Zeitschrift: Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 106 (2008)

Heft: 4

Rubrik: Mosaik

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 05.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ein Tag im Leben von…

Regula Junker, Horw

Nehmen wir den 6. Februar 2008. Ich betreute damals eine Praktikantin der Hebammenschule St. Gallen. Um zehn vor Sieben in der Früh rief mich eine Frau an, sie habe um drei Uhr Blasensprung gehabt und seither zunehmende Wehen. Sie wohnt in einem 24 km entfernten Dorf an einem steilen Hügel. Wäre die Strasse verschneit oder vereist gewesen, wäre sie zum Gebären ins Geburtshaus «arco» nach Stans gekommen, wo ich als Beleghebamme tätig bin. An diesem wunderschönen Tag aber konnten wir mit dem Auto für die Hausgeburt hinauffahren. Die Frau hatte dafür gesorgt, dass sie und ihr Mann zum Gebären allein im Haus waren. Die Sonne schien auf den schwarzen Schieferboden, darauf lag ein roter Teppich, in der Ecke stand ein einladendes Sofa.

★★★

Ihre beiden ersten Geburten hatte die Frau eher traumatisch erlebt, die erste im Spital mit PDA und Epi, die zweite zuhause, aber mit einer Spitalüberweisung wegen nachgeburtlicher Blutung. In dieser Schwangerschaft hatte sie die Unterstützung eines bekannten Homöopathen gesucht.

★★★

Die Wehen kamen und gingen, das Fruchtwasser war klar. Gegen 10 Uhr tanzte das Kind immer noch auf ihrem Schambein herum und wollte nicht tiefer treten. Um 12 Uhr war sie vollständig eröffnet, doch das Kind turnte noch immer dort oben herum und hatte wie keinen Bezug zum Geschehen. Auch waren die Wehen zu wenig stark. Ich rief den Homöopathen an. Er nannte mir ein Mittel (Secale), das er extra für diese Frau ausgesucht hatte; es müsse innerhalb von zehn Minuten wirken, wenn nicht, solle ich wieder anrufen. Um Viertel vor Eins nahm die Gebärende das Mittel und bewegte sich in der Wohnung herum. Innerhalb kürzester Zeit veränderten sich die Wehen. Um 13.52 Uhr kam das Kind aus einer dorso-posterioren Stirnlage zu Welt, ein kleiner Bub von 4850 g mit ganz rundem Kopf und einem kräftigen Schwingernacken. Die Frau hatte im Vierfüsslerstand auf ihren Mann gestützt geboren, das war super Teamarbeit. Dem Kind ging es sehr gut, es hatte einen Apgar von 9/10/10. Nach der Geburt, wie schon bei den ersten Geburten, kam ein Schwall Blut und ich steckte ein Venflon, spritzte Synto und massierte die Gebärmutter, dann beruhigte sich das Ganze recht schnell. Die Frau ist noch immer überglücklich über das Erlebnis. Trotzdem will sie sich später damit auseinandersetzen, weshalb sie das Kind nicht «hinunterlassen» konnte, bzw. warum für sie Gebären nicht so einfach ist.

★★★

Für die Praktikantin war es die erste Hausgeburt, eine schöne Geburt mit etwas Dramatik, so dass sie vor Aufregung vergass, den Stauschlauch anzulegen. Wegen der Vorgeschichte der Frau war ich froh darüber, dass die Praktikantin mit mir kam. In ihrem Bericht wunderte sie sich darüber, weshalb man im Spital all die Apparaturen brauche, es gehe ja auch ohne! Für mich ist jedes Mal von neuem faszinierend, welche Kräfte bei einer Geburt aus der Frau kommen und wie die Frauen strahlen, aus einem inneren Glück heraus.

★★★

Ich arbeite in der Stadt Luzern und Agglomeration, mit Bewilligungen für mehrere umliegende Kantone. In der Region sind wir fünf Hausgeburtshebammen. Im letzten Jahr betreute ich 22 Hausgeburten. Ich weiss gar nicht, ob das viel oder wenig ist. Daneben gehe ich als Beleghebamme ins Geburtshaus nach Stans und betreue Frühentlassungen aus den umliegenden Spitälern. Natürlich trage ich die volle Verantwortung für alles, was bei einer Hausgeburt geschieht, ich kann nichts abgeben. Aber wenn es so schön läuft wie am 6. Februar ist auch die Befriedigung und Erfüllung sehr gross. Die Menschen sind daheim am offensten, leben ihre Gefühle voll aus. Auch die Neugeborenen sind meist ruhig und zufrieden, trinken gut, alles ist irgendwie organisch. Es ist ein grosses Glück, solche Geburten zu betreuen.

