

Vertrauenssache

» Hurra, das Baby kommt! Mit einem umfangreichen Kursangebot steht die ES-Elternschule werdenden Müttern und Vätern zur Seite. Kompetente Beratung gibt es für alle wichtigen Themen vor, während und nach der Geburt.

Von der Geburtsvorbereitung über Erste-Hilfe bis zur Beratung zu Eltern- und Kindergeld reicht das Informationsangebot der Elternschule. Alle Kurse, Seminare und Vorträge werden von hochqualifizierten Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Sozialpädagogen und weiteren erfahrenen Expertinnen und Experten durchgeführt. „Wir wollen werdende Eltern vertrauensvoll und individuell betreuen“, sagt Sigrun Stiegemeyer, Hebamme und Leiterin der ES-Elternschule.

Esslinger Geburtshilfe und Verein ES-Elternschule ergänzen sich

Organisiert ist die Elternschule als Verein. „Als fachkundiger Partner ergänzen wir das Leistungsspektrum der Geburtshilfe am Klinikum Esslingen“, berichtet Sigrun Stiegemeyer. „Das Besondere: Alles passiert unter einem Dach. Die Elternschule befindet sich direkt neben der Geburtshilfe.“ So können werdende Eltern in den Geburtsvorbereitungskursen gleich die Geburtshilfe kennenlernen. „Auch der erste Kontakt zu den Hebammen, die im Esslinger Kreißaal arbeiten, kommt oft in unseren Kursen zustande. Das schafft eine ganz besondere Vertrautheit“, weiß Sigrun Stiegemeyer.

Kurse vor der Geburt

„Die Geburtsvorbereitungskurse bieten wir als Wochenend-Crashkurse mit Partnern an oder an sieben Abendterminen, davon nur einen mit Partner“, erzählt Christine Schleifenheimer, Dozentin an der Elternschule und leitende Hebamme im Kreißaal des Klinikum Esslingen. „Denn es gibt Themen, die Frauen nur unter sich besprechen wollen.“

„Wir bieten ein Rund-um-Paket: Wir erklären, wie der Körper sich verändert, wie ein Kind in der Gebärmutter und nach der Geburt wächst und sich entwickelt, informieren über Erkrankungen und das Stillen.“ Natürlich steht auch die Geburt selbst, mit Themen wie Geburtspositionen, Atem- und Meditationstechniken auf dem Stundenplan. Genauso wie Kreißaal-Führungen in Kleingruppen, „bei denen man auch mal Probe liegen kann.“

Auch wichtige Fragen rund um das Wochenbett beantworten die Dozentinnen: Wie wickle ich ein Neugeborenes? Worauf kommt es bei der Babypflege an? Was sollte ich bei der Ernährung beachten? „Viele Schwangere haben keine Hebamme, die sie nach der Geburt begleitet. Dann ist eine gute Vorbereitung aufs Wochenbett umso wichtiger. Denn so unkompliziert und fantastisch, wie uns so manche Werbung vorgaukelt, sind die ersten Tage mit dem Neugeborenen oft nicht.“ Schleifenheimer, selbst zweifache Mutter, spricht aus Erfahrung: Freiberuflich betreut sie als Hebamme Frauen im Wochenbett, macht Hausbesuche und hilft, die Herausforderungen des neuen Alltags zu stemmen.

Nach der Geburt

Eine Frage bewegt junge Mütter besonders: Wie klappt es mit dem Stillen? „Wichtig ist, das Kind direkt nach der Geburt anzulegen. Das regt das Saugbedürfnis an und bildet den Grundstein für das Stillen. Auch wenn nur drei Tröpfchen Milch kommen, genügt das völlig“, betont Christine Schleifenheimer. „Unsere Stillgruppen werden von einer erfahrenen Stillberaterin geleitet. Sie holt Frauen gut ab und begleitet sie oft ein Jahr lang.“ Dabei geht es nicht nur ums Stillen, sondern auch um Fragen rund um die Geburtsnachsorge und Entwicklung des Kindes.

