



Von Anfang an  
**in guten Händen**

**Sana Kliniken Duisburg**  
Klinik für Frauenheilkunde und  
Geburtshilfe  
Zu den Rehwiesen 9  
47055 Duisburg

**Chefarzt**  
Prof. Dr. med. Markus Schmidt  
Telefon: 0203/733-2201  
E-Mail: [markus.schmidt@sana.de](mailto:markus.schmidt@sana.de)

**Sekretariat**  
Christiane Gudd  
Telefon: 0203/733-2201  
Fax: 0203/733-2202  
E-Mail: [christiane.gudd@sana.de](mailto:christiane.gudd@sana.de)

**Privatsprechstunde**  
Terminvereinbarung  
Telefon: 0203/733-2201

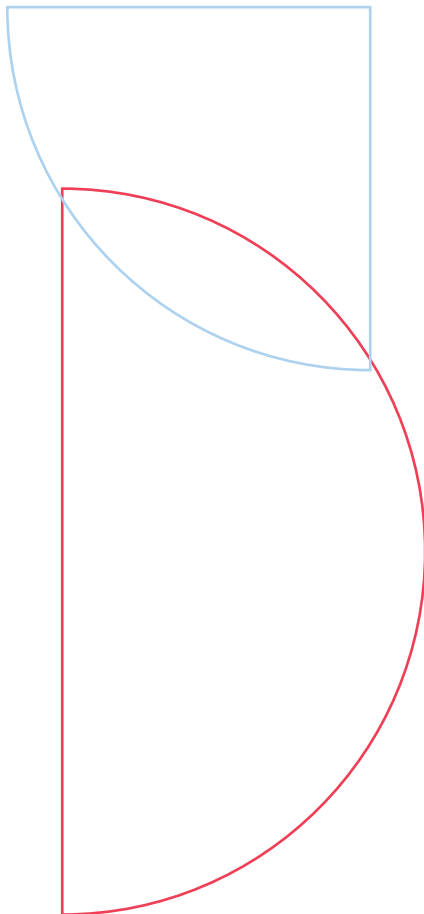
**Kreißsaal**  
Telefon: 0203/733-2210  
Fax: 0203/733-2232  
E-Mail: [geburtshilfe.duisburg@sana.de](mailto:geburtshilfe.duisburg@sana.de)  
Vereinbaren Sie hier sämtliche Termine rund  
um die Geburt.

**Elternschule**  
Telefon: 0203/733-2901

**Geburtshilfestation**  
Telefon: 0203/733-2213

**Empfang und Information**  
Telefon: 0203/733-0

**MVZ Duisburg-Süd  
Zweigpraxis**  
Pränatalmedizin „unisono“  
Telefon: 0203/733-2241  
Fax: 0203/733-2202  
Vereinbaren Sie hier sämtliche  
pränataldiagnostischen Termine.



## Inhaltsverzeichnis

|                                 | ab Seite |
|---------------------------------|----------|
| <b>Wir über uns</b> .....       | 4        |
| <b>Die Geburt</b> .....         | 12       |
| <b>Ihr Aufenthalt</b> .....     | 22       |
| <b>Nach der Geburt</b> .....    | 28       |
| <b>Rund um die Geburt</b> ..... | 34       |

### Wir sind für Sie da!

Unser Team der Frauenheilkunde und Geburtshilfe ist immer an Ihrer Seite und begleitet Sie von der Familienplanung und Schwangerschaft bis zur Betreuung rund um die Geburt. Besuchen Sie uns unter [www.sana-duisburg.de](http://www.sana-duisburg.de)





# Wir über uns



# Liebe werdende Eltern,

Schwangerschaft und Geburt sind sicherlich zwei der bedeutendsten Ereignisse unseres Lebens. Diese Zeit zeichnet sich durch Erwartungen und Hoffnungen, aber auch durch Unsicherheiten und Ängste aus. Neben der kompetenten Fürsorge durch die betreuenden Ärzt\*innen und Hebammen hat daher insbesondere die Wahl der Geburtsklinik eine besondere Bedeutung. **Unser Team hat es sich zur Aufgabe gemacht, Sie und Ihr Baby vollumfänglich zu betreuen:** in der Zeit der Schwangerschaft, während der Geburt bis zur Nachsorge bei Ihnen zu Hause.

