



Willkommen im Wochenbett

In besten Händen, dem Leben zuliebe.

Liebe Eltern,

herzlich willkommen zu diesem aufregenden neuen Kapitel in Ihrem Leben als Familie. Wir freuen uns, Sie bestmöglich auf diesem Weg zu begleiten und zu unterstützen. Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen umfassende Informationen rund um das Wochenbett bieten und Ihnen einen Überblick über die vielfältigen Angebote für Sie und Ihre Familie geben.

In den folgenden Abschnitten finden Sie detaillierte Hinweise zu verschiedenen Themen und Fragestellungen, die in dieser aufregenden Zeit relevant sind:

- Informationen rund um das Wochenbett
- Tagesablauf auf der Wochenbettstation
- Hinweise für die sichere Betreuung Ihres Neugeborenen auf unserer Wochenbettstation
- Angebote der Immanuel Klinik Rüdersdorf
- Babyfotografin Martina Schröder
- Stillen
- Alltag mit Kind
- Gesunder Kinderschlaf
- Was tun, wenn die Nerven blank liegen?
- Was tun, wenn das Baby viel schreit?
- Was passiert bei der U1 und U2?

Unser Team aus den Fachbereichen der Pflege, Geburtshilfe, Gynäkologie, Kinder- und Jugendmedizin, Physiotherapie und Psychotherapie steht Ihnen gerne zur Verfügung, um Ihre Fragen zu beantworten und Sie optimal zu unterstützen. Auch für den Notfall finden Sie in diesem Heft alle Kontaktmöglichkeiten.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen und einen erfreulichen Aufenthalt in unserem Haus.

Herzliche Grüße,

Ihr Team der Geburtshilfe und Kinder- und Jugendmedizin

der Immanuel Klinik Rüdersdorf, Universitätsklinikum der MHB

Wir würden uns freuen, wenn Sie den Namen Ihres Neugeborenen auf unserer Willkommenstafel an der Rezeption schreiben!



Informationen rund um das Wochenbett

Das Wochenbett ist eine entscheidende Phase im Leben frisch gebackener Eltern. In dieser Zeit, die üblicherweise die ersten sechs bis acht Wochen nach der Entbindung umfasst, erlebt der Körper der Mutter verschiedene Veränderungen und passt sich an die neue Situation an.

Während des Wochenbetts stehen sowohl die physische als auch die emotionale Erholung im Vordergrund. Es ist eine Zeit, in der die Mutter sich auf die Ernährung und Pflege ihres Babys konzentriert und gleichzeitig ihre eigene Gesundheit im Auge behält.

Um mehr über das Wochenbett zu erfahren, empfehlen wir Ihnen, das Video anzusehen:



Tagesablauf auf der Wochenbettstation

Zu jeder Tages- und Nachtzeit steht Ihnen eine erfahrene Pflegekraft mit Rat und Tat zur Seite. Wir begrüßen Ihre Fragen zu allen Themen, die für Sie wichtig erscheinen.

ab 7:00 Uhr startet der Tag

Mit Tagesbeginn steht **Ihr Wohlergehen** im Vordergrund

- dazu gehören Puls-, Temperatur- und Blutdruckkontrollen
- das Bett wird gerichtet
- je nach Anordnung erfolgt eine Blutentnahme zur Bestimmung Ihres Eisenwertes

Dann steht **Ihr Baby** im Mittelpunkt. Hierzu erhalten Sie durch die Pflegekraft eine erste Einweisung.

- Messen der Körpertemperatur
- Wiegen
- Wickeln
- Hinweise zu Hygienemaßnahmen
- Stillen – ganz nach Bedarf Ihres Kindes
- Umgang mit dem Neugeborenen

ab 8:00 Uhr nach dem Frühstück

Die Gynäkologinnen und Gynäkologen werden Sie in Ihrem Zimmer besuchen und zusätzlich wird die Kinderarztvisite stattfinden. **Spezielle Untersuchungen** Ihres Kindes (Ultraschall, Hörscreening ...) werden Ihnen rechtzeitig bekanntgegeben. Am **Entlassungstag** erhält Ihr Kind eine Abschlussuntersuchung. Ist Ihr Kind schon 48 Stunden alt, erfolgt die U2 und Ihr Kind bekommt die zweite Vitamin K-Gabe. Informationen hierzu erhalten Sie vom Kinderarzt bzw. der Kinderärztin.

ab 9:00 Uhr

Die Stationshebamme kommt zu Ihnen ins Zimmer. Sie bespricht mit Ihnen die folgenden Themen:

- Stillen / Stillhaltung – Sie erhalten entsprechende Unterstützung
- Ernährung während der Stillzeit
- Rückbildungsprozesse

Nach frühestens 36 Lebensstunden erfolgt eine Blutentnahme aus der Ferse Ihres Kindes für den Stoffwechselltest.