★★★

Mein Erstberuf war Pflegefachfrau in der Psychiatrie. Irgendwann dachte ich, in der Psychi ist alles schon «verchachelet», ich möchte an den Anfang gehen. 1982 arbeitete ich ein Jahr in der Pflege am Berner Frauenspital, und dort merkte ich, Hebamme, das ist es. Mein Mann betreute die Kinder, während ich in Luzern die Hebammenschule besuchte. Unsere drei Kinder kamen alle zu Hause auf die Welt, auch ich selbst und meine acht Geschwister. Ich wusste, diese Ausbildung machte ich nur, um Hausgeburten zu betreuen. Meine erste Hausgeburt begleitete ich 1994. Irgendwann, wenn ich Zeit habe, will ich aufschreiben, wie viele es inzwischen geworden sind, mit allen diesen einzigartigen Erlebnissen.

★★★

Hausgeburten, das ist wie eine Art Subkultur. In einem bestimmten Umkreis kennen sich die Leute, die Hausgeburten machen. Es gibt ganze Quartiere mit Hausgeburtsfamilien. Einmal sagte mir eine Frau bei der Schwangerschaftskontrolle, sie finde das so blöd, dass man unbedingt zu Hause gebären müsse; sie würde lieber im Spital gebären! Mal ein anderer Fokus, oder?

★★★

Zu schwierigen Situationen kommt es Gott sei Dank selten. Einmal übernahm ich eine Schwangere von einer Kollegin, die in die Ferien fuhr. Beim ersten Besuch bei ihr zu Hause schoss mir durch den Kopf, weshalb wohl will diese Frau eine Hausgeburt? Ich traute mich, jetzt am Ende der Schwangerschaft, nicht sie zu fragen. Es war einfach so ein Gefühl. Sie meldete sich gegen Abend telefonisch nach dem Blasensprung, hatte aber noch keine Wehen. Weil sie es wünschte, fuhr ich trotzdem schon zu ihr. Sie tigerte herum, die Geburt ging nicht vorwärts. Nach einer unruhigen Nacht mit wenig Schlaf begannen starke Wehen und sie gebar relativ zügig. Und dann hörte sie nicht mehr mit bluten auf. Sie blutete wie ein Wasserfall, die Plazenta war noch gar nicht draussen. Ich hielt die Gebärmutter, spritzte Synto und steckte eine Infusion; es war mir ein Rätsel, woher sie blutete. Eine Viertelstunde später rief ich die Ambulanz. Im Spital gab es eine manuelle Plazentalösung und Blutransfusionen; auch die behandelnde Ärztin verstand nicht, weshalb die Frau so geblutet hatte. Ich zog aus der Geschichte eine wichtige Lehre: für eine Hausgeburt muss alles für mich stimmen, ich muss mein Gefühl respektieren. Später fand ich heraus, dass auch meine Kollegin ein komisches Gefühl gehabt hatte. Nur sagte sie mir nichts davon. Glücklicherweise hat sich die Mutter gut erholt und keinen Schaden genommen.

Gespräch, aufgeschrieben von Gerlinde Michel

Ilka-Maria Thurmann

Bach-Blüten in der Geburtshilfe

Ein Kompendium für Hebammen

2005. 215 Seiten,
Abbildungen, Fr. 30.60
Mabuse-Verlag, Frankfurt/M

Dieses Buch habe ich mit besonderem Interesse in die Hand genommen, da ich die Autorin an einer Kaiserschnitt-Fachtagung in Düsseldorf kennengelernt habe. Sie ist Diplom-Pädagogin in eigener Praxis mit Arbeitsschwerpunkten in psychologischer Schwangerenbegleitung, Babytherapie, Geburtstraumata und Bachblüten.
Nach einer kurzen Einführung werden die 38 Blüten nach sieben spezifischen Gruppen aufgeführt und dann ausführlicher «persönlich» vorgestellt. Zu jeder Blüte gibt die Autorin jeweils die Anwendungsweisen während der Schwangerschaft, unter der Geburt und in der Nachsorge an. Der besondere Augenmerk auf Komplikationen jeder Art in der Geburtshilfe ist ein bedeutender Schwerpunkt des Werkes und macht es zusammen mit den interessanten Praxisbeispielen in meinen Augen so wertvoll.
Besonders angesprochen haben mich die Zusammenhänge von den seelischen Gemütszuständen, die kurzfristig in einer bestimmten Situation oder als Persönlichkeitsstruktur vorhanden sind. Der Autorin ist es gelungen, die möglichen Stimmungslagen und Verhaltensmuster rund um Schwangerschaft, Geburt und Nachsorge praxisnah zu umschreiben. Unsere beruflich geforderte Beobachtungsgabe mit dem Ziel der Förderung des physiologischen Ablaufs einsetzen zu können, präventiv traumatischen Erfahrungen vorbeugen bzw. sie sanft abfangen zu können, sprechen mich an. Sicher können Bachblüten keine notwendige Psycho- oder Traumatherapie ersetzen, aber sie bieten eine gute Unterstützung, die aufgrund der Nebenwirkungsfreiheit gute Akzeptanz findet. Schnell habe ich mich eingelesen, weil das Buch wirklich für Hebammen geschrieben ist. Es ist als Repertorium und Nachschlagewerk gedacht, um einen schnellen Rückgriff auf die Blüten der Wahl zu ermöglichen. Die Autorin empfiehlt die Bachblüten auch als gute Hilfe, wenn die Geburtshelferin im anstrengenden Arbeitsalltag selbst in eine berufliche Grenzsituation gerät. Beim praktischen Eigenversuch habe ich konkrete Hinweise zu den Rescue-Tropfen, nicht aber zu anderen Mischungen gefunden und musste die Information anderweitig erlesen. Vorkenntnisse in Bachblüten sind sicherlich empfehlenswert.
Das Buch schliesst mit einem interessanten Literaturverzeichnis zu den Themen Bachblüten, Geburtstraumen, Regressionstherapie und vorgeburtliche Prägungen ab.