**Wir ermöglichen Ihnen eine Geburt in angenehmer sowie entspannter Atmosphäre. Dabei ist uns wichtig, Ihnen das Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit zu geben.** Zudem beantworten wir alle pränataldiagnostischen Fragen. Auch bei der Betreuung von Risikoschwangerschaften ist es unser Anspruch, Ihnen eine Geburt in angenehmer, entspannter Atmosphäre mit dem Gefühl von absoluter Sicherheit und Geborgenheit zu ermöglichen. **Hierzu bietet unser optimal ausgestattetes Perinatalzentrum Level I ideale Voraussetzungen.** Falls also einmal eine Risikosituation auftreten sollte, ist ein komplettes, gut ausgebildetes Team von Hebammen, Geburtshelfer\*innen, Kinderärzt\*innen und Anästhesist\*innen rund um die Uhr für Sie und Ihr Baby da.

Unsere unterschiedlichen Sprechstunden und die Kursangebote unserer Elternschule geben Ihnen alle wichtigen Informationen an die Hand und ermöglichen es Ihnen, unser Team kennenzulernen. Gerne begrüßen wir Sie bei unseren Kursen oder zu den Informationsabenden.

**Wir freuen uns auf Sie und Ihr Baby** und wünschen Ihnen eine angenehme Schwangerschaft sowie eine sichere Geburt, an die Sie sich gerne zurückerinnern.



Ihr Prof. Dr. med. Markus Schmidt

## Eine unbeschwerte Geburt

Die Geburt eines Kindes gehört zu den schönsten Erlebnissen des Lebens.



**Prof. Dr. med. Markus Schmidt**  
Chefarzt  
Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe, DEGUM II  
**Schwerpunkt:**  
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin



**Dr. med. Florian Sina**  
Leitender Oberarzt  
Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe, DEGUM II

**Schwerpunkt:**  
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin



**Manuela Cymek**  
Leitende Hebamme

# Pränatalmedizin „unisono“ im MVZ Süd Duisburg



Wir bieten in unserer Praxis „unisono“ werdenden Eltern und ihren ungeborenen Kindern das gesamte Spektrum der nicht-invasiven und invasiven Pränataldiagnostik.



Ein wichtiger Schwerpunkt unserer Arbeit liegt auf unserer **Ultraschallsprechstunde**, bei der wir unter anderem die Organdiagnostik im ersten und zweiten Trimenon anbieten. Außerdem führen wir **Dopplerultraschalluntersuchungen** durch, mit deren Hilfe wir die Blutversorgung Ihres Kindes untersuchen können.

Neben der nichtinvasiven Pränataldiagnostik führen wir **Fruchtwasseruntersuchungen** (Amniozentesen), **Probeentnahmen aus dem Mutterkuchen** (Chorionzottenbiopsien) und **Nabelschnurpunktionen** durch. Die Auswertung erfolgt in enger Zusammenarbeit mit der Humangenetik, der Blutbank sowie den Mikrobiolog\*innen und Virolog\*innen.

Unser Fokus liegt vor allem auf einer **intensiven Beratung der werdenden Eltern**,

insbesondere dann, wenn Risiken für die Schwangerschaft oder Erkrankungen des ungeborenen Kindes vorliegen.

In diesen Fällen können wir in Kooperation mit den Kinderärzt\*innen und anderen Fachärzt\*innen in Spezialsprechstunden beraten.

Zudem unterstützen uns Genetiker\*innen wie auch die **psychosoziale Beratungsstelle**.

## Terminvereinbarung

Telefon: 0203 / 733-2241

## Ansprechpartner\*innen



**Prof. Dr. med. Markus Schmidt**

Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe

**Schwerpunkt:**  
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin  
Qualifikation DEGUM II – pränatale Sonographie



**Dr. med. Florian Sina**

Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe

**Schwerpunkt:**  
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin  
Qualifikation DEGUM II – pränatale Sonographie



**Dr. med. Julia Klyszcz**

Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe

**Schwerpunkt:**  
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin  
Qualifikation DEGUM II – pränatale Sonographie





Wir gehen für Sie auf  
„Nummer sicher“

Unser Team der Geburtshilfe begleitet Sie und Ihr Baby während der Schwangerschaft, bei der Geburt und im Anschluss. Unser Perinatalzentrum bietet Ihnen die Verbindung einer harmonischen Geburt bei maximaler Sicherheit.

