



## Hebammenpraxis Anja Reiß

Fichtenstr. 27  
78667 Villingendorf  
Tel.: 0741 – 17 55 21 5  
E-Mail: [info@anjaessin.de](mailto:info@anjaessin.de)  
Internet: [www.anjaessin.de](http://www.anjaessin.de)

Auf den folgenden Seiten können Sie sich in Ruhe über mein Angebot informieren. Ein Großteil der angebotenen Leistungen wird von den Krankenkassen finanziert. Die Kursgebühr für Leistungen, die von der Krankenkasse nicht übernommen werden, können Sie den einzelnen Angeboten entnehmen. Gerne vereinbare ich mit Ihnen einen Termin bei dem Sie mich persönlich kennen lernen und wir besprechen in welchem Umfang Sie Hebammenleistungen in Anspruch nehmen können.

### **Meine Angebote in der Hebammenpraxis in Villingendorf:**

#### **Schwangerenberatung**

Schwangerschaft und Geburt sind natürliche, tief greifende Vorgänge im Leben einer Frau. Der behutsame Umgang mit dem werdenden Leben und eine ganzheitliche Sicht bei der Vorbereitung auf die Geburt stehen im Mittelpunkt meiner Tätigkeit.

Während Ihrer Schwangerschaft können Sie sich jeder Zeit mit Ihren Fragen und Problemen an mich wenden. Gerne stehe ich Ihnen beratend zur Seite, wenn Sie sich mit Themen rund um die Schwangerschaft beschäftigen, wie beispielsweise

- Ernährung und Lebensweise in der Schwangerschaft,
- Partnerschaft und Sexualität,
- Vorbereitung auf das Kind,
- Möglichkeiten der Geburtsvorbereitung

#### **Hilfe bei Beschwerden**

Durch ständige Fortbildungen kann ich auf ein breit gefächertes Angebot zurückgreifen, um Ihnen bei bestehenden Problemen Linderung und Verbesserung zu verschaffen. Mögliche Beschwerden die auftreten können, sind zum Beispiel:

- Übelkeit und Erbrechen
- Wassereinlagerungen (Ödeme)
- Sodbrennen
- Ischialgien
- Karpal-Tunnel-Syndrom (eingeschlafene Finger/Hände)
- Schlafstörungen

Entweder Sie kommen in die Praxis oder ich besuche Sie zu Hause um Möglichkeiten der Linderung zu besprechen.

Ich biete auch die geburtsvorbereitende Akupunktur nach A. Römer an, welche allerdings keine Krankenkassenleistung ist und von den Frauen selbst getragen werden muss. Ab der 36 SSW wird 1 x wöchentlich mit dem Ziel akupunktiert, dass sich der Muttermund bei der Geburt schneller öffnet. Die geburtsvorbereitende Akupunktur bewirkt -statistisch erwiesen- eine ca. 2 Stunden schnellere Eröffnungsperiode.

### Schwangerenvorsorge

Die Vorsorgeuntersuchungen biete ich im Rahmen der Mutterschaftsrichtlinien an, welche in der Regel im Wechsel mit Ihrem Frauenarzt stattfinden.

Wenn Sie möchten, beginnt meine Betreuung mit dem Schwangerschaftstest, den sie kostenlos bei mir in der Praxis durchführen lassen können.

Zu den Vorsorgeuntersuchungen gehören unter anderem die Überwachung von Gewicht, Blutdruck, Urin, Wachstum und Lage des Kindes, Kontrolle der Herztöne und Blutabnahmen. Die Untersuchungsergebnisse werden im Mutterpass dokumentiert.

Für Ultraschalle oder spezielle Laboruntersuchungen überweise ich Sie an Ihren Frauenarzt. Die Zusammenarbeit mit Ärzten ist mir im Interesse von Frau und Kind sehr wichtig. Selbstverständlich erhalten Sie auch eine Überweisung, wenn mir Unregelmäßigkeiten im Laufe der Schwangerschaft auffallen sollten.

Die Vorsorgeuntersuchungen dienen Ihrer Sicherheit, Beruhigung und Unterstützung. Gerne nehme ich mir Zeit für ausführliche Gespräche.

### Geburtsvorbereitungskurs

Die ideale Zeit für die Anmeldung zur Geburtsvorbereitung liegt zwischen der 12. und 16. Schwangerschaftswoche. Mein Kurs zur Geburtsvorbereitung umfasst insgesamt 14 Stunden und beinhaltet zwei Abende mit Partner. Inhaltlich ist der Kurs so gestaltet, dass Sie theoretisches Wissen rund um die Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Neugeborenen erwerben.

Gleichzeitig wird das theoretische Wissen durch praktische Übungen unterstützt, wie beispielsweise durch Massagen, Atemübungen, Entspannungstechniken und Körperwahrnehmungsübungen. Auch für die Beantwortung ihrer Fragen ist immer genügend Zeit.

#### Ort und Zeit:

Mittwochs ab 19 Uhr

In meiner Hebammenpraxis in Villingendorf

Die Kosten für den Kurs übernehmen die Krankenkassen

Der Partnerbeitrag von 45.-€ muss von Ihnen selbst übernommen werden

Vorherige Anmeldung ist erforderlich

### Wehenbegleitung

Die Wehenbegleitung ermöglicht Frauen die Eröffnungsphase der Geburt in Ruhe und Gelassenheit zu Hause zu verbringen.

