

## NATÜRLICH UND SELBSTBESTIMMT

Wir möchten, dass Sie die Geburt als natürliches Erlebnis wahrnehmen und sich ganz darauf konzentrieren können. Sie bestimmen, was geschieht und welche Art von unterstützenden Angeboten aus dem gesamten Spektrum der Medizin und Naturheilverfahren während des Geburtsverlaufes für Sie in Frage kommt. Möchten Sie eine Aromatherapie genießen? Wünschen Sie Schmerzlinderung durch Akupunktur? Sind homöopathische Mittel von Ihnen erwünscht, die den Geburtsverlauf beschleunigen oder erleichtern können? Wir beraten Sie gerne bereits im Vorfeld. Die freie Wahl der individuellen Geburtsposition ist entscheidend für den Verlauf der Geburt. Vielleicht fühlen Sie sich im Stehen am Seil am wohlsten oder auf dem Hocker, im Liegen, Sitzen oder im Vierfüßlerstand möglicherweise auch im Wasser. Sie können in Ruhe ausprobieren, um die für Sie angenehmste Position zu finden.

Eine größtmögliche Entspannung trägt wesentlich zur Schmerzerleichterung bei.

Tanja Land  
und Sohn  
Kornelius



## OHNE ANGST ENTBINDEN

„Heute weiß ich, dass eine Geburt auch schön sein kann!“

Besonders als Erstgebärende spürt man neben der Freude auf das Baby auch Ängste. Was kommt bei der Entbindung auf mich zu? Aber gerade diese Ängste verhindern eine entspannte und somit schmerzarme Geburt.

Die einfühlsame und kompetente Betreuung durch die Hebammen, Ärztinnen und Ärzte hat dafür gesorgt, dass ich die Geburt angstfrei und somit entkrampft und schmerzarm erleben durfte.

**Hier ist man nicht bloß eine von vielen Frauen, die im Akkord entbunden werden.**

Es geht ruhig und familiär zu, was bei mir maßgeblich zur schönen Geburt beigetragen hat. Ein weiterer Pluspunkt ist für mich das homöopathische Angebot während und nach der Entbindung sowie die sehr gute Stillbetreuung durch die Stillberaterinnen auf der Wochenstation. Ich würde mich jederzeit wieder für die Geburtshilfe in der Hunsrück Klinik entscheiden.“

Tanja Land aus Kastellaun

## KONTAKT

### Hunsrück Klinik Simmern

Gynäkologie · Geburtshilfe · Brustzentrum

Dr. med. Kay Goerke

Holzbacher Straße 1 · 55469 Simmern

Entbindungsstation: Tel. 06761/81-1370

Sekretariat: Tel. 06761/81-1321

Kreißaal: Tel. 06761/81-1411 · Fax 06761/81-1252



Stillberatung:  
si-stillberatung  
@kreuznacher  
diakonie.de

### TRÄGER

Die Stiftung kreuznacher diakonie ist eine kirchliche Stiftung öffentlichen Rechts. Vor mehr als 130 Jahren als Diakonissen-Mutterhaus gegründet, hat sie ihren Sitz heute in Bad Kreuznach. Ihren diakonischen Auftrag versteht sie als gelebte christliche Nächstenliebe für Menschen, die Hilfe und Unterstützung benötigen. Rund 6.800 Mitarbeitende setzen sich täglich dafür ein, dass Kranke gesund werden, Menschen mit Behinderung eine Teilhabe möglich ist, Kinder und Jugendliche sich gut entwickeln, Senioren möglichst selbstbestimmt leben und Menschen ohne Wohnung eine Perspektive entwickeln können. In Hospizen begleiten wir Menschen in der letzten Lebensphase. Die Stiftung kreuznacher diakonie bietet vielfältige Ausbildungs- und Qualifizierungschancen in Berufen des Sozial- und Gesundheitswesens und steht für sinnstiftende, sozial-diakonische Dienstleistungen auf Basis christlicher Werte.

### IMPRESSUM

Herausgeber	Stiftung kreuznacher diakonie Kirchliche Stiftung des öffentlichen Rechts
Verantwortlich	Hunsrück Klinik Simmern · Redaktion: Sandra Beck
Layout/Umsetzung	Referat Unternehmenskommunikation · transformdesign
Fotos	Niko Neuwirth · Adobe Stock (Lightfield studios, pololia, Sandy Schulze)
Druck/Auflage	September 2021 · 2.500 Stück · 21-0034

In dieser Publikation wird auf eine geschlechtsneutrale Schreibweise geachtet. Wo dies nicht möglich ist, wird zugunsten einer besseren Lesbarkeit das ursprüngliche grammatikalische Geschlecht verwendet. Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass damit auch das jeweils andere Geschlecht angesprochen ist.