### Perinatalzentrum Level 1

Ein Perinatalzentrum (perinatal = um die Geburt herum) zeichnet sich dadurch aus, dass alle an der Geburt beteiligten Fachdisziplinen – von der Geburtshilfe über die Anästhesie (Narkosemedizin) bis zur Neonatologie (Neugeborenenheilkunde) – unter einem Dach zusammenarbeiten.

In unserem zertifizierten Perinatalzentrum Level 1 steht für Sie zu jeder Zeit ein komplettes Team bereit. Neben den Hebammen sind rund um die Uhr Geburtshelfer\*innen, Narkoseärzt\*innen, Kinderärzt\*innen sowie OP-Personal anwesend. Dadurch sind Sie in jeder Situation bestens versorgt.

Unser Haus bietet harmonisch eingerichtete Entbindungszimmer und Operationsräume. Der Frühgeborenen- und Intensivbereich der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin ist direkt benachbart auf einer Ebene. Sollte es doch einmal notwendig sein, dass ein Neugeborenes kinderärztlich behandelt werden muss, so kann es in unmittelbarer Nähe zur Mutter betreut werden. So vermeiden wir die Trennung von Mutter und Kind durch einen Transport in eine andere Klinik.

### Unser Perinatalzentrum

Persönlich und kompetent bei maximaler Sicherheit.  
Sie erreichen uns jederzeit unter der Telefonnummer 0203/733-2210



# Die Geburt





# Wir heißen Sie herzlich willkommen



**Termine** nach vorheriger Anmeldung und Überweisung durch Frauenärzt\*innen. Bitte melden Sie sich direkt im Kreißaal an unter: 0203/733-2210 oder via [geburtshilfe.duisburg@sana.de](mailto:geburtshilfe.duisburg@sana.de)

## Infoabende

Unsere Infoabende mit Kreißaalführungen finden jeden ersten und dritten Dienstag im Monat um 18 Uhr statt, Treffpunkt ist der Hörsaal im Erdgeschoss der Klinik, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Zudem haben Sie die Möglichkeit, sich unsere Kreißsäle digital über folgenden Link anzusehen:

<https://www.sana.de/duisburg/medizin-pflege/frauenheilkunde-und-geburtshilfe>



Hier erhalten Sie umfassende Informationen rund um die Schwangerschaft und Geburt. Im Anschluss laden wir Sie zu einer Führung durch unsere Räumlichkeiten wie den Kreißaal, die Wochenstation und die Kinderklinik ein. Für Ihre Fragen stehen Ihnen Ärzt\*innen der Geburtshilfe und der Kinderklinik sowie Hebammen zur Verfügung.

## Unser besonderes Angebot für werdende Mehrlingseltern

Speziell für werdende Mehrlingseltern bieten wir viermal im Jahr einen besonderen Infoabend mit Kreißaalführung an. Die Mehrlingsabende finden jeden zweiten Dienstag im Quartal um 18 Uhr statt.



**Sandra Hermanns**  
Oberärztin

## Geburtsplanung

Zwischen der 34. und 36. Schwangerschaftswoche ist der beste Zeitpunkt, um die anstehende Geburt mit den Kreißsaaloberärzt\*innen und den Hebammen zu planen.

In einem ausführlichen Gespräch erfassen wir Ihren bisherigen Schwangerschaftsverlauf, besprechen eventuelle Fragen zur bevorstehenden Geburt, nehmen Kontaktdaten auf und führen eine Ultraschalluntersuchung durch.



**Dr. med. Ute Rehbock**  
Oberärztin



# Unser Wehenzimmer

Auch unser Wehenzimmer ist freundlich gestaltet und bietet allen Komfort der Geburtsräume. Hier können Sie sich in der frühen Geburtsphase aufhalten.