Heike Emery, Hebamme

Andrea Strachota

Zwischen Hoffen und Bangen

Frauen und Männer berichten über Erfahrungen mit pränataler Diagnostik

2006. 224 Seiten, Fr. 35.90
Mabuse Verlag
Frankfurt/Main

Die gezielte Suche nach Auffälligkeiten beim Ungeborenen, beginnend mit «harmlosen» nicht-invasiven Verfahren, ist in den vergangenen Jahren zu einem selbstverständlichen Bestandteil der medizinischen Schwangerenbetreuung geworden. Wie erleben Eltern die pränatale Diagnostik? Welche Gedanken und Gefühle löst sie bei ihnen aus? Dieser Frage widmet sich A. Strachota, Assistentin am Institut für Bildungswissenschaft in Wien, in ihrem Buch «Zwischen Hoffen und Bangen», dessen Titel auch gleich Zusammenfassung ist.
Vor den inhaltlich und stilistisch unbearbeiteten Erfahrungsberichten betroffener Frauen und Männer werden die verschiedenen Verfahren der Pränataldiagnostik (PND) beschrieben. Zum Schluss werden die Aussagen der Erfahrungsberichte zusammenfassend kommentiert.
Das Buch stimmt nachdenklich, rüttelt auf. Ganz deutlich kommt ein Mangel an Beratung und Aufklärung zum Ausdruck, insbesondere auch in Bezug auf die potenziellen Folgen nicht-invasiver Verfahren. Dabei scheint für mich durchzudringen, dass diese Beratung idealerweise präkonzeptionell stattfinden sollte: viele Betroffene schreiben, unter Zeitdruck «wie in Trance» Entscheidungen getroffen zu haben, hinter denen sie später nur bedingt stehen konnten.
Das Buch möchte eine Entscheidungshilfe für werdende Eltern darstellen, ob sie PND in Anspruch nehmen wollen oder nicht. Darüber hinaus möchte es Fachpersonen einen Einblick in die Gefühls- und Gedankenwelt werdender Eltern geben. Ob es Erstere zu erreichen vermag, wage ich zu bezweifeln. Sehr empfehlenswert ist das Buch jedenfalls für alle, die professionell mit werdenden Eltern zu tun haben. Es besteht dringender Handlungsbedarf!

Regula Abt

www.hebamme.ch/www.sage-femme.ch

Weitere Informationen – auch zum Penaten Einschlaf-Ritual – finden Sie unter www.penaten.de

Aus Nachteulen werden jetzt kleine Langschläfer.

Penaten Baby GUTE NACHT Pflege.

Jetzt im wissenschaftlichen Test bewiesen:
Die Penaten Baby Gute Nacht Produkte mit Natural Calm™
und ein liebevolles Einschlaf-Ritual helfen Ihrem Baby,
schneller einzuschlafen und
länger durchzuschlafen.

PENATEN

SCHUTZ & GEBORGENHEIT
FÜR EIN GANZES LEBEN.

Mit Natural Calm™ – der einzigartigen Aroma Formel mit entspannender Wirkung.

