



Elternschule

Sana Klinikum Wurzen



Liebe werdende Eltern,

wir freuen uns sehr, dass Sie sich für unser Elternprogramm und unsere Klinik interessieren.

Die Geburt Ihres Kindes ist einzigartiger und sehr persönlicher Moment, bei dem wir Sie mit unserer Erfahrung und viel Herz in einer familiären Umgebung begleiten möchten.

Erfahren Sie mehr über unsere Angebote. Für Fragen stehen wir Ihnen rund um die Uhr unter der Telefonnummer: 03437 / 93 78 34 42 im Kreißsaal zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihre Hebammen aus dem Sana Klinikum Wurzen



Gut informiert und begleitet in eine neue Lebensphase

Das Elternprogramm des Sana Klinikums Wurzen bietet werdenden Eltern umfassende Unterstützung – von der Geburtsvorbereitung über Geschwisterkurse bis hin zur Rückbildung. In Kursen, Informationsabenden und Gesprächen erfahren Sie alles Wichtige rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Kind.

Unsere Hebammen und Fachkräfte stehen Ihnen mit Erfahrung und Einfühlungsvermögen zur Seite, beantworten Ihre Fragen und geben praktische Tipps für den Alltag. So gewinnen Sie Sicherheit und Orientierung – für eine gute Vorbereitung und einen selbstbewussten Start in die gemeinsame Zeit als Familie.



Was wir Ihnen bieten können

Vor der Geburt

- Individuelle Schwangerschafts- und Geburtsbegleitung ab der 32. SSW (Zwillinge ab der 33. SSW)
- Betreuung bei Geburtsrisiken (z. B. Schwangerschaftsdiabetes, kindliche Wachstumsstörungen, Gestose)
- Feindiagnostik (Standort Grimma)
- Erstellung eines Geburtsplans mit Hebamme und Ärztin/Arzt
- Elternprogramm mit zahlreichen Angeboten – von der Geburtsvorbereitung bis zu den Entdeckerbabys

Während der Geburt

- Perinataler Schwerpunkt mit angeschlossener Kinderstation und neonatologischer Intensivstation
- Geburtsmethode und -position nach Wahl (u. a. Entspannungsbäder, Hocker- und Wassergeburt, Partnerbegleitung)
- Modern ausgestattete Kreißsäle
- Breites Spektrum schmerzstillender Verfahren (PDA, alternative Methoden wie Aromatherapie, Akupunktur)
- Breites Angebot alternativer Heilmethoden (z. B. Kinesiotaping)
- Kaiserschnitt mit Bonding auf Wunsch und mit anwesendem Partner/Partnerin
- Dammschnitt nur bei medizinischer Notwendigkeit

Nach der Geburt

- Rooming-In ab der ersten Lebensstunde
- Familienzimmer ohne Voranmeldung möglich
- Neugeborenenversorgung und Tests in Abstimmung mit den Eltern (Hörtest, Stoffwechseltests, unblutige Bilirubinbestimmung, Vitamin K/D-Prophylaxe, Hüftultraschall, Niere/Kopf bei Bedarf, Teilnahme an der Frederic Studie)
- Aufklärung über Schütteltrauma mit Simulationspuppe
- Nachbesprechung der Geburt mit Hebamme und ggf. Ärztin/Arzt



Unsere Angebote für Sie

- 1. Elterninfoabende für werdende Eltern**
- 2. Geburtsplanungsgespräch**
- 3. Geburtsvorbereitung in Liebschützberg**
- 4. Geschwisterkurs**
- 5. Akupunktursprechstunde**
- 6. Rückbildungsgymnastik**
- 7. Entdeckerbabys**



Elterninfoabende für werdende Eltern mit Besichtigung der Entbindungsräume

- Welche Geburtsmethode ist die beste für mich?**
- Wie kann ich meinen Körper optimal vorbereiten?**
- Was kann der Partner tun?**
- Was gilt es in den ersten Tagen und Wochen nach der Geburt zu beachten?**
- Wie fördere ich die Entwicklung meines Kindes?**

Werdende Eltern stehen vor einer Menge Fragen. Die Hebammen der Elternschule beantworten diese ebenso komplett wie fürsorglich. Und sie tun noch viel mehr: In vielfältigen Angeboten und Kursen begleiten sie werdende Mütter, Väter und Geschwister sowie die Babys von der Schwangerschaft an bis zum ersten Lebensjahr.