Ich biete Ihnen dabei Begleitung und Unterstützung und entscheide mit dem Paar gemeinsam, wann es Zeit ist in die Klinik zu fahren, um dort das Kind zu gebären.

Während der Geburt in der Klinik werden Sie von der dort diensthabenden Hebamme weiter betreut.

### Wochenbettbetreuung

Die Betreuung durch eine Hebamme steht Ihnen bis zu 8 Wochen nach der Geburt zu, ob Sie nach der Geburt gleich nach Hause gehen, oder noch ein paar Tage in der Klinik bleiben.

Diese Nachsorge umfasst:

- Beobachtung der Entwicklung des Kindes
- Versorgung des Nabels
- Unterstützung bei der Säuglingspflege
- Früherkennungsmaßnahmen
- Kontrolle der Gebärmutterrückbildung und der Wundheilung
- Anleitung rund ums Stillen
- Wochenbettgymnastik

Ich stehe Ihnen bei allen Fragen, Sorgen und Ängsten mit Rat und Erfahrung zur Seite. Frühgeburten betreue ich mit ärztlichem Attest auch über die 8. Lebenswoche hinaus.

### Stillberatung

Auch nach Ende der Wochenbettzeit steht Ihnen Hebammenhilfe zu. Taucht ein Milchstau, eine Brustentzündung oder andere Stillschwierigkeiten auf, dann können Sie weitere Beratungen durch mich in Anspruch nehmen.

Von den gesetzlichen Kassen werden 8 Wochen nach der Geburt, vier persönliche und vier telefonische Beratungen übernommen. Sind mehr Termine nötig, ist dies mit ärztlichem Rezept möglich. Termine erhalten Sie nach telefonischer Absprache.

### Rückbildungsgymnastik

6-8 Wochen nach der Geburt können Sie mit der Rückbildungsgymnastik beginnen. Wir stärken den Beckenboden, den Bauch und den Rücken, trainieren die Ausdauer und beenden jede Stunde mit einer Entspannungs- oder Massageübung.

Wenn Sie möchten können Sie Ihr Baby mitbringen.

### Ort und Zeit:

Dienstags von 14:15 bis 15:15 Uhr

Donnerstags von 10:45 bis 11:45 Uhr

In meiner Hebammenpraxis in Villingendorf

Der Kurs beinhaltet 10 Termine

Eine frühzeitige Anmeldung ist erforderlich.

### Babymassage

Durch die Babymassage gewinnen Sie Selbstvertrauen im Umgang mit Ihrem Baby. Die Massage wird zum Kommunikationsmittel und stärkt die Beziehung zwischen Mutter/Vater und Kind. Sie vermitteln Ihrem Baby ein Bewusstsein von Liebe, Annahme und Geborgenheit und darüber hinaus trägt die Babymassage zu einer besseren Durchblutung, Verdauung und Entspannung Ihres Kindes bei.

### Ort und Zeit:

4 Montags von 14.30 – 15.30 Uhr, in meiner Hebammenpraxis in Villingendorf

Die Kursgebühr beträgt 40.- €, vorherige Anmeldung ist erforderlich

### Ernährungsberatung

Wenn die erste feste Mahlzeit ansteht kommen oftmals viele Fragen auf:

Was kann ich als erstes füttern?

Gibt es Nahrungsmittel, die ich meiden sollte?

Was braucht mein Kind unbedingt?

Wann sollte ich die erste feste Mahlzeit füttern und wie bereite ich sie zu?

Bei diesen Fragen stehe ich Ihnen beratend zur Seite.

### Ort und Zeit:

Bitte melden Sie sich für die Ernährungsberatung mindestens 2 Wochen vor der geplanten Nahrungsumstellung bei mir an. Die Beratung dauert zweimal 1 Stunde.

Termine werden nach telefonischer Absprache vereinbart.

### Stillcafé

Sie sind eine junge oder werdende Mutter und haben...

\* Fragen rund ums Stillen?

\* Konkrete Stillprobleme?

\* Den Wunsch, andere (Still-)Mütter kennen zulernen?

\* Fragen zu anderen Themen wie das Leben mit Baby, die erste Beikost, dem Tragen im Tuch oder zu durchwachten Nächten...?

Dann möchte ich Ihnen gerne helfen!

Im Stillcafé können Sie in lockerer Runde bei Kaffee oder Tee Erfahrungen mit anderen Eltern austauschen und meine persönliche Beratung in Anspruch nehmen.

Bei akuten Problemen können Sie mich auch telefonisch erreichen.

### Ort und Zeit:

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 14.30 - 15.30 Uhr in meiner Hebammenpraxis in Villingendorf.

In den Schulferien und an Feiertagen bleibt die Praxis geschlossen.

### **Kontakt**

Hebammenpraxis Anja Reißin

Fichtenstr. 27

78667 Villingendorf

Tel.: 0741 - 1755215

[info@anjaressin.de](mailto:info@anjaressin.de)

[www.anjaressin.de](http://www.anjaressin.de)

Meine telefonischen Sprechzeiten sind

Montag bis Freitag von 7:30 bis 8:00 Uhr und 13:00 bis 13:30 Uhr.

Wenn Sie Fragen haben oder sich für eines meiner Angebote anmelden möchten, können Sie sich gerne telefonisch bei mir melden. Um mich per E-Mail zu erreichen steht Ihnen auf meiner Webseite ein Kontaktformular zur Verfügung