## DIE SELBSTBESTIMMTE GEBURT

Hunsrück Klinik Simmern



Stiftung  
kreuznacher diakonie  
www.kreuznacherdiakonie.de

## LIEBE WERDENDE MUTTER, LIEBER WERDENDER VATER,

die Geburt eines Kindes stellt einen entscheidenden Einschnitt im Leben der werdenden Eltern dar. Mit den Angeboten der Hunsrück Klinik möchten wir Sie in der Vorbereitung dieses wichtigen Ereignisses optimal unterstützen. Es ist uns ein Anliegen, dass Sie eine familienzentrierte Geburtshilfe in einem Umfeld von Wärme und Geborgenheit erleben. Sie und Ihr Baby sowie ein Geburtserlebnis als freudiges Ereignis stehen im Mittelpunkt unseres Handelns. Deshalb sind uns Ihre Vorstellungen und Wünsche besonders wichtig. Wir lassen sie bestmöglich in den Geburtsverlauf einfließen – mit einem Maximum an Sicherheit für Mutter und Kind.

Wir freuen uns mit Ihnen auf die Geburt Ihres Kindes!

**Ihr Team der Abteilung Geburtshilfe der  
Hunsrück Klinik Simmern**



*Kinderärztliche  
Vorsorge-  
untersuchung  
im Beisein  
der Eltern*

## VON ANFANG AN IN GUTEN HÄNDEN

Selbstverständlich sind Hebammen und Ärzte rund um die Uhr im Haus anwesend. Aber auch für Notfälle, wenn sie auch nur selten auftreten, sind wir dennoch bestens gerüstet: OP-Personal, Narkoseärzte und Pflege sind 24 Stunden sofort verfügbar. Und direkt im Kreißaal-Bereich befindet sich auch unser OP, so dass bei Auffälligkeiten oder Risiken im Verlauf der Geburt keine Zeit verloren geht.

Sollte es notwendig werden, können wir zu jeder Tages- und Nachtzeit ein Ärzteteam der Neugeborenen-Intensivabteilung des Diakonie Krankenhauses Bad Kreuznach hinzuziehen. Im Falle einer Verlegung begleiten Sie Ihr Baby selbstverständlich.

## WOCHENBETT

Nach der Entbindung genießen Sie in Ruhe das „kleine Wunder Mensch“ in den ersten, besonders wichtigen Tagen. Sie dürfen sich erholen und in der neuen Situation ankommen.



Auf der Wochenstation ist das „24h Rooming-In“ selbstverständlich. Ein besonderes Angebot ist unser Familienzimmer, in dem Sie als junge Familie die ersten Tage gemeinsam verbringen können. Unsere qualifizierten ausgebildeten Kinderkrankenschwestern und Hebammen begleiten Sie dabei umfassend und geben Tipps rund um das Stillen, Wickeln, Baden, Tragen und Massieren Ihres Kindes.

**Damit auch Ihr Besuch uneingeschränkt an  
Ihrem Glück teilhaben kann, gibt es bei uns  
offene Besuchszeiten.**

Auch nach der Entlassung steht Ihnen Hebammenhilfe zu. Unsere Nachsorgehebammen, die TeleHebammen und kooperierende freie Hebammen stehen Ihnen gerne zur Verfügung. Bitte sprechen Sie uns an!

## ELTERNSCHULE

Unser Kursangebot bereitet werdende Eltern auf die Zeit der Schwangerschaft, auf die Geburt selbst und auf die neue Lebenssituation als Eltern und Familie vor.

- Geburtsvorbereitungskurse
- Stillvorbereitungskurse
- Geburtsvorbereitende Akupunktur
- Still-Sprechstunde
- Still-Café
- Rückbildungsgymnastik
- Baby-Massage
- Geschwisterkurse

**Unsere Angebote und aktuelle Termine  
finden Sie unter [www.von-anfang-an.info](http://www.von-anfang-an.info)**



WIR  
GESTALTEN  
ZUKUNFT  
MIT.