



**Gemeinsam sind wir stark!
Das Programm der Elternschule
Juli 2021 bis März 2022**

**KLINIK FÜR FRAUENHEILKUNDE
UND GEBURTSHILFE
KLINIKEN BÖBLINGEN**



Klinikverbund
Südwest



LIEBE ELTERN UND WERDENDE ELTERN,

wir möchten Sie auf Ihrem Weg durch die Schwangerschaft begleiten und bieten Ihnen Hilfe und Unterstützung an, wenn es um Fragen zum Miteinander mit Ihrem Baby geht.

Das Programm bietet Ihnen eine intensive Betreuung durch unsere Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Still- und Laktationsberaterinnen, Ärztinnen und Ärzte, verbunden mit einer kompetenten Beratung in der Schwangerschaft bis zum ersten Lebensjahr Ihres Kindes.

Schauen Sie sich unsere Broschüre in Ruhe an und nutzen Sie unsere Angebote.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unseren Kursen.

Ihr geburtshilfliches Team,
Kliniken Böblingen



A close-up photograph of four wooden alphabet blocks arranged in a row on a wooden surface. The blocks are light-colored with dark outlines and feature the letters 'B', 'A', 'B', and 'Y' in a serif font. The background is softly blurred, showing more blocks. A solid magenta vertical bar is on the left side of the image.

B **A** **B** **Y**

INHALT

Einleitung	6
Infoabende für Schwangere	9
Hebammensprechstunde	11
Stillberatung	12
Rückbildung	15
Akupunktur	16
Beikosteinführung	19
Babymassage	21
Säuglingspflege	23
Zahngesundheit	25
Unfallverhütung und Erste Hilfe	27
Wichtige Telefonnummern	29
Fragen und Notizen	31

INFO

Sollte zu einem Kurs keine Telefonnummer angegeben sein, wenden Sie sich bitte an:

Nicole Dittmann, Tel.: 07031 668-29825

elternschulebb@klinikverbund-suedwest.de

LIEBE ELTERN,

die Elternschule an der Frauenklinik Böblingen ist ein zusätzliches Angebot für Sie. Wir möchten damit erreichen, dass Sie einerseits Ihre Geburtsklinik schon im Vorfeld besser kennen lernen und Ihnen bereits jetzt Hilfen während der Schwangerschaft anbieten. Andererseits wollen wir Sie auch nach der Geburt Ihres Kindes unterstützen. Nach unserer Überzeugung ist es die Aufgabe einer geburtshilflichen Klinik, Ihnen die größtmögliche medizinische Sicherheit zu bieten, aber auch die natürlichen Prozesse von Schwangerschaft und Geburt zu unterstützen. Diese Unterstützung darf aber nicht mit der Geburt Ihres Kindes enden, sondern wird Ihnen mit diesem Programm der Elternschule über die Geburt hinaus angeboten.

Unsere Elternschule versteht sich als eine Ergänzung zu anderen Angeboten und ist in Kooperation mit den Hebammen und FrauenärztInnen entstanden.

An dieser Stelle sei auch allen Beteiligten für das Engagement beim Aufbau dieser sehr sinnvollen Einrichtung im Rahmen einer ganzheitlichen Betreuung von Mutter und Kind gedankt.

Herzlichst Ihr



Prof. Dr. Stefan P. Renner





INFOABEND FÜR SCHWANGERE UND KREISSAALFÜHRUNG

An diesem Abend haben Sie die Möglichkeit, die Angebote und Räumlichkeiten unserer geburtshilflichen Abteilung kennen zu lernen. Zu Beginn stellen wir Ihnen die Kreißsäle und den Ablauf von der Aufnahme bis zur Verlegung auf die Wochenstation in Bildern vor.

Ihre Fragen beantworten Chefarzt Prof. Dr. Stefan P. Renner oder Oberarzt Dr. Joachim Mayer, sowie eine Hebamme und eine Kinderkrankenschwester.