Ute Melchert mit Cornelia Enning

Schwangerenschwimmen, Rückbildungsschwimmen, Frühes Babyschwimmen

2001. 114 Seiten,
viele Zeichnungen und Fotos,
Fr. 27.50
Hippokrates Verlag Stuttgart

Auf eine informative Einführung über die Vorteile der Bewegung im Wasser vor und nach der Geburt folgt ein ausführlicher Teil zum Schwangerenschwimmen (d.h. Wassergymnastik für Schwangere, nicht Geburtsvorbereitung) mit Übungen von Kopf bis Fuss, Entspannungsübungen, Gruppenspielen und Informationen zum Aquajogging. Mehrere Beispiele für den Aufbau einer Lektion runden diesen Teil ab. Fürs Rückbildungsschwimmen werden einige zusätzliche Übungen für die Bauch- und Beckenbodenmuskulatur vorgestellt.
Die Übungen sind verständlich präsentiert und mit vielen Photos und Strichzeichnungen verdeutlicht. Einige lassen sich in meiner Erfahrung nur bei einer bestimmten (nicht erwähnten und nicht immer gleichen) Wassertiefe oder mit Schwimmflügeln durchführen. Mit etwas Phantasie lassen sich aber fast alle Übungen an die gegebene Situation anpassen.
Im Vorwort schreibt die Autorin Ute Melchert, Hebamme mit langjähriger Kurserfahrung, dass das Buch «Hebammen, Geburtsvorbereiterinnen und Krankengymnastinnen Anreize geben möchte, einen Schwangerenschwimmkurs (...) aufzubauen.» Dies gelingt ihr; es ist wirklich möglich, damit aufgrund der Informationen des Buches zu starten!
Neu ist ein Kapitel zum Babyschwimmen ins Buch aufgenommen worden, verfasst von der bekannten «Wasserhebamme» Cornelia Enning. Hier werden einige bewährte Übungen vorgestellt und gezeigt, wie man Säuglinge zu Hause spielerisch aufs Babyschwimmen vorbereiten kann. Daneben fehlen auch Informationen zu den von Säuglingen beim Babyschwimmen benötigten Reflexen nicht, wobei diese Ausführungen für unerfahrene Leserinnen nicht alle ganz nachvollziehbar sein mögen.

Für die Durchführung eines Babyschwimmkurses reichen die Informationen kaum, hierzu wäre sicher der Besuch einer entsprechenden Fortbildung vonnöten. Interesse daran wachzurütteln gelingt der Autorin aber bestimmt.

Regula Abt, Hebamme

Thea Rytz

Bei sich und in Kontakt

Körpertherapeutische Übungen zur Achtsamkeit im Alltag

2005. 188 S.,
mit 32 farbigen Kärtchen,
Fr. 39.90
Hans Huber Bern

Das Buch ist eine Anleitung zu Körperübungen, welche die Selbstwahrnehmung auf drei Ebenen (sensorische Empfindungen, Gefühle, Gedanken) wieder erlernbar machen sollen. In einem beigefügten Band finden sich die Photos zu den Anleitungen, so dass damit therapeutisch gearbeitet werden kann. Da sich Menschen in der modernen Gesellschaft immer weniger in ihrem Körper wohl fühlen, sich von ihm abkehren und ihn als Folge von Gewalt und Abwertung nur noch als Objekt wahrnehmen, sind Körpertherapien notwendig, damit die Menschen sich selber wieder wahrnehmen und achtsam mit ihren Kräften und Grenzen umgehen lernen.
Der berufliche Werdegang der Autorin umfasst Tanz, Körperarbeit, Body-Mind Centering, Authentic Movement, Gestalttherapie, Feldenkrais-Methode, integrative Bewegungstherapie, Atem-, Bewegungs- und Körpertherapie sowie Contact Improvisation. Alle diese Ansätze wollen die Menschen zu einer Wahrnehmung ihres inneren Wesen führen (propriozeptive Wahrnehmung), die ihnen erlaubt, mit sich und ihrer Umgebung in respektvollen Kontakt zu treten.
Die Autorin hat in jahrelanger Tätigkeit eine in sich stimmige Therapieform gefunden, die sie in Buchform präsentiert. Dank visueller Umsetzung und einer schriftlichen Anleitung ist es möglich, sich die Übungen selber anzueignen. Obwohl Rytz vor allem mit Menschen mit Essstörungen gearbeitet hat, eignen sich die Übungen für alle Interessierten. Ziel der verbesserten Körperwahrnehmung ist es, die kulturelle Trennung von Körper, Geist und Seele aufzuheben und sich seinen Körper wieder anzueignen. Es folgen Gedanken zum Konzept der «oszillierenden Achtsamkeit». Durch Innehalten und Wahrnehmen von Gefühlen, Gedanken und Empfindungen in schwierigen Situationen, z.B. durch Beobachtung der Atmung in Momenten der Anspannung, werden wir eher richtig reagieren können als wenn wir impulsiv handeln.
Es geht in diesem Buch darum, dass Menschen lernen, wieder zu sich selber zu stehen, so wie sie sind, und sich nicht äusseren Normen zu unterwerfen. Dazu müssen sie Selbstempfindung wieder erlernen, was im Übungsteil «geübt» wird. Subtile Körperwahrnehmungsübungen vermitteln Sicherheit in der Wahrnehmung der verschiedenen Körperteile und der verschiedenen Aktivitäten wie Atmen, Sehen, Hören usw.
Mit grafischen Symbolen und Übungskarten aus dem Fotokartenbuch werden die Übungen thematisch unterteilt. Alle