Mit der Elternschule des Sana Klinikums Wurzen kann die ganze Familie diese Zeit bewusst, beruhigt und voller Freude erleben.



jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat



Beginn: 19:00 Uhr



an der Cafeteria des Sana Klinikums Wurzen

Geburtsplanungsgespräch

In einem persönlichen Gespräch bieten wir Ihnen die Möglichkeit wehenfrei und in entspannter Atmosphäre alle Anmeldungsformalitäten für die anstehende Geburt zu erledigen. Unsere Hebammen und das Ärzteteam beantworten Ihnen hierbei gern Ihre individuellen Fragen.

Das Geburtsplanungsgespräch findet ab der 36. SSW statt.

Bitte bringen Sie folgende Unterlagen zum Termin mit:

- Mutterpass
- Überweisung von Ihrer Frauenärztin oder Ihrem Frauenarzt zur Geburtsplanung
- Versichertenkarte
- Individuelle Unterlagen (bspw. bei Besonderheiten während der Schwangerschaft)
- Ausweiskopien der Eltern



Montag bis Freitag zwischen 09:00 & 13:00 Uhr
oder nach individueller Absprache



Anmeldung 6 bis 8 Wochen vor Geburtstermin
08:00 bis 16:00 Uhr unter
Telefon: 03437 / 93 78 34 42



Sana Klinikum Wurzen
Geburtshilfliche Abteilung (Kreißsaal), 2. OG

Geburtsvorbereitung in Liebschützberg

Je weiter die Schwangerschaft voranschreitet, umso mehr rückt das Thema Entbindung gedanklich in den Vordergrund. Viele Schwangere sehen dem Ereignis mit gemischten Gefühlen entgegen, auch wenn die Geburt eines Kindes ein sehr schöner Grund ist, eine Klinik aufzusuchen. Angst vor Schmerzen oder Komplikationen gesellt sich häufig zu der großen Freude auf das Baby.

In unserem Geburtsvorbereitungskurs widmen wir uns den körperlichen und psychischen Aspekten der bevorstehenden Geburt. Sie lernen verschiedene Methoden kennen, die Ihnen die Entbindung erleichtern werden. Sie gewinnen Vertrauen in Ihren Körper und in die Natur von Schwangerschaft, Wehen und Geburt. Gemeinsam planen wir Ihre Wunschentbindung und bereiten Sie frühzeitig auf die Zeit nach der Entbindung und die Pflege Ihres Babys vor. Unser Vorbereitungskurs gibt Ihnen die Möglichkeit gemeinsam mit Ihrem Partner oder Partnerin dem einzigartigen Ereignis der Geburt Ihres Kindes ruhig und zuversichtlich entgegenzusehen.

Wenn eine Risikoschwangerschaft vorliegt (bspw. bei frühzeitigen Wehen oder Mehrlingen) oder wenn Sie Bettruhe einhalten müssen, ist allerdings eine individuelle Geburtsvorbereitung der beste Weg. Sie bietet sich auch an, wenn Sie kurz vor der Entbindung stehen und nicht mehr an unseren regulären Kursen teilnehmen können. Bitte informieren Sie sich bei uns über die Gestaltungsmöglichkeiten.

In sieben Doppelstunden besprechen wir mit Ihnen die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Elternsein, Stillen und Neugeborenenpflege. Darüber hinaus helfen Ihnen Entspannungs-, Wahrnehmungs- und Körperübungen, Ihr Körpergefühl zu stärken und während der Entbindung Kraft zu schöpfen.

Geburtsvorbereitung in Liebschützberg



Gaunitzer Straße 3, 04758 Terpnitz



Termine bei Kursleitung erfragen



Die Kursdauer beträgt 7 Wochen.
Der Kurs startet bei einer Teilnehmerzahl
von mindestens fünf Personen.



Die Kosten werden von der Krankenkasse
übernommen.



Beate Schönthier
Telefon: 03435 / 62 35 69
(bitte auf den AB sprechen)
Die Anmeldung sollte circa ab der 28. SSW
erfolgen.

Geschwisterkurs

In diesem Kurs werden den zukünftigen „Großen“ die Position des Geschwisterkindes und das Auf-die-Welt-Kommen erklärt. Darüber hinaus gibt es zahlreiche Tipps für den Umgang mit dem Baby. Eine Hebamme, selbst Mutter, führt anschaulich, verständlich und kindgerecht durch den Kurs. Die Besichtigung des Entbindungsbereichs des Sana Klinikum Wurzens rundet den Kurs ab.

Der Kurs ist geeignet für Geschwisterkinder ab 4 Jahren. Gerne darf ein Kuscheltier mitgebracht werden.