Das Ergebnis wird Ihnen postalisch zugeschickt. Gleichzeitig wird auch der Bilirubinwert im Blut zum Ausschluss einer Neugeborenenengelbsucht bestimmt.

ab 10:00 Uhr

Die Babyfotografin kommt zu Ihnen ins Zimmer: montags, mittwochs, freitags.
Falls Sie ein Porträt Ihres Babys wünschen, so geben Sie uns Bescheid, dass die Babyfotografin auf Sie zugehen kann. Die Neugeborenen werden gern auf den Monitoren der Immanuel Klinik Rüdersdorf oder in der Babygalerie im Internet begrüßt. So können sich Ihre Verwandten und Freunde mit Ihnen freuen – selbstverständlich nur mit Ihrem Einverständnis.

**ab 12:00 Uhr
nach dem
Mittagessen**

Versuchen Sie sich auszuruhen, denn Ihr Kind braucht Ihre Liebe und Zuwendung.
Falls Sie mit Ihrem Kind einen Spaziergang unternehmen möchten, stehen Ihnen Kinderwagen zur Verfügung. Bei Bedarf wenden Sie sich bitte an Ihre betreuende Pflegekraft.
Bitte informieren Sie uns, wenn Sie mit Ihrem Kind die Station verlassen und wann wir Sie zurück erwarten können.

ab 15:00 Uhr

Gönnen Sie sich eine Kaffee- oder Teepause.

ab 18:00 Uhr

Abendessen

ab 22:00 Uhr

Nachtruhe

Besuchszeiten

Besuche auf der Station sind von **15:00 – 20:00 Uhr** möglich. Weisen Sie Ihre Angehörigen und Freunde auf den großzügigen Zeitrahmen hin, dann können Sie und Ihr Baby die notwendigen Ruhepausen erhalten.
Denken Sie mit Ihren Gästen bitte daran, dass es noch weitere Mütter mit ihren Neugeborenen auf der Station gibt, die ggf. mehr Ruhe brauchen.

Babyfotografin

Die Babyfotografin kommt ... zu Ihnen ins Zimmer.

Liebe Eltern,

mein Name ist Martina Schröder und es ist mir eine große Freude, seit vielen Jahren die Neugeborenen in der Immanuel Klinik Rüdersdorf zu fotografieren. Das Festhalten der ersten Erinnerungen Ihres kleinen Lieblings ist nicht nur meine Arbeit, sondern eine Tätigkeit, die mir persönlich viel Freude bereitet. Ich biete Ihnen die Möglichkeit, diese besonderen Momente liebevoll und professionell einzufangen. Auf Wunsch erhalten Sie eine Glückwunschkarte mit einem kostenlosen Foto. Außerdem besteht die Option, ein Bild in der Babygalerie auf der Internetseite der Klinik zu veröffentlichen. Darüber hinaus stehe ich Ihnen zur Verfügung, um eine Vielzahl verschiedener Aufnahmen von Ihrem Baby zu erstellen.

Ich bin montags, mittwochs und freitags ab 10 Uhr auf der Wochenbettstation. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig. Sollten wir uns verpassen, stehe ich Ihnen auch gerne in den ersten zwei Wochen nach der Entbindung für ein Fotoshooting in den eigenen vier Wänden zur Verfügung.

Herzlichst Ihre Babyfotografin

Martina Schröder



Besuchen Sie meine Webseite für weitere Informationen zu meinem Portfolio und den Preisdetails.

Tel. 0173 240 36 39
mail@my-first-picture.info
my-first-picture.info



Hinweise für die sichere Betreuung Ihres Neugeborenen auf unserer Wochenbettstation

Liebe Eltern,

herzlich willkommen auf unserer Wochenbettstation! Wir freuen uns, Sie und Ihr neues Familienmitglied bei uns begrüßen zu dürfen. Um Ihnen eine angenehme und sichere Zeit mit Ihrem Kind zu ermöglichen, möchten wir Ihnen einige wichtige Hinweise geben.

Schlafposition: Legen Sie Ihr Kind nicht unbeaufsichtigt in Bauchlage schlafen und nutzen Sie einen Schlafsack, um eine gleichmäßige Wärmeverteilung zu gewährleisten. Bitte legen Sie keine Kuscheltiere, Kissen oder Decken in das Babybett (Erstickengefahr). Weitere Informationen rund um das Thema Babyschlaf finden Sie hier:



Deutschen Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin e.V.

Babybetten beim Transport:

Benutzen Sie die aufliegende Babyschale mit Gestell für jeden Transport Ihres Kindes. In den ersten Tagen sollte die Babyschale leicht schräg gestellt bleiben. Lassen Sie Geschwisterkinder nicht allein mit dem Bettchen fahren.

Wickeltischvorbereitung: Bevor Sie Ihr Kind auf dem Wickeltisch versorgen, legen Sie alle Utensilien bereit und lassen Sie es nicht unbeaufsichtigt.