können sich so ihr Programm selber zusammenstellen und diejenigen Übungen machen, die ihnen im aktuellen Zeitpunkt helfen, weiter zu sich selber zu finden. Die Autorin weist wiederholt darauf hin, dass niemand sich unter Druck bringen sollte – die Umwelt besorgt das zur Genüge. Wir sollten zu uns selber etwas liebevoller sein.
Mir gefällt die Buchidee: sich mit Hilfe von Photokarten auf ein Thema zu konzentrieren finde ich speziell gut. Ich kann das Buch allen Interessierten empfehlen.

Margrit Heller
Pflegefachfrau und Hebamme

medacta-Modelle:
mehr als Worte und Bilder...

Schultes medacta
www.schultesmedacta.de

Das geburtshilfliche Phantom

nach Prof. B. S. Schultze-Jena

Entwicklung der geburtshilflichen Situationen am Modell, auch

- **Forceps**
- **Beckenendlage**
- **Vacuum-Extraction**

Bewährt seit mehr als 100 Jahren für Ausbildung, Examen und Weiterbildung.

Schultes medacta GmbH & Co Lehrmodelle KG · Germany
Theodor-Heuss-Str. 12 · 45699 Herten · info@schultesmedacta.de
Fon +49 2366 - 3 60 38 · Fax +49 2366 - 18 43 58

Bahnhof-Apotheke Kempten Allgäu

Bewusst pflegen und leben

20 Jahre
Original D® Aromamischungen

Kongress:
13. und 14. Juni 2008
Kornhaus Kempten

Programm: www.bahnhof-apotheke.de
Anmeldungen unter:
Telefon: 0049 (0)8 31 - 5 22 66 - 18
seminar@bahnhof-apotheke.de

Bahnhof-Apotheke · Bahnhofstr. 12 · Kotterner Str. 81 · D - 87435 Kempten - Allgäu
Tel.: 0049 (0)8 31 - 5 22 66 11 · Fax: 08 31 - 5 22 66 26 · www.bahnhof-apotheke.de

FÜNFLINGE, GESUND UND MUNTER

Die Hebamme.ch und alles rund um die Geburt.

Stellen- und Kommerzinserate

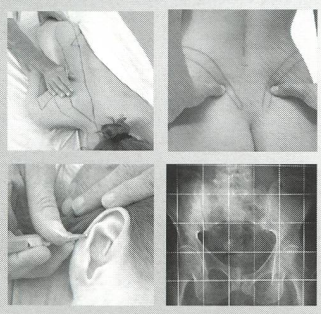
künzlerbachmann medien

KünzlerBachmann Medien AG . Geltenwilenstrasse 8a . CH-9001 St.Gallen . T 071 226 92 92 . F 071 226 92 93 . info@kbmedien.ch . www.kbmedien.ch

EUROPÄISCHE PENZEL-AKADEMIE®
Willy-Penzel-Platz 1–8 • D-37619 Heyen bei Bodenwerder
T: +49 55 33/97 37 0 F: +49 55 33/97 37 67 • www.apm-penzel.de

Ihr Traumberuf: Hebamme – selbstverständlich!

AKUPUNKT-MASSAGE nach Penzel unterstützt mit natürlichen Mitteln die natürlichste Sache der Welt.



- Meridianmassage
- Energielehre
- Akupunkturpunkte
- Narbenpflege
- Wirbelsäulentherapie
- Gelenkmobilisation
- Ohr-Befunderhebung
- Schwangerschaftsbegleitung
- Geburtsvorbereitung
- Spannungsausgleichmassage

中華按摩®

Die APM-Ausbildung entspricht den EMR-Richtlinien zur Anerkennung von Praxen.

Jetzt anfordern!

