

Stilltreff !

Jeden Montag und Donnerstag findet von 13:00 - 14:00 Uhr im Stillzimmer eine Stillsprechstunde statt.

Sie werden von unseren ausgebildeten Stillberaterinnen zu allen Fragen zum Thema „Stillen“ ausführlich informiert und beraten.

Auch nach Ihrem Aufenthalt bei uns können Sie gerne am Stilltreff teilnehmen!!

**Ansprechpartner Station 8:
Schwester Sibylle und Schwester Renate
Telefon: (030) 30 35 - 31 41**



Schwangerengymnastik und -schwimmen, Babyschwimmen

Schwangerengymnastik und -schwimmen:
Rezept erforderlich

Babyschwimmen – fester Kurs über 8 Wochen
dienstags oder donnerstags Nachmittag,
8 x ½ Std. Wasserzeit, je 8 EUR für Kind mit Begleitperson
Kursgebühr gesamt: 64 EUR
Minis: 3 Monate bis 1 Jahr
Maxis: 1 Jahr

**Anmeldung über die ambulante Physiotherapie:
Frau Dahneck, Telefon: (030) 30 35 - 35 06**

www.drk-kliniken-berlin.de

DRK Kliniken Berlin | Köpenick
Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe
Chefarzt: Dr. med. Jörg Schreier
Salvador-Allende-Straße 2 - 8
12559 Berlin

Telefon: (030) 30 35 - 33 26
Fax: (030) 30 35 - 33 07
E-Mail: frauenklinik@drk-kliniken-koepenick.de



Einrichtungen der
DRK-Schwesternschaft Berlin e.V.

KO-776-100310_803009



Ein Baby kommt zur Welt – Tipps für Mütter

- Hebammenliste
- Anmeldung zur Geburt
- Stillberatung
- Schwangerengymnastik und -schwimmen
- Babyschwimmen

Hebammen

		Geburtsvor- bereitung	Akupunktur	Homöopathie	Nachsorge	Rückbildung	
Katharina Brandtner	(030) 64 09 42 39, (0178) 133 17 05	im Haus	•	•	•		Treptow, Köpenick, östliches Umland
Kirstin Mertsching	(03 37 62) 81 89 40, (0163) 675 57 05	in Eichwalde	•	•	•	•	Köpenick, südwestliches Umland von Berlin, Schulzendorf
Christiane Scharf	(030) 64 09 13 31, (0172) 304 76 83	in Friedrichs- hagen	•	•	•	•	Köpenick, Treptow, östliches Umland
Heike Barth	(030) 991 82 39, (0177) 626 85 48		•	•	•		Köpenick, Treptow, Hellersdorf, Marzahn
Cornelia Schulze	(030) 553 06 71		•	•	•		Lichtenberg, Treptow
Carmen Naumann	(030) 34 39 86 62, (0176) 96 26 44 82		•	•	•		Treptow, Köpenick
Barbara Peter	(030) 970 45 06	für Großeltern	•	•			Hohenschönhausen, Waldesruh
Hanna Paschek	(0162) 591 81 66	im Haus	•	•	•		Köpenick, Lichtenberg

Beleghebammen

Claudia Knabe	(0171) 218 23 81
Rebecca Güssow	(0177) 275 28 03
Susanne Grundmann	(0174) 324 44 54

Beleghebammen des Geburtshauses Müggelsee

Scheerien Arp	(030) 34 62 35 83, (0162) 187 38 63
Anna Homann	(0163) 286 72 37
Marion Kublik	(030) 566 45 94, (0172) 395 48 48

Voranmeldung zur Geburt

Bitte melden Sie sich in unserem Kreißaal ab der 35. Schwangerschaftswoche zur Geburt an.

Es werden sämtliche Papiere für die Geburt vorbereitet, alle Ihre Fragen beantwortet, und Sie können sich natürlich auch den Kreißaal ansehen.

Telefonische Terminabsprache unter:

DRK Kliniken Berlin | Köpenick
Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe - Kreißaal
Salvador-Allende-Straße 2 - 8, 12559 Berlin

Telefon: (030) 30 35 - 31 70

Stillen – ja oder nein?

Muttermilch ist von Anfang an das Beste für Ihr Baby!

- Stillen fördert die Mutter-Kind-Beziehung
- Bonding direkt nach der Geburt
- Muttermilch ist optimal auf Ihr Kind abgestimmt
- Muttermilch ist leicht verdaulich
- die Abwehrstoffe in der Muttermilch schützen Ihr Kind vor Infektionen
- Muttermilch ist richtig temperiert und keimarm
- Muttermilch senkt das Allergierisiko
- Muttermilch ist immer verfügbar, sie ist preiswert und umweltfreundlich

Stillen sorgt für eine schnellere Rückbildung der Gebärmutter sowie eine schnellere Ausleitung der Wassereinlagerungen. Durch den höheren Kalorienverbrauch beim Stillen wird das Verschwinden der Fettpölsterchen an Bauch und Hüfte beschleunigt.

Unsere Schwestern und das Pflegepersonal unterstützen Sie gern beim Anlegen des Babys

- möglichst frühzeitig Kind zur Brust
- viel Brust in den Mund des Kindes
- Mutter und Kind liegen Bauch an Bauch
- Ohr-Schulter-Hüfte eine Linie
- entspannte, bequeme Haltung der jungen Mutter
- Stillen nach Bedarf, möglichst nicht zufüttern
- in der Anfangszeit Saugirritationen durch andere Sauger vermeiden (Nuckel etc.)

Ein gesundes Neugeborenes das 1-5 volle Windeln am Tag „produziert“, bekommt ausreichend Muttermilch.

Muttermilch ist für jedes Kind wichtig **aber** auch eine Mutter, die nicht stillen kann, ist eine gute Mutter! Geben Sie Ihrem Kind viel Körperkontakt und Zuwendung.