INFO

Kursleiter:	Chefarzt Prof. Renner, Hebamme, Kinderkrankenschwester
Kursgröße:	max. 25 Paare
Kursumfang:	ca. 90 Minuten
Kursgebühr:	kostenlos
Kursort:	Konferenzraum
Anmeldung:	07031 668-22201



CA Prof. Dr.
Stefan P. Renner



HEBAMMENSPRECHSTUNDE

In unserer Hebammensprechstunde können Sie in Ruhe all Ihre Fragen und Gedanken rund um die Geburt mit einer Hebamme unseres Kreißsaals besprechen. Auch Probleme können in diesem vertraulichen Rahmen individuell geklärt werden, wie

- Beschwerden
- Unklarheiten
- Ängste
- Traumatische Vorerfahrungen, sowohl für die Frau als auch für den Partner.

Wir möchten Sie gerne während Ihrer Schwangerschaft begleiten. Holen Sie sich von uns die Unterstützung, die Sie brauchen und die wir Ihnen gerne in unserer Hebammensprechstunde geben möchten.

TERMINE UND INFO:

Individuelle Terminvereinbarung sowie Information zur Hebammensprechstunde telefonisch über den Kreißsaal.

Anmeldung: 07031 668-22242

STILLBERATUNG

Die Stillberatung findet jeden zweiten Donnerstag in der Frauenklinik statt. Wir laden alle Schwangeren und junge Mütter ein, bei Fragen rund um das Stillen, Ernährung mit der Flasche oder Bauchproblemen beim Säugling einen Termin für eine Stillberatung zu vereinbaren. Wir unterstützen Sie bei Schwierigkeiten und beantworten gerne alle Ihre Fragen.

Stillberatung

Kursleiterin:	Nicole Dittmann, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktations- beraterin
Termin:	nach Vereinbarung
Kursumfang:	60-90 Minuten
Kursgebühr:	10-25 €
Kursort:	Frauenklinik Böblingen

Anmeldung über:
ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de

Stillberatung i. d. Schwangerschaft

Kursleiterin:	Nicole Dittmann, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktations- beraterin
Termin:	nach Vereinbarung
Kursumfang:	90 Minuten
Kursgebühr:	10 €
Kursort:	Frauenklinik Böblingen

Anmeldung über:
ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de

Stillberatung bei Stillproblemen

Kursleiterin:	Nicole Dittmann, Kinderkrankenschwester, Still- und Laktations- beraterin
Termin:	nach Vereinbarung
Kursumfang:	60 Minuten
Kursgebühr:	25 €
Kursort:	Frauenklinik Böblingen

Anmeldung über:
ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de





RÜCKBILDUNG

Rückbildung mit Yoga-Elementen, montags, 8 x 75 Minuten

17.30 - 18.45 Uhr

oder

19.00 - 20.15 Uhr

07.06.2021 bis 26.07.2021

13.09.2021 bis 08.11.2021 (01.11.2021 entfällt)

10.01.2022 bis 07.03.2022 (28.02.2022 entfällt)

Kontakt:

Natalia Gottfried

Tel.: 07031 7695740, Termine nach Anfrage

natalia.gottfried@freenet.de

INFO

Alle Kosten werden in der Regel von der Krankenkasse getragen.
Diese Kurse finden in den Kliniken Böblingen, Bunsenstr. 120 statt.
Terminänderungen vorbehalten.

AKUPUNKTUR

Die Akupunktur kommt aus China, wo sie seit mehr als 3.000 Jahren praktiziert wird. Körper, Geist und Seele stehen in harmonischer Beziehung. Um dies zu erreichen, muss die Lebensenergie „Qi“, die an allen Vorgängen des Lebens beteiligt ist, frei fließen können. Die geburtsvorbereitende Akupunktur wird ab der 36. Schwangerschaftswoche (entspricht 35+ SSW) einmal wöchentlich durchgeführt.

Hilfe bei folgenden Schwangerschaftsbeschwerden:

- Vorzeitige Wehen
- Schwangerschaftsübelkeit
- Wassereinlagerungen
- Bluthochdruck
- Rückenschmerzen
- Angstzustände
- Sensibilitätsstörungen an den Extremitäten
- Sodbrennen
- Schlafstörungen

Geburtsvorbereitende Akupunktur

Untersuchungen in Asien und Europa haben gezeigt, dass die geburtsvorbereitende Akupunktur

- die Psyche der Frau positiv beeinflusst
- weniger Schmerzmittel erforderlich macht
- die Rate der Kaiserschnittgeburten sinken lässt
- die Geburtsdauer sich um zwei bis drei Stunden verkürzt
- eine weitere wichtige Wirkung sich auch im Wochenbett in Form von besserer Wundheilung und erleichtertem Stillen zeigt.