Ausbildungsinformationen in der Schweiz bei
Herrn Fritz Eichenberger, Gerichtshausstrasse 14, CH-8750 Glarus
Telefon 055 650 13 00, Fax 055 640 84 77

neuer Kursort in CH: St. Niklausen OW

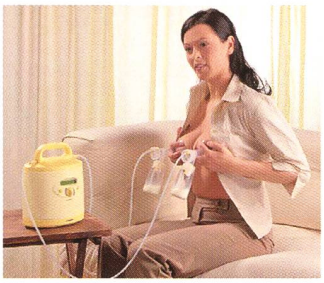
Brustpumpen

Erfolgreich Muttermilch abpumpen

Christa Müller-Aregger, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Medela AG

«Muttermilch ist das wertvollste Gut, das eine Mutter ihrem Neugeborenen verabreichen kann». Diese Philosophie bildet den Grundpfeiler der Medela AG, welche für ihre innovativen, auf die Bedürfnisse der Mutter abgestimmten Brustpumpen weltweit bekannt ist. Die Gründe für den Einsatz einer Brustpumpe sind vielfach und reichen von Trennung von Mutter und Kind bis zum Wiedereinstieg in den Berufsalltag.

Die 2-Phasen-Technologie der Medela-Brustpumpen basiert auf Forschung. Die Anatomie der laktierenden Brust, die nach mehr als 160 Jahren aufgrund von Forschungsergebnissen der Medela AG revidiert werden musste, gibt Hinweise auf das korrekte Abpumpen.



Rund 65% des gesamten Drüsengewebes der Brust ist im Radius von zirka 3 cm ab der Basis der Mamille angelegt. Die Milchgänge verzweigen sich bereits an der Basis der Mamille und nicht, wie bisher angenommen, tiefer in der Brust. Eine korrekt sitzende Brusthaube verhindert das Abdrücken der Milchgänge während dem Abpumpen, so dass ein optimales Entleeren der Brust und ein maximales Ergebnis ermöglicht wird.

Kriterien für eine korrekt sitzende Brusthaube:

- Die Mamille bewegt sich frei im Tunnel der Brusthaube vor und zurück.
- Kein oder nur wenig Gewebe des Brustwarzenhofes wird in den Tunnel der Brusthaube gezogen.
- Sanfte, rhythmische Bewegungen sind ausserhalb der Brusthaube bei jedem Pumpzyklus zu beobachten.
- Die Mamille ist während des gesamten Abpumpens schmerzfrei.
- Die Brust ist nach dem Abpumpen rundum gut entleert.

Die Folgen des nicht korrekten Abpumpens sind gravierend: Schmerzende, evtl. gar verletzte Mamillen sowie schlechter Pumpertrag verursachen Stress und eine ungenügende Entleerung der Brust. Nicht abgefragte Milch verursacht einen Rückgang der Milchproduktion, was in den meisten Fällen das Ende der Stillzeit bedeutet und zum Abstillen führt.

Die Lösung für Probleme beim Abpumpen liegt vor allem in der Auswahl der richtigen Grösse der Brusthaube, individuell nach den Bedürfnissen der Mutter. Um diese Bedürfnisse erfüllen zu können, bietet die Medela AG ein Sortiment verschieden grosser Brusthauben an. Die **PersonalFitTM Brusthauben** sind mit einem Tunneldurchmesser von 21, 24, 27, 30 und 36 mm im Fachhandel oder direkt bei der Medela AG erhältlich.

Die Medela AG bietet für Fachpersonalgruppen Schulungseinheiten zum korrekten, effizienten Abpumpen der Muttermilch und zu anderen Themen an. Für weitere Auskünfte, Bestellungen oder für die Buchung von Schulungsterminen wenden Sie sich bitte an Tel. 0848 633 352 oder an christa.muller@medela.ch

Ein Beruf mit Zukunft

Heilpraktikerin

Die im Jahr 1993 gegründete Verimeer Heilpraktiker- und Naturarztschule in Schopfheim zeichnet sich durch ein flexibles und persönliches Ausbildungskonzept aus. Theoretisches Wissen und praktische Anteile in der Ausbildung stehen hier in einem ausgewogenen Verhältnis.

Bei Verimeer werden berufsbegleitende Abendkurse und Vollzeitausbildungen in einem lebendigen und hochqualifizierten Umfeld angeboten. «Vorrangiges Ziel ist der erfolgreiche Abschluss, ganz besonders aber auch die solide Vorbereitung auf den Beruf», sagt Schulleiter Alfred Metzenroth. Kerngedanke sei der Dialog mit den Schülerinnen und Schülern. Dieser werde unter anderem durch eine Kursgrösse von maximal 14 Personen ermöglicht.

Das Konzept hat sich als erfolgreich erwiesen. 75 bis 85 Prozent aller Schülerinnen und Schüler bestehen die Prüfung im ersten Anlauf. Das umfangreiche Weiterbildungsprogramm wird zum Herbst nochmals erweitert. Zu dem bereits bestehenden Angebot kommen nun auch Ausbildungsgänge für Ernährungsberatung, Aromatherapie und in traditioneller Thai Massage (Nuad Boran Thai) hinzu.