Unser Kreißsaalteam ist für Sie da und führt zum Beispiel CTG-Kontrollen durch oder trifft mit Ihnen Vorbereitungen im Falle eines Kaiserschnitts. Bei nahezu jeder Schwangeren wird früher oder später ein CTG (CardioTokoGramm) geschrieben – häufig etwa ab der 30. Schwangerschaftswoche. Mit dem CTG messen Hebammen oder Ärzt\*innen gleichzeitig die Herzöne Ihres Kindes und Ihre Wehentätigkeit. Außerdem können mit modernen CTG-Geräten auch Ihr Blutdruck, Puls und die Sauerstoffsättigung sowie Bewegung Ihres Kindes überwacht werden. Es wird überprüft, ob das Herz Ihres Kindes möglicherweise etwas zu schnell oder zu langsam schlägt und wie es auf Wehen reagiert. Das zeigt uns, ob Ihr Baby permanent gut mit Sauerstoff versorgt ist.

Beim CTG legt die Hebamme Ihnen einen Bauchgurt mit zwei Messfühlern um. Während der Untersuchung liegen Sie am besten auf der Seite oder sitzen auf einem speziellen Stuhl. Zusätzlich verfügen wir auch über ein kabelloses CTG-Gerät. Die untere Kurve stellt die mütterlichen Wehen dar, während die obere Kurve zeigt, wie das kindliche Herz reagiert.



# Unsere vier Kreißsäle

## Einfach zum Wohlfühlen

Glücklicherweise verlaufen die meisten Geburten vollkommen komplikationslos. Um aber auch auf plötzliche Risikosituationen jederzeit optimal reagieren zu können, ist jedes unserer Entbindungszimmer auf alle Eventualitäten vorbereitet. Operationsräume sowie die Kinderintensiv- und Frühgeborenenstation befinden sich in unmittelbarer Nähe.

Die Kreißsäle sind mit Badewannen ausgestattet und bieten viele weitere Möglichkeiten und genügend Raum für individuelle Geburtsvorstellungen.



Fühlen Sie sich frei, Ihre Wünsche zu äußern. Sprechen Sie uns einfach an!



## Im Zeichen des Zebras

Auf Wunsch steht Ihnen zudem unser „Zebrakreißsaal“ zur Verfügung. Dieser ist in den Farben Blau und Weiß mit dem Logo des MSV Duisburg gestaltet. Alle Kinder, die hier geboren werden, erhalten als Geschenk einen Stofftier-Ennatz und eine kostenfreie Mitgliedschaft des MSV Duisburg.



# Unser Hebammen-Team freut sich auf Sie

Sie erreichen unser Kreißsaalteam  
unter: 0203/733-2210 oder per  
E-Mail: [geburtshilfe.duisburg@sana.de](mailto:geburtshilfe.duisburg@sana.de)

Wir Hebammen sind für Sie da! Bereits während der Schwangerschaft stehen wir Ihnen für Ihre Fragen rund um die Geburt Ihres Babys zur Verfügung. Bei unseren Infoabenden können Sie mit uns einen Rundgang durch unsere Kreißsäle erleben. Wir freuen uns darauf, Sie persönlich kennenzulernen und in dieser wichtigen Phase begleiten zu dürfen.

## Hebammenhilfe vor und nach der Geburt

Auch nach einer Klinikentbindung haben Sie Anspruch auf Hebammenhilfe zu Hause. Hausbesuche können je nach Bedarf nach der Entlassung aus der Klinik bis zum zehnten Tag nach der Geburt täglich in Anspruch genommen werden. Bis zu acht Wochen nach der Geburt kann die Hebamme noch zusätzlich 16 Wochenbettbesuche durchführen. Sie wird eine hilfreiche Begleiterin in Ihrer neuen Familiensituation sein und bei auftretenden Fragen und Problemen Hilfe und Rat geben.

Die Kosten übernimmt die Krankenkasse. Zur Betreuung gehören Beratung zur Ernährung und Hygiene im Wochenbett, Wundheilung und Rückbildung, Pflege und Umgang mit dem Neugeborenen, Hilfe beim Stillen und Stillproblemen.

