

Leistungen der Elternschule in Güstrow

**Stillcafé**

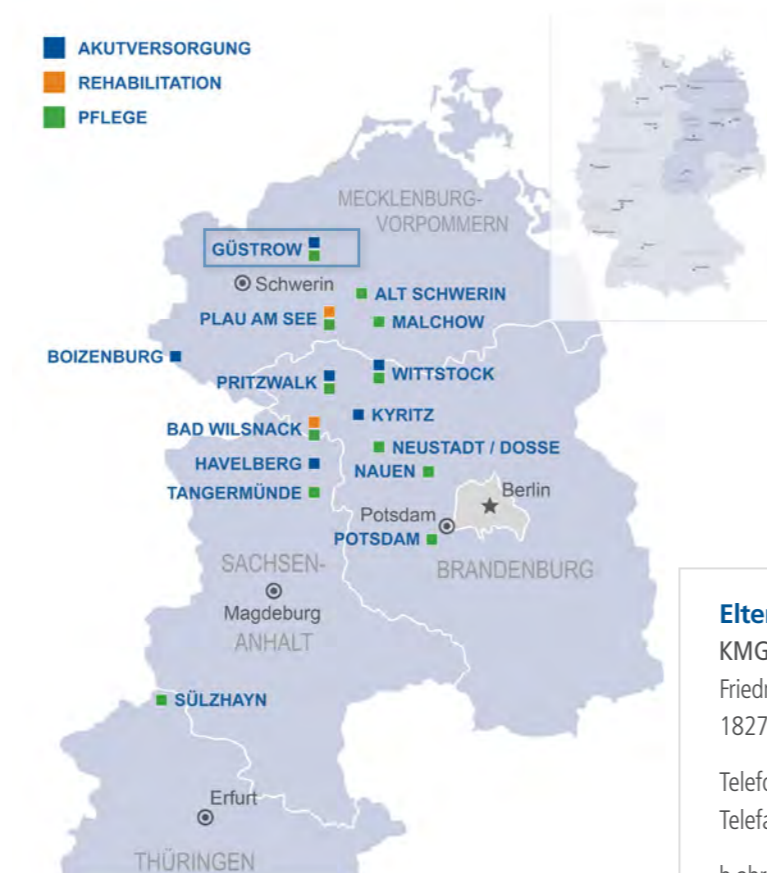
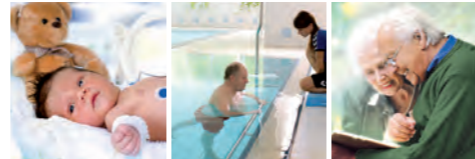
Vor der Geburt des eigenen ersten Kindes hat kaum eine Mutti die Gelegenheit, das Stillen in der Familie, bei der eigenen Mutter, der Schwester oder im Bekanntenkreis zu erlernen. In unserem Stillcafé treffen Sie auf Frauen, die sich in der gleichen Situation befinden oder schon Erfahrung haben, so haben Sie die Möglichkeit sich auszutauschen und Ratschläge zu erlangen.

Wir begleiten Sie während Ihrer gesamten Stillzeit und darüber hinaus. Wir helfen bei der Umstellung auf die Flasche, wir führen gemeinsam die erste Beikost ein und machen alle Entwicklungsstadien zusammen durch.

Wir treffen uns jeden Montag von 09.30 bis 13.00 Uhr. Der Zeitrahmen ist großzügig gewählt, so dass Sie mit Ihrem Säugling die Möglichkeit haben, am Stillcafé teilzunehmen, auch wenn Ihr kleiner Schatz mal länger schläft.

**Baby-Flohmarkt im Krankenhaus**

Jeweils im Frühjahr und im Herbst findet im KMG Klinikum Güstrow ein Baby-Flohmarkt statt. Sie haben die Möglichkeit, einen Tisch zu reservieren, um dann Ihre Baby- und Kindersachen selbst zu verkaufen. Es wird eine Standgebühr erhoben.