Durch die Zusammenarbeit mit dem Gesundheits-Zentrum Verimeer in Schopfheim können darüber hinaus attraktive Praktikumsplätze angeboten werden, die einen Einblick in die vielfältigen Aufgaben des Heilpraktikers gewähren. Die Praktikanten betreuen Patienten und werden von erfahrenen Therapeuten in Führung, Organisation und Aufbau einer Heilpraktikerpraxis geschult.

Die nächste berufsbegleitende Ausbildung beginnt im März 2008. Interessierte können sich noch zum berufsbegleitenden Abendkurs anmelden. Sie haben bereits medizinische Kenntnisse und möchten HeilpraktikerIn werden? Für Sie besteht die Möglichkeit des Quereinstiegs in eine der laufenden Klassen.

Alfred Metzenroth steht unter Tel. 0049 7622 7604 zu Fragen rund um den Beruf des Heilpraktikers gerne zur Verfügung.

Gesundheitszentrum Verimeer, Scheffelstrasse 14, D-79650 Schopfheim, Telefon: 07622 -66 98 08
info@verimeer.com
www.verimeer-gesundheitszentrum.de

83473 WUNDERKINDER JÄHRLICH:

Die Hebamme.ch und alles rund um die Geburt.

Stellen- und Kommerzinserate

künzlerbachmann medien

KünzlerBachmann Medien AG
Geltenwilenstrasse 8a . CH-9001 St.Gallen
T 071 226 92 92 . F 071 226 92 93
info@kbmedien.ch . www.kbmedien.ch

PHILIPS

AVENT

Philips AVENT Prize on Breastfeeding 2007-2009 1st World Edition

In Zusammenarbeit mit der italienischen Gesellschaft für perinatale Medizin (SIMP)

Zahlreiche Studien und Forschungsprojekte belegen die Vorteile des Stillens für Mutter und Kind. Um herausragende wissenschaftliche Arbeiten und Förderungsprojekte in diesem Bereich zu würdigen, ruft Philips AVENT erstmals den „Philips AVENT Prize on Breastfeeding 2007-2009 1st World Edition", die erste weltweit vergebene Auszeichnung für Still-Forschung und -Förderung ins Leben. Der Preis richtet sich an angehende Ärzte, Kinderärzte, Neonatologen, Gynäkologen, Geburtshelfer, Hebammen, Kinderkrankenschwestern, Stillberater und staatlich geprüfte Krankenschwestern weltweit, die das Stillen durch ihr aktives Engagement fördern, schützen und unterstützen.

Sie möchten Ihr Projekt gerne einreichen? Die Anmeldeunterlagen und Teilnahmebedingungen können Sie per E-Mail unter **philipsaventworldprize@philips.com** anfordern.

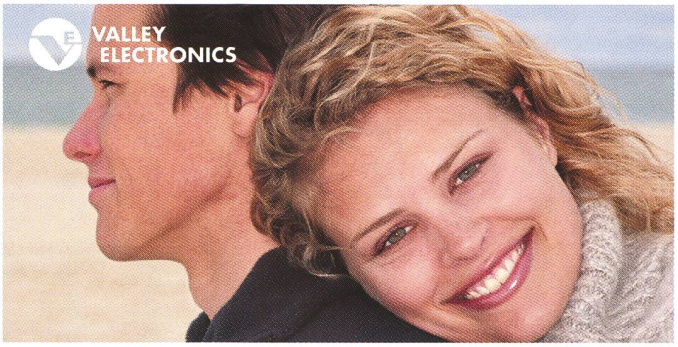
Ihren Philips AVENT Medical Profession Ansprechpartner erreichen Sie unter
Deutschland: 06356 989792 Österreich: 02230 710 73 Schweiz: 056 266 56 56
www.philips.com/AVENT

Philips AVENT Welt-Stillpreis

Der Preis wurde auf dem 8. Weltkongress für perinatale Medizin in Florenz 2007 im Rahmen der Fachveranstaltung „Optimal Nutrition of the Newborn Infant" (CS34) vorgestellt.

WCPM

9849(DE_A_CH)A4#1



Lady-Comp

Die natürliche, sichere und weiblichste Methode zum Verhüten

sicher
schnell
zuverlässig

Wenn moderne, wohl informierte Frauen heute verhüten, dann kommen sie am Pearl-Index nicht vorbei. Er ist das Mass für die Sicherheit einer Verhütungsmethode. Gemeinhin sagt man natürlichen Verhütungsmethoden nach, einen Pearl-Index von 3 nicht unterschreiten zu können.

Wir bieten Besseres: Für unseren Lady-Comp wurde in einer wissenschaftlichen Studie ein Pearl-Index von 0,7 ermittelt. Er kann sich mit den sichersten Verhütungsverfahren messen. Wie ist das möglich?

