte einbezogen. Ihr Frauenarzt kann Sie dafür zur ambulanten Vorstellung – meist vier bis sechs Wochen vor dem erwarteten Geburtstermin – überweisen.

Neben der Erhebung der persönlichen Krankengeschichte werden die aktuellen Daten des Kindes wie Gewicht, Durchblutung, Fruchtwassermenge oder der Mutterkuchen beurteilt und ausgewertet. Zusätzlich besteht die Möglichkeit, auf Ihre persönlichen Wünsche zum Geburtsablauf – soweit planbar – einzugehen.

Wenn Ihre Schwangerschaft unauffällig verläuft und keine wesentlichen Risiken bekannt sind, reicht eine Vorstellung in der Hebammensprechstunde aus.



Termine
nach Absprache

Zeitraum
nach Absprache

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

Kosten
kostenfrei mit
Überweisungs-
schein

Anmeldung
über den Kreißaal

Kontakt
Telefon Kreißaal
0375 51-4000

Hebammensprechstunde

Termine
jeden Dienstag

Zeitraum
07.15–10.15 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

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.



Akupunktur in der Schwangerschaft

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.



Termine
jeden Dienstag

Zeitraum
08.30–12.30 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 Kreißsaal

Kontakt
Telefon Kreißsaal
0375 51-4000

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 5 Jahren konzipiert.



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



Geborgen und Gesund im Tragetuch

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

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.



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.

Kursbeginn für die Babys ist frühestens ab dem 6. Lebensmonat und bis zu einem $\frac{3}{4}$ Jahr möglich. Bitte erkundigen Sie sich nach der Wassertemperatur im Johannisbad. Es kann zu Schwankungen kommen, die durch uns nicht beeinflussbar sind.



Termine
jeden Montag

Zeitraum
14.00–15.00 Uhr

Ort
Johannisbad
Johannisstraße 16
08056 Zwickau

Kosten
70,- € für
6 Stunden

Anmeldung
über Hebamme
Sabine Metzler

Kontakt
E-Mail:
sabine.metzler@
hbk-zwickau.de
Diensthandy:
0375 51-552654
(06.00–14.00 Uhr)

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

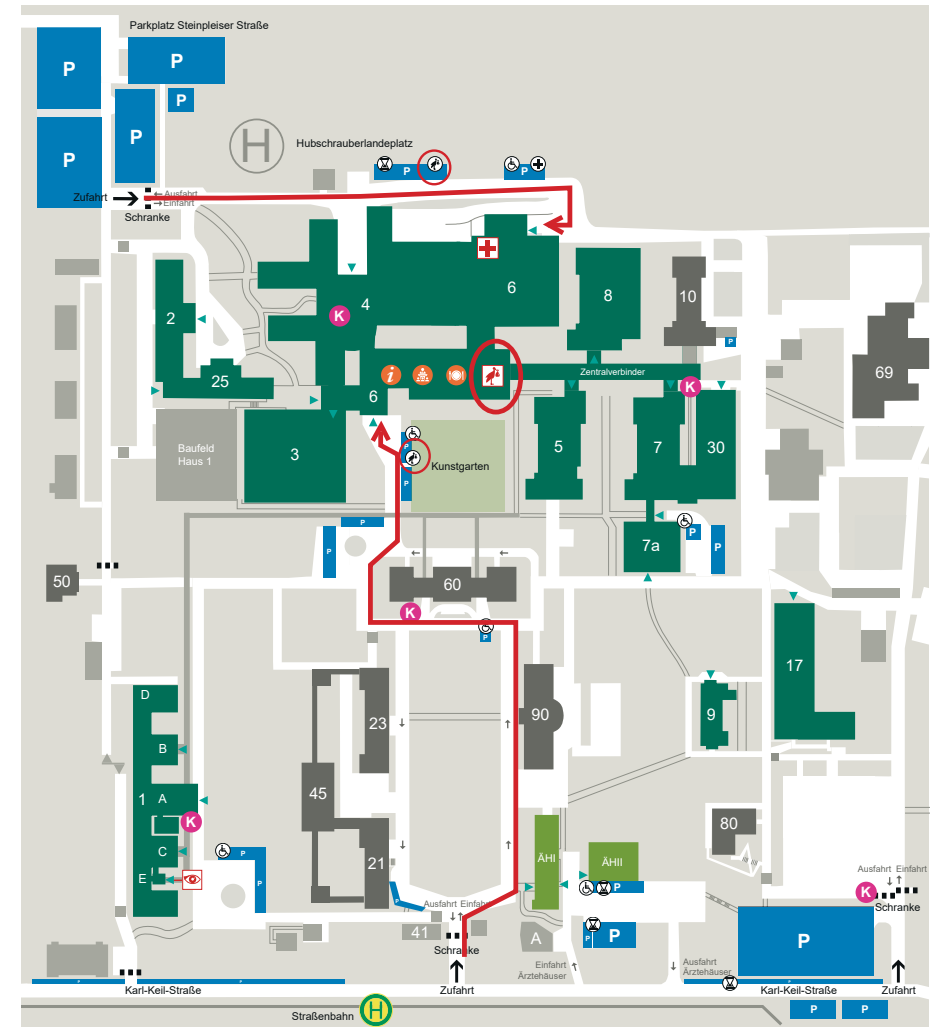
Wir arbeiten mit der Low-Level-Lasertherapie – eine nebenwirkungsfreie Therapieform für Wundheilstörungen und Schmerztherapie, die zur Regeneration von Zellen und damit eine entzündungshemmende und schmerzlindernde Wirkung hat.

Behandelt werden können damit unter anderem:

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



Lageplan: HBK, Standort Zwickau



Die Geburtshilfe befindet sich im Haus 6, Station 06-1A, 1. OG. Für werdende Eltern stehen kostenfreie Storchenparkplätze 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