**Elternschule Güstrow**  
 KMG Klinikum Güstrow GmbH  
 Friedrich-Trendelenburg-Allee 1  
 18273 Güstrow  
 Telefon 0 38 43 - 34 12 33  
 Telefax 0 38 43 - 34 12 13  
 b.ahrend@kmg-kliniken.de  
 www.kmg-kliniken.de

pat 11/17



**ELTERNSCHULE**  
 im KMG Klinikum Güstrow

Liebe Eltern

Kinder sind unsere gemeinsame Zukunft und damit auch unsere gemeinsame Aufgabe. Alle Aufgaben werden leichter, wenn man gut vorbereitet ist und sich gegenseitig unterstützt.

Mit unserer Elternschule möchten wir Ihnen dabei helfen. Wir geben Ihnen die Gelegenheit, sich ruhig und gelassen auf die Geburt Ihres Kindes einzustimmen und darauf vorzubereiten. Durch ein Baby wird sich Ihr Leben verändern.

Mit der richtigen Vorbereitung können Sie Schwangerschaft, Geburt und Säuglingszeit als einen bereichernden und ausgefüllten neuen Lebensabschnitt erleben. Beim Erfahrungsaustausch mit anderen Müttern werden Sie erleben, dass Sie mit Ihren Schwierigkeiten keineswegs allein sind.

Die Klinik möchte Sie von der Schwangerschaft bis hin zur Geburt und über die Stillzeit hinaus begleiten und in Ihren Bedürfnissen unterstützen. Unsere Hebammen, Schwestern, Ärzte sowie Still- und Laktationsberaterin, stehen Ihnen in jeder Phase zur Seite. Hierfür bieten wir Ihnen in der Elternschule Informationsveranstaltungen und praktische Kurse an. Wenn Sie neugierig geworden sind, melden Sie sich einfach an unter 0 38 43 - 34 12 33 oder per Email [b.ahrend@kmg-kliniken.de](mailto:b.ahrend@kmg-kliniken.de).

Birgit Ahrend  
 Krankenschwester/Still- und Laktationsberaterin

Dr. med. Volker Kattner  
 Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe



### Säuglingspflegekurs für werdende Eltern

Wir möchten Ihnen die ersten Tage und Wochen mit Ihrem Baby etwas erleichtern. Dazu werden wir mit Ihnen schon im Vorfeld Dinge besprechen, die Sie die ersten Tage an Ihrem Baby beobachten können und Sie evtl. beruhigen, wie Veränderungen der Haut oder des Stuhlgangs, Pflege des Nabels oder Niesen bei Babys. Weiterhin wollen wir über die Erstausrüstung für Ihr Baby sprechen. Vom Babythermometer über Pflegeprodukte bis zur Kinderzimmerausstattung wird viel angeboten. Doch was braucht man davon wirklich und was kann man ruhigen Gewissens später anschaffen oder sich ganz sparen? Darüber hinaus soll Ihnen eine praktische Übung helfen zu lernen, wie Sie Ihr Baby richtig baden, wickeln und hochnehmen.

### Stillvorbereitungskurs

#### Stillen oder nicht Stillen, das ist hier die Frage!

Welche Vorteile hat das Stillen für mich und mein Baby bzw. gibt es auch Nachteile? Stillen nur als Nahrungsquelle? Wie oft pro Tag muss ich anlegen? Muttermilch oder künstliche Babynahrung? Macht Muttermilch intelligenter? Was gebe ich meinem Baby außer Muttermilch? Muss ich meine Brust während der Schwangerschaft auf das Stillen vorbereiten? Stillen als Schutz vor Brustkrebs? Muss ich nachts auch stillen? Abnehmen durch Stillen? Wie lege ich mein Kind am besten an die Brust? Wie ist meine Brust aufgebaut? Schlankere Kinder durch Muttermilch? Was gebe ich meinem Kind in den ersten Tagen, wenn ich noch keine Muttermilch habe? Haben Sie sich schon einige dieser Fragen gestellt und noch keine Antwort darauf? Oder haben Sie noch andere Fragen zum Thema Stillen? Dann besuchen Sie unseren Stillvorbereitungskurs. Wir möchten Ihnen einen Einblick in das Stillen geben. Die ersten Tage des Stillens sind nicht immer ganz einfach. Damit Sie nicht hilflos und verunsichert sind, möchten wir Ihnen erklären, wie man ein Baby richtig anlegt und wie viel ein Baby in der ersten Zeit zu Essen braucht.