1x im Quartal am jeweils
ersten Mittwoch des ersten Monats



ca. 45 Minuten



Beginn: 10:00 Uhr



Für den Geschwisterkurs fallen keine Kosten an.



Hella Hättasch

Wir bitten um telefonische Voranmeldung
unter: 03437 / 93 78 34 42

Akupunktursprechstunde

Die Akupunktur ist ein Therapieverfahren der traditionellen chinesischen Medizin (TCM). TCM geht davon aus, dass alle Körperfunktionen durch die Lebensenergie des Körpers – das Qi – gesteuert werden. Akupunktur kann Linderung von Schwangerschaftsbeschwerden wie zum Beispiel Übelkeit und Erbrechen, Sodbrennen, Wassereinlagerungen, Rückenbeschwerden etc. bewirken. Weiterhin kann ab der 36. SSW bei unkomplizierten Schwangerschaften auch geburtsvorbereitend akupunktiert werden.

Ziel ist, dass der Muttermund zur Geburt möglichst weich und dehnbar ist, um sich dann durch den Druck der Wehen leichter zu öffnen. Hierzu finden vier Sitzungen im wöchentlichen Intervall statt.



Termine sind zu erfragen.



4x ca. 20 bis 30 Minuten



Bitte bei Terminplanung erfragen.



Die Kosten werden nur von einigen Krankenkassen übernommen, da es sich um eine Privatleistung handelt. Fragen Sie gerne bei Ihrer Krankenkasse nach.



Claudia Preil & Kathleen Schirner

Wir bitten um telefonische Voranmeldung unter: 03437 / 93 78 34 42

Rückbildungsgymnastik

In der Schwangerschaft und während der Geburt werden Beckenboden- und Bauchdeckenmuskeln extrem beansprucht. Folgen wie unwillkürlicher Harnabgang (Harninkontinenz) und Störungen der Damschließmuskelfunktion und Rückenschmerzen sind bewiesen.

Um diesen Problemen vorzubeugen, sind eine konsequente Stärkung der Beckenbodenmuskulatur und die Kräftigung der Rückenmuskulatur anzuraten.

Durch eine dafür ausgebildete Hebamme werden Sie in diesem Kurs zu vielfältigen gymnastischen Übungen angeleitet und erhalten zusätzlich Tipps und Anregungen zur Beckenbodenschonung im Alltag.



Termine sind zu erfragen.



Kursdauer: 8x



Übernahme durch die Krankenkassen.



Beate Schönthier

Telefon: 03435/623569

(bitte auf den AB sprechen)

Die Anmeldung sollte zeitnah nach der Geburt des Kindes erfolgen.

Entdeckerbabys

Unser Kurs „Entdeckerbabys“ richtet sich an Eltern mit Babys ab dem 4./5. Lebensmonat und wird unter fachlicher physiotherapeutischer Anleitung durchgeführt. Im Mittelpunkt steht der entwicklungsfördernde Umgang mit dem Baby – von sicheren Halte- und Tragegriffen bis hin zum achtsamen Handling im Alltag.

Neben sanften Übungen zur Förderung der Bewegung und Koordination lernen Eltern auch die wohltuende Wirkung der Babymassage kennen – eine liebevolle Art, Nähe zu schaffen und das Wohlbefinden zu stärken.

Das gemeinsame Spielen und der Austausch mit anderen Eltern eröffnen neue Anregungen und geben Sicherheit im täglichen Umgang mit dem Kind.

Ergänzend dazu gibt es regelmäßig Vorträge zu wichtigen Themen des ersten Lebensjahres an – etwa zum Verhalten bei Fieber, zu gesunder Ernährung, Unfallverhütung und allgemeinen Gesundheitstipps.



Termine bitte telefonisch erfragen.



8x Treffen á 45 bis 60 Minuten



69,90 EUR (Bitte erfragen Sie eine Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse.)



Anmeldung

Telefon 03437 / 93 78 32 82

So erreichen Sie uns - Verkehrsanbindung



Weitere Informationen zu den Schwerpunkten "Vor, Während und Nach der Geburt" für werdende Eltern erhalten Sie, wenn Sie nebenstehenden QR-Code scannen.

Sana Kliniken Landkreis Leipzig
Sana Klinikum Wurzen

Kutusowstraße 70, 04808 Wurzen
Telefon 03433 21-0
info@muldentalkliniken.de
www.sana.de/landkreis-leipzig

Impressum

Herausgeber:
Sana Kliniken Muldental GmbH
Kutusowstraße 70
04808 Wurzen

Design: Sana Kliniken Landkreis Leipzig
Fotos: Sana Kliniken Muldental

Stand: Oktober 2025