INFO

Kursleiterinnen:

Kimberly Scheubert

Hebamme

0172 3053064

hebamme.k-scheubert@gmx.de

Lena Schwarz

Hebamme

0163 9238722

hebamme.schwarz@gmail.com

Nicole Fodor

Hebamme

Nicole.Fodor@arcor.de

Carmen Laier

Hebamme

0179 6752665

carmen.laier@gmx.de

Isabell Gaupp

Hebamme

Isabell.gaupp@gmx.de

Akupunktursprechstunde

Dienstag 14.45 - 15.15 Uhr

07031 668-22242 (oder 29825)

Vorher ausreichend essen und trinken.

Kleidung tragen, die sich leicht bis zum Knie hochkrepeln lässt.

Anmeldung über: ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de





BEIKOSTEINFÜHRUNG

In diesem Vortrag wollen wir Ihnen die Empfehlungen zur Einführung der Beikost vermitteln, die sich an den individuellen Bedürfnissen des einzelnen Kindes orientieren.

Wie sieht der Weg des Essenlernens aus:

- Der beste Zeitpunkt
- Die ersten Lebensmittel
- Breie oder Fingerfood
- Selbst kochen oder Fertigbrei
- Was und wie viel trinkt das Baby
- Essen im zweiten Lebensjahr

INFO

Kursleiterin:	Nicole Dittmann, Kinderkrankenschwester, Stillberaterin
Kursgröße:	8 Mütter bzw. Väter und Babys
Kursumfang:	90 Minuten
Kursgebühr:	15 Euro
Kursort:	Frauenklinik Böblingen

Anmeldung über:
ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de



BABYMASSAGE

Warum Babymassage?

- Durch Berührung wird die Empfindungsfähigkeit der Haut stimuliert.
- Die Massage hilft den Babys, sich zu entspannen.
- Babymassage lindert Koliken und Blähungen.
- Die intensive Kontaktaufnahme durch die Massage fördert das Verständnis für die Bedürfnisse des Kindes.

Was lernen Sie im Kurs?

- Sie erfahren einen neuen Weg, mit Ihrem Baby zu kommunizieren.
- Sie üben Entspannungstechniken für Ihr Baby und für sich selbst.
- Sie lernen eine Ganzkörpermassage für Ihr Baby.
- Sie können eine Massage gegen Blähungen und Koliken anwenden.

INFO

Kursleiterin:	Anne Kathrin Adam Kinderkrankenschwester
Alter der Babys:	4 - 6 Wochen bis zum Krabbelalter
Kursgröße:	6 Mütter bzw. Väter und Babys
Kursumfang:	5 Termine zu je 45 Min.
Kursgebühr:	45 Euro inkl. Kursunterlagen
Kursort:	Frauenklinik Böblingen Stillgruppenraum Gr. 2.3
Anmeldung:	babymassagebb@web.de Tel.: 0173-5190253, (10-18 Uhr)

A close-up photograph of two hands clasped together, with fingers interlaced. The skin is light-toned, and the background is a warm, blurred wooden surface. The hands are positioned in the upper right and center of the frame, with the fingers pointing towards the bottom right.

INFO

Kursleiterin:	Linda Jonas Fachkinderkrankenschwester Stillbegleiterin (DAIS)
Kursgröße:	8 - 10 Mütter und Väter
Kursumfang:	2 Termine zu je 90 Minuten
Kursgebühr:	Paare: 45 Euro
Kompaktkurs:	Samstag, 24.07.2021
Kursumfang:	10-13 Uhr oder 14-17 Uhr
Kursgebühr:	60 Euro
Kursort:	Krankenpflegeschule BB
Anmeldung:	lindajonas@t-online.de Tel.: 0172 9099099

SÄUGLINGSPFLEGE

viele werdende Eltern stellen sich die Frage, wie sie am besten mit ihrem neugeborenen Baby umgehen können. In unserem Säuglingspflegekurs möchten wir Ihnen grundlegende Hilfestellung und Informationen zum Handling mit dem Baby geben.