### Wählen Sie Ihre Hebamme für die Vor- und Nachsorge

**Joanna Modlinski**  
47443 Moers  
Telefon: 02841/46031

**Marzena Danczyk**  
47055 Duisburg  
Telefon: 0177/7913909

**Ilenia Catone**  
47055 Duisburg  
Telefon: 0176/62990162







Ihr Aufenthalt



# Wie viel Raum ist Ihnen wichtig?

Unsere Geburtshilfestation bietet ein modernes Ambiente mit hellen und modern gestalteten Zimmern. Alle Zimmer verfügen über eigene Bäder und bieten viel Platz.

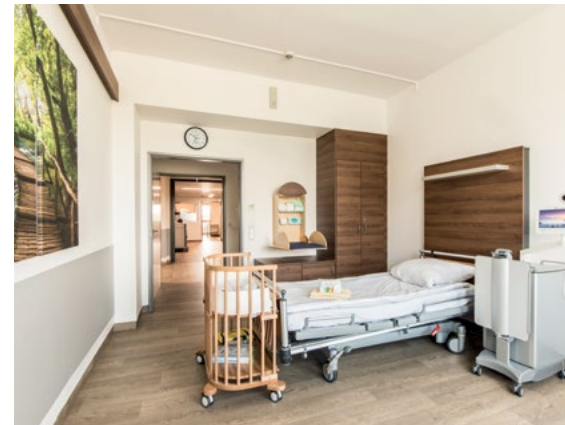


## Familienzimmer

Als besonderes Angebot möchten wir Ihnen unsere Familiensuite vorstellen. Diese ist als Wahlleistung zusätzlich buchbar. Hier können Sie als Eltern die ersten Tage mit Ihrem Kind und einem Geschwisterkind verbringen. Die Suite verfügt über ausreichend Platz für die ganze Familie inklusive Sitz-/Loungebereich und ein Zustellbett für das Geschwisterkind.



**Zimmer**  
auf unserer Geburtshilfestation



**Komfort-Wahlleistungszimmer**  
als Zweibett- und Einzelzimmer

## Komfort-Wahlleistungszimmer

Ein integrierter Wahlleistungsbereich mit Zweibett- und Einzelzimmern lässt keine Wünsche offen. Die Zimmer sind hochwertig ausgestattet und bieten eine wohnliche Atmosphäre.

## Familienzimmer

Auf unserer Geburtshilfestation bieten wir Ihnen Familienzimmer, in denen Sie die ersten Stunden und Tage nach der Geburt gemeinsam mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin und Ihrem Baby intensiv zusammen genießen können.

Gerne können Sie dies als **kostenpflichtige Wahlleistung** in Anspruch nehmen, wenn die entsprechenden Zimmer zur Verfügung stehen. Sprechen Sie uns hierzu bitte einfach an.

## Zimmerauswahl

Mit unseren Zimmervarianten möchten wir Ihnen die passende Lösung für Ihre individuelle Situation anbieten.

**Sprechen Sie uns gerne an.**



## Frühstücksraum

Am Morgen erwartet Sie ein leckeres Frühstücksbuffet im Frühstücksraum der Station. Sobald Sie möchten, können Sie dieses in Anspruch nehmen. Als **kostenpflichtige Wahlleistung** bieten wir auch Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin die Teilnahme am Frühstücksbuffet an.

Fragen Sie bitte unsere Mitarbeitenden auf der Station.





# Nach der Geburt





Unsere Geburtshilfestation:  
Wir helfen Ihnen gerne weiter

### Besuchen Sie unsere Babygalerie

Auf unserer Homepage können Ihre  
Freunde und Verwandte den Neuan-  
kömmling bewundern.

[www.babygalerie24.de/de\\_DE/  
sana-kliniken-duisburg/](http://www.babygalerie24.de/de_DE/sana-kliniken-duisburg/)



### Stillberatung

Unsere Mitarbeitenden der Geburtshilfe-  
station unterstützen Sie bei allen Fragen  
rund um das Wochenbett. Erfahrene Still-  
beraterinnen informieren Sie über „das  
richtige Anlegen beim Stillen“, und geben  
Ihnen Tipps, damit Sie die nötige Sicherheit  
beim Stillen erlangen.

Zu Hause ist die Stillberaterin weiterhin für  
Sie Ansprechpartnerin, ebenso wenn Sie  
nach einigen Monaten abstillen möchten.