Auch mit Kursen wie Rückbildungsgymnastik oder Trageberatung unterstützt die Elternschule junge Mütter. Der Kurs „Babys erstes Jahr“ begleitet die Kleinen bei ihren ersten wichtigen Entwicklungsschritten. Neben Sing-, Spiel- und Bewegungsangeboten gibt es passend zum Alter thematischen Input.

Immer ein offenes Ohr

Schwangere und Mütter können sich bei Sorgen und Nöten jederzeit an die Elternschule wenden. „Wir haben Sprechzeiten und sind über E-Mail gut zu erreichen“, betont Sigrun Stiegemeyer. „Unsere Hebammen haben immer ein offenes Ohr.“ Die Elternschule ist nicht zuletzt auch eine wertvolle Kontaktbörse für Frauen in der gleichen Lebensphase. „Zwischen unseren Kursteilnehmerinnen sind viele lebenslange Freundschaften entstanden“, freut sich Stiegemeyer. „Da gibt es noch nach vielen Jahren Gruppentreffen, obwohl die Kinder längst aus dem Haus sind.“ *ast*

» Kontakt

ES-Elternschule e.V.
am Klinikum Esslingen, Haus 3
Sigrun Stiegemeyer, Leiterin
Telefon 0711 3103-3541
info@es-elternschule.de
www.es-elternschule.de

„Unsere Hebammen
haben immer ein
offenes Ohr.“



» Sigrun Stiegemeyer



Christine Schleifen-
heimer



Dr. Manuela Bihler



Nachgefragt

Etwa 1.800 Kinder kommen jedes Jahr am Klinikum Esslingen zur Welt. Frau Dr. Bihler, Sie sind leitende Oberärztin der Geburtshilfe. Was ist das Besondere an der Geburtshilfe und dem Mutter-Kind-Zentrum?

Bei uns sind Sie vor, während und nach der Geburt in besten Händen. In Kooperation mit der Elternschule bietet die Frauenklinik Esslingen Schwangeren eine optimale Vorbereitung auf den Geburtstermin mit Infoabenden, Geburtsvorbereitungs- und Babykursen, einer Schwangerenambulanz, Pränataldiagnostik und einer Hebammensprechstunde. Wir begleiten Frauen nicht nur bei der Geburt im Kreißaal, sondern bereits in der Schwangerschaft und auch im Wochenbett. Zu früh geborene Babys übernimmt das hochspezialisierte Team der Neonatologie. Kreißaal, Kinderklinik, Wochenbettstation und Elternschule befinden sich alle dicht beieinander. Alle Abteilungen arbeiten Hand in Hand. Hebammen, Frauen-, Kinder- und Narkoseärzte sind 24 Stunden im Haus, das gibt vielen Schwangeren Sicherheit – für den Notfall. Aber keine Sorge: Die meisten Geburten verlaufen ganz natürlich und normal.

Da fühlt man sich rundum sicher. Wie läuft eine Geburt am Klinikum Esslingen ab?

Ein Team erfahrener, hochqualifizierter Hebammen und Frauenärzte begleitet die Frauen professionell und einfühlsam, damit Sie die Geburt positiv erleben. Nach der Geburt verbringen die jungen Mütter mit ihrem Baby die ersten Tage auf unserer Wochenstation und werden von Kinder- und Krankenpflegefachkräften, Hebammen, Ärztinnen und Ärzten in den ersten Tagen mit ihrem Baby begleitet und beim Stillen unterstützt. Wenn der Partner möchte, kann er im Elternzimmer rund um die Uhr mit dabei sein.



Infoabende rund um die Geburt

An jedem ersten und dritten Montag im Monat veranstalten Ärzte, Ärztinnen und Hebammen des Klinikum Esslingen einen Infoabend mit Kreißaalführung für werdende Eltern.

Termine:



[www.klinikum-esslingen.de/
elterninfoabende](http://www.klinikum-esslingen.de/elterninfoabende)

» Kontakt

Klinikum Esslingen
Mutter-Kind-Zentrum (MKZ)
Dr. Manuela Bihler, Ltd. Oberärztin
Geburtshilfe
Telefon 0711 3103-3051
m.bihler@klinikum-esslingen.de