### Geschwisterschule

Wir werden Ihre „Großen“ spielerisch in die Rolle des großen Bruders bzw. der großen Schwester einführen. Unser Anliegen ist es, die freudige Erwartung auf das Geschwisterchen zu erhöhen und den Stolz zu wecken, die Große Schwester bzw. der große Bruder zu sein. Die Kinder werden an-

hand von Puppen zum richtigen Tragen angeleitet. Außerdem wird ihnen gezeigt, wie ein Baby gebadet und gewickelt wird. Es wird erklärt, warum das Baby viel Zuwendung und Aufmerksamkeit von den Eltern benötigt und wie Ihr Kind Ihnen dabei helfen kann. Im Anschluss erhält jedes Kind eine Urkunde.

### Infoabend

#### Geburtshilfe individuell und kompetent

Wir – die Ärzte, Hebammen und Schwestern – klären in Einführungsvorträgen und in der Diskussion über moderne und bewährte medizinische Erfordernisse und über die Berücksichtigung individueller Wünsche in der Geburtshilfe auf. Ihre Fragen werden kompetent beantwortet – alle Mitarbeiter stehen beratend zur Verfügung. Im Anschluss können der Kreißsaal, die Mutter-Kind-Station sowie der Bereich der Intensivversorgung für Neugeborene besichtigt werden.

### Beikostkurs

#### Was essen Babys? Von der Milch zum Butterbrot

Wann reicht die Milch allein nicht mehr aus? Was kann Ihr Baby schon alles essen? Gläschen oder doch lieber selber kochen? Und – wir kosten den selbstgekochten Brei, Gemüsesorten, Kinderkekse und Säuglingsfertignahrung.

### Tragetuchkurs

Mit dem Tragen des Babys im Tragetuch haben Sie die Gelegenheit Ihrem Baby die nötige Geborgenheit und Sicherheit vermitteln. Gerade Babys, die am Anfang eher unruhig und mit der neuen Situation noch überfordert sind, kommen durch das Tragen häufig zur Ruhe. Sie spüren wieder eine enge Hülle, die sie umgibt und hören den Herzschlag Ihrer Mutter. Vertraute Geräusche, die Ihrem Baby wieder Sicherheit geben. Am Anfang ist es nicht ganz leicht, die Tragetücher zu binden, doch mit ein bisschen Übung wird es schnell zur Routine. Hier haben sie Gelegenheit, alles auszuprobieren und sich gut beraten zu lassen. Außerdem zeigen wir verschiedene Tragesysteme als praktische Alternative zum Tragetuch.

### Wie kann ich meinem Kind im Notfall helfen?

#### Auch für Omas, Opas, Tanten...

Kinder wollen vom ersten Tag an ihre Welt entdecken Sie sind neugierig, erfinderisch und voller – oftmals ungestüme – Entdeckungslust. Sie sind aber auch unerfahren und kennen noch keine Gefahr. Die Sorge vor Unfällen besteht zu Recht. Kinder verunglücken vor allem zu Hause – in ihrer unmittelbaren Umgebung. Es ist wichtig, eine Umgebung zu schaffen, in der sie sicher heranwachsen und gefahrlos ihrer kindlichen Neugier folgen können. Denn es „in Watte zu packen“, und damit die Bewegungsfreude einzuschränken, ist der falsche Weg. Nur durch eigene Erfahrungen wird ein Kind selbständig und lernt Gefahren einzuschätzen und damit umzugehen. Doch bis dahin sind Kinder auf die Umsicht der Eltern angewiesen. Darum sollen Eltern die Gefahren des Alltags einschätzen lernen und die entsprechende Vorsorge treffen. Ebenso wird auch die Erste Hilfe für den hoffentlich nie eintretenden Notfall besprochen.

### Oma- und Opa-Kurs

Großeltern sind wichtige Bezugspersonen in der Familie. Hier erhalten Sie Informationen darüber, was sich gegenüber den eigenen Erfahrungen in der Säuglingspflege geändert hat, Bedeutung des Stillens oder welche neuen Erkenntnisse zur gesunden Schlafumgebung vorliegen.

Die Rolle der Großeltern heute:

- Ist heute alles anders? Früher und heute im Vergleich
- Kinder vor Unfällen schützen
- Handling und Haltemethoden beim Baden, Wickeln, Anziehen