**Sprechen Sie uns an.**



Auch nach der Geburt stehen wir Ihnen  
mit Rat und Tat zur Seite. Die Pflege-  
kräfte der Geburtshilfestation unter-  
stützen Sie bei der Pflege Ihres Kindes  
und sind für Sie da. Sie werden rund-  
um betreut durch das Pflegepersonal,  
Ärzt\*innen sowie Stillberaterinnen.



### Unsere Fotografin

Die Fotografin von „babysmile“ hält die  
ersten Tage Ihres neugeborenen Kindes fest.  
Auch die Erstellung eines individuellen Foto-  
albums ist möglich. Außerdem bietet „first  
moment“ auch Schwangerenfotografie an.  
Halten Sie die ersten gemeinsamen Momen-  
te mit Ihrem Baby fest.

**Vereinbaren Sie einen Termin mit der  
Fotografin:** [info@babysmile24.de](mailto:info@babysmile24.de) oder  
telefonisch unter 0371 / 50349955



# Unsere Kinderklinik hält alles im Blick

Ihr Baby ist in den besten Händen.  
Unsere Kinderärzt\*innen kümmern sich liebevoll und intensiv um das Wohlergehen Ihres Kindes.

Das Team der Kinderklinik ist darauf spezialisiert, die kleinen Patient\*innen bestens zu versorgen.



Unser geburtshilfliches Team führt die **Erstuntersuchung U1** kurz nach der Geburt durch. Bei allen Risikogeburten sind sofort Kinderärzt\*innen anwesend. Es kommen täglich Kinderärzt\*innen auf die Geburtshilfstation, um die Kinder zu untersuchen.

Bei gesunden Neugeborenen führen wir innerhalb der ersten 24 Stunden **eine weitere Untersuchung (U24)** durch.

Am dritten Lebenstag wird vor der Entlassung aus der Klinik bei Ihrem Kind auch die **Untersuchung U2** durchgeführt.

Zusätzlich werden alle Kinder auf eine **Stoffwechselstörung** untersucht. Kleinere Probleme können durch die Nähe der Kinderklinik mit allen kinderärztlichen Fachdisziplinen sofort gelöst werden, ohne dass Mutter und Kind getrennt werden.

Die Versorgung von Früh- und Neugeborenen in unserem **Perinatalzentrum Level I** bietet die größtmögliche Sicherheit für Mutter und Kind. Bereits vor der Geburt stehen unsere Kinderärzt\*innen den Schwangeren zur Beratung jederzeit zur Verfügung.

Wird eine **intensivmedizinische Behandlung** erwartet, werden alle nötigen Vorbereitungen getroffen, um die Versorgung des Kindes zu gewährleisten. In Notfallsituationen im Kreißsaal oder auf der Wochenbettstation ist durch die räumliche Nähe zur Kinderklinik sichergestellt, dass es zu keinem Zeitverzug bei der Versorgung und Behandlung Ihres Kindes kommt. Die unmittelbare Nähe von Geburtshilfe- und Intensivstation stellt dabei sicher, dass das Kind in der Nähe seiner Mutter bleibt. Rund um die Uhr ist ein Besuch bei Ihrem Kind möglich. Hierdurch fördern wir die frühe intensive Kontaktaufnahme von Eltern und Kind. Unser

Ziel ist es, die Geburt für alle Eltern bei größtmöglicher Sicherheit zu einem besonderen Ereignis für die junge Familie werden zu lassen.

## Sicher Schlafen im Schlafsack

Zum Wohle und zur Sicherheit Ihres Kindes schlafen die Babys direkt vom ersten Tag an in unseren Schlafsäcken. **Aus diesem Grund schenken wir jedem Neugeborenen einen eigenen Schlafsack für zu Hause.**



## Hörtest, Hüft- und Nierensonografie

Im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung führen wir bei jedem Neugeborenen einen Hörtest durch, da eine nicht entdeckte Hörstörung zu erheblichen Entwicklungsstörungen führen kann. Ebenfalls möchten wir Ihnen eine schmerzlose Ultraschalluntersuchung der Hüftgelenke und der Nieren Ihres Kindes anbieten.