Die Forscher von Valley Electronics haben Hunderttausende von Zyklen ausgewertet, um das Grundwissen für diesen Verhütungscomputer zusammenzustellen. Vor diesem Hintergrund wertet der Lady-Comp die Messdaten der Anwenderin aus. Je öfter sie misst, desto schneller lernt er ihren ganz persönlichen Zyklus kennen.

So einfach geht es:

Sie messen mit dem Temperaturfühler jeden Morgen 50-60 Sekunden lang die Aufwachtemperatur unter der Zunge und geben gegebenenfalls noch Ihre Menstruation ein. Fertig! Lady-Comp gibt Ihnen zuverlässig grünes (= unfruchtbar) oder rotes (= fruchtbar) Licht für die nächsten 24 Stunden.

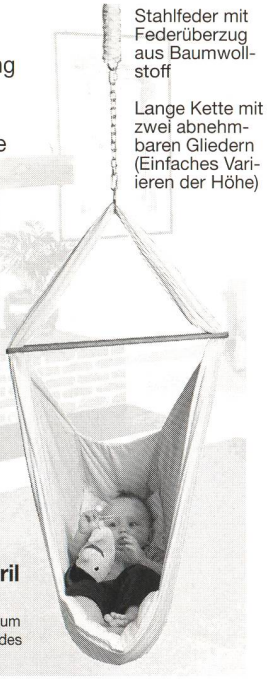
VE Valley Electronics AG **www.ladycomp.ch**

Hornbachstrasse 50
CH-8008 Zürich
Tel +41 44 389 84 33
Fax +41 44 389 84 00
ladycomp@bluewin.ch

Produkt des Jahres 2007 in Frankreich
Original Federhängewiege ***"Baby-JoJo"***

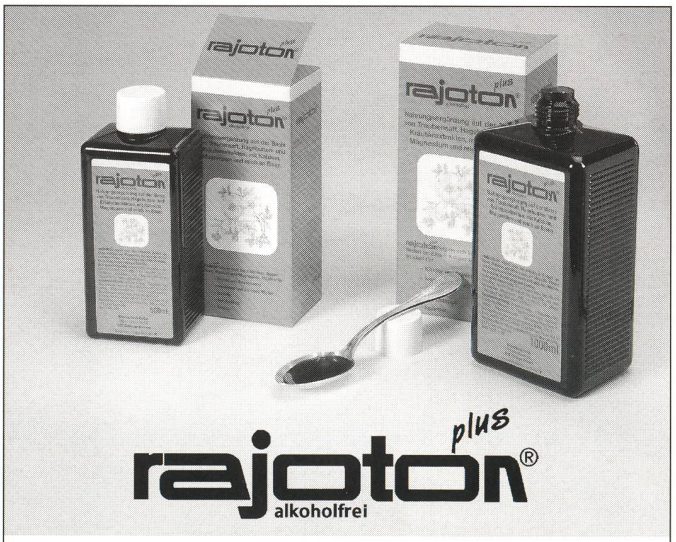
- Der Baby-JoJo und die Matratze passen sich der natürlichen Haltung des Babys an.
- Unterstützt durch die sanften Schwingungen (Stahlfeder) und die schützenden Seitenwände fühlt sich das Baby so wohl wie im Bauch der Mutter.
- Lindert Koliken und Blähungen
- Gute Erfolge auch bei schwer beruhigbaren Babys
- Natürliche, waschbare Materialien
- Einfache Montage
- Inklusive Matratze, Matratzenanzug und 2 Befestigungssets
- Zahlreiche Krippen, Spitäler und andere Fachleute arbeiten täglich mit dem Baby-JoJo
- Hergestellt in der Schweiz/EU

Spezialpreis für Krippen, Hebammen und Spitäler, % im April



TÜV PRODUCT SERVICE GS geprüfte Sicherheit

Kängurooh Company GmbH, Maur
Tel.: 043 / 399 03 44 Fax: 043 / 399 03 45
E-Mail: kaengurooh@smile.ch
Infos unter: **www.kaengurooh.com**



- **Stärkungsmittel mit langjähriger Tradition, zur erfolgreichen Unterstützung während der Schwangerschaft und in der Stillzeit**
- **reich an Eisen, Kalzium, Magnesium und Vitamin C**
- **mit ausgesuchten Kräuterextrakten**

rajoton plus alkoholfrei — Bitte senden Sie mir mehr Informationen:

Name:
Strasse:
PLZ/Ort:
Beruf:

seit 1910

Kräuterhaus Keller Herboristerie
1227 Carouge-Genève
Tel. 022 300 17 34, Fax 022 300 36 79