Gemeinsame Versorgung: Bei Kreislaufproblemen bitten wir Sie, Ihr Kind nicht allein zu versorgen. Unser Team steht Ihnen jederzeit zur Seite.

Aufmerksamkeit bei Bedarf: Sollte Ihr Kind spucken oder erbrechen, zögern Sie nicht zu klingeln, damit wir Sie sofort unterstützen können.

Beaufsichtigung: Bitte lassen Sie Ihr Kind niemals unbeaufsichtigt im Zimmer.

Bonding im Bett: Genießen Sie den direkten Körperkontakt mit Ihrem Kind, indem Sie es gerne mit ins Bett nehmen.

Sicherheitsmaßnahmen: Stellen Sie die seitlichen Sicherungsgitter hoch, vermeiden Sie bei Ihrem Baby die Bauchlage, wenn Sie müde oder erschöpft sind und legen Sie Ihr Kind nicht im Schlafsack unter Ihre Bettdecke (Überhitzungsgefahr).

Kuschelzeit: Kuscheln Sie mit Ihrem Kind so viel Sie möchten – ganz individuell.

Falls Sie weitere Fragen haben, steht Ihnen unser Pflegeteam gerne zur Verfügung. Wir wünschen Ihnen eine wundervolle Zeit auf unserer Wochenbettstation und stehen Ihnen jederzeit unterstützend zur Seite.

Angebote unserer Klinik

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin

Dr. med. Anke Speth
Poliklinik Rüdersdorf
Seebad 82/83
15562 Rüdersdorf bei Berlin

Tel. 03 36 38 83 - 157
Fax 03 36 38 83 - 158
poliklinik.kindermedizin@immanuel.de



Immanuel Beratung Rüdersdorf

Familienberatung, Schwangeren- und
Schwangerschaftskonfliktberatung
Seebad 82/83
15562 Rüdersdorf bei Berlin

Tel. 033 638 83 - 185
Fax 033 638 83 - 184
beratung.ruedersdorf@immanuel.de



Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst

im Ambulanz- und Aufnahmezentrum
am Haupteingang der
Immanuel Klinik Rüdersdorf
Seebad 82/83
15562 Rüdersdorf bei Berlin

Tel. 116 117

Öffnungszeiten

Mittwoch	15:00 – 20:00 Uhr
Freitag	15:00 – 20:00 Uhr
Samstag, Sonntag und Feiertage	9:00 – 19:00 Uhr



Hochschulambulanz an dem Universitätsklinikum der MHB

u. a. mit den Spezialisierungen
Mukoviszidose, manuelle Therapie und
Sexualmedizin (AAZ)
Terminvergabe über das Ambulanz-
und Aufnahmezentrum

Tel. 03 36 38 83 - 327 oder - 328

Fax 03 36 38 83 - 311
ruedersdorf.aaz@immanuel.de

ruedersdorf.immanuel.de

Ambulante Osteopathie für Neugeborene

Terminvergabe über das Ambulanz-
und Aufnahmezentrum

Tel. 03 36 38 83 - 327 oder - 328

Fax 03 36 38 83 - 311

ruedersdorf.aaz@immanuel.de



Kinder- und Jugendpsychiatrische Institutsambulanz Rüdersdorf

Tel. 03 36 38 83 - 561

kjp@klinikumffo.de



Weitere Informationen rund um Baby und Familie

**Sie möchten stillen und haben
noch Fragen?**



[elternsein.info](https://www.elternsein.info)

**Was tun, wenn die Nerven blank
liegen? – Krisenzeiten in vielen Not-
lagen rund um Schwangerschaft,
Geburt und Kleinkindzeit”**



[elternsein.info](https://www.elternsein.info)

Was erwartet mich im Alltag mit Kind?



[elternsein.info](https://www.elternsein.info)

**Was tun, wenn das Baby viel schreit?
SchreiBabyAmbulanz –
Märkisch-Oderland**

Große Straße 10 · 15344 Strausberg

In den Räumen des „Netzwerk

Gesunde Kinder MOL“

Tel. 0152 01 57 91 76

**Sind Sie neugierig, was bei den
U-Untersuchungen passiert?**



U1



U2

[seelisch-gesund-aufwachsen.de](https://www.seelisch-gesund-aufwachsen.de)



[schreibbabyambulanz-mol.de](https://www.schreibbabyambulanz-mol.de)



Immanuel Klinik Rüdersdorf

Universitätsklinikum der MHB
Seebad 82/83
15562 Rüdersdorf bei Berlin

Gynäkologie und Geburtshilfe

Tel. 03 36 38 83 - 307
ruedersdorf.geburtshilfe@immanuel.de

ruedersdorf.immanuel.de
immanuelalbertinen.de

Träger

Krankenhaus und Poliklinik Rüdersdorf GmbH
Eine Gesellschaft der Immanuel Albertinen Diakonie.



Verbund christlicher Kliniken
Brandenburg



Aktion
Saubere Hände
Krankenhäuser