# Rund um die Geburt

A close-up photograph of a pregnant woman's belly. She is wearing a brown, long-sleeved dress with a tie at the waist. Her hands are gently holding a blue and white stuffed rabbit against her belly. The rabbit is wearing a blue hat and a blue body. The background is a plain, light-colored wall. There are two curved lines on the image: a red one starting from the text and curving towards the rabbit, and a blue one curving around the lower part of the belly.



# Wir freuen uns, Ihr Partner für Schwangerschaft und Geburt zu sein

Schwangerschaft und Geburt sind sehr emotionale Phasen und Momente im Leben.



In dieser Zeit mit vielen persönlichen Wünschen und Vorstellungen, aber auch mit Unsicherheiten und Ängsten, möchte die Elternschule der Sana Kliniken Duisburg Sie gerne begleiten und Unterstützung und Hilfe anbieten.

## Geburtsvorbereitung

Hier erhalten Sie wichtige Informationen über die Abläufe der Geburt und wie Sie sich bestens darauf vorbereiten können.

Wir bieten Ihnen hierzu Übungen zur Körperwahrnehmung, Atmung und Entspannung sowie viel Wissenswertes zum Ablauf einer Geburt an. Mit Informationen und Tipps nach modernsten Gesichtspunkten aber auch alten „Hausmittelchen“ bereiten wir Sie auf die Zeit der Geburt vor.

## Elternschule

Nutzen Sie die vielfältigen Angebote unserer Elternschule für die Geburtsvorbereitung und -nachsorge.

Telefon: 0203 / 733-2901



## Yoga für Schwangere

Mäßig betriebener Sport in der Schwangerschaft ist gesund für Mutter und Kind. Die Schwangerschaft stellt für jede Frau ein einzigartiges und wundervolles Erlebnis dar. In dieser Zeit sind die Frauen sowohl auf der physischen als auch auf der emotionalen Ebene besonders gefordert. Yoga trägt dazu bei, mit den Veränderungen besser zurechtzukommen.



### Termine zur Akupunktur

können Sie unter der Telefonnummer 0203/733-2210 individuell mit unseren Hebammen vereinbaren.

## Geburtserleichternde Akupunktur

Wir bieten Ihnen geburtsvorbereitende Akupunktur an. Sie soll die Eröffnung des Muttermundes unter der Geburt zu erleichtern und somit die Dauer der Entbindung verkürzen. Der Zeitpunkt der Geburt wird dadurch nicht beeinflusst. Mit der Akupunktur sollte frühestens vier Wochen vor dem errechneten Termin begonnen werden und sie sollte im wöchentlichen Rhythmus durchgeführt werden.

## Säuglingspflegekurs

Kurs vermittelt ein Basiswissen, das Sie für die Zeit nach der Geburt mit Ihrem Baby fit macht. Unter der Leitung erfahrener Gesundheits- und Kinderkrankenschwester\*innen erhalten Sie als werdende Eltern wertvolle Informationen zur Erstausrüstung, Pflege des Neugeborenen sowie verschiedenen Wickeltechniken.

Ebenso bietet der Kurs Infos über das Babybad und den sicheren Babyschlaf.



## Infos Kursangebot

Therapie- und Bewegungszentrum  
Zu den Rehwiesen 9, 47055 Duisburg  
Telefon: 0203/733-2901  
E-Mail: [therapiezentrummail@sana.de](mailto:therapiezentrummail@sana.de)



## Rückbildungsgymnastik

Hier werden gezielte Übungen zur Förderung der Rückbildung für die während der Schwangerschaft und Geburt entstandenen körperlichen Veränderungen gezeigt und geübt.

### Unsere Kurse zur Säuglingspflege

vermitteln Ihnen als Eltern ein wertvolles Basiswissen.



**Sana Kliniken  
Duisburg**

Akademisches Lehrkrankenhaus  
der Universität Duisburg-Essen  
Neuro-Zentrum, Perinatalzentrum Level I

Zu den Rehwiesen 9-11  
47055 Duisburg

Telefon: 0203/733-0  
Fax: 0203/733-1801  
E-Mail: [info.duisburg@sana.de](mailto:info.duisburg@sana.de)  
[www.sana-duisburg.de](http://www.sana-duisburg.de)