Kursinhalte sind unter anderem:

- Besonderheiten der Babyhaut und deren Pflege - in Theorie und Praxis
- Ernährung – Stillen und Flaschennahrung
- Vorsorgemaßnahmen und -untersuchungen
- Allgemeine Entwicklung des Kindes – Spielverhalten

Unterstützung gibt es zu weiteren Themen wie:

- Aufnehmen, halten und tragen – wie fördert das die Entwicklung des Kindes
- Die Gestaltung des Schlafes und der Schlafumgebung nach neuesten Erkenntnissen
- Viele nützliche Tipps und Tricks zur Erstausrüstung, Einrichtung, usw.



INFO

Kursleiterin:	Frau Göldner
Kursgröße:	15 Mütter bzw. Väter und Babys
Kursumfang:	90 Minuten
Kursgebühr:	7 Euro
Kursort:	Frauenklinik Böblingen

Anmeldung über:
ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de

ZAHNGESUNDHEIT

Gesunde Zähne für mein Kind – von Anfang an!

Beratung über Zahnpflege bei Babys und Kleinkindern, Tipps, Anregungen und Informationen mit anschaulichen Materialien durch Frau Göldner Fachfrau für Zahngesundheit der Arbeitsgemeinschaft Zahngesundheit im Landkreis Böblingen

Bakterienübertragung

Wie vermeiden Sie die Übertragung der säurebildenden Bakterien auf den Mund Ihres Kindes?

Wie entsteht Karies?

Wie lässt sie sich beim Kleinkind vermeiden?

Zahnpflege ab dem ersten Zähnchen

Eltern putzen Kinderzähne.

Fluoride

Wie schützen Fluoride die Zähne Ihres Kindes?

Lutschgewohnheiten

Sauger / Schnuller / Saugflaschen
Dauernuckeln vermeiden

Getränke

Süßes bzw. Saures schadet den Zähnen



UNFALLVERHÜTUNG UND ERSTE HILFE

- Sind Sie gut vorbereitet für den Notfall?
- Kennen Sie die Maßnahmen bei Verbrühungen, Verbrennungen oder Atemnot?
- Was ist zu tun bei Vergiftungen oder Unfällen im Haushalt?
- Wie wird der Haushalt kindersicher?

Diese Fragen beantwortet Ihnen Monika Hörner ausführlich.

INFO

Kursleiter:	Monika Hörner Fachärztin Frauenklinik BB
Kursgröße:	15 Mütter bzw. Väter und Babys
Kursumfang:	90 Minuten
Kursgebühr:	10 Euro
Kursort:	Frauenklinik Böblingen

Anmeldung über:
ElternschuleBB@klinikverbund-suedwest.de



WICHTIGE TELEFONNUMMERN

Europäische Notfallnummer **112**
(auch ohne PIN-Eingabe und gebührenfrei von jedem Mobiltelefon)

Gift-Notrufzentrale Freiburg **0761 19 240**

Pforte Kliniken Sindelfingen **07031 98-0**

Pforte Kliniken Böblingen **07031 668-0**
Kreißaal **07031 668-22242**

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter an der Pforte nehmen Ihren dringenden Anruf entgegen und leiten ihn an die entsprechende Notfallambulanz weiter.

Kinderärztlicher Notdienst
der niedergelassenen Kinder- und Jugendärzte im Kreis Böblingen.

Bereitschaftszeiten in den Kliniken Böblingen

Montag - Freitag: 19.30 - 23.30 Uhr
Samstag, Sonntag: 09.00 - 22.00 Uhr 07031 668-0

FÜR IHRE FRAGEN UND NOTIZEN

FÜR IHRE FRAGEN UND NOTIZEN



Klinikverbund
Südwest



Stand Juli 2021

Bildquellen: eclipse_images_iStock, Marco Drux_AdobeStock, South_agency_iStock,
fotolia, StefaNikolic_iStock, iStock, Pixelio, fotolia