



EIN KIND WIRD GEBOREN

ELTERN-
INFO

INFORMATIONEN ZUR GEBURTSVORBEREITUNG UND KURSANGEBOTE

Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe
Chefarzt Dr. Kunibert Latos

Elternschule am Katharinen-Hospital Unna

INHALTSVERZEICHNIS

WILLKOMMEN	3	Pre-Pilates-Beckenbodentraining.....	20
		Pilates	21
VOR DER GEBURT		Rückbildung Schwimmen	21
Kreißsaalführung	4	Stillambulanz	22
Offene Informationsabende	5	Stillcafé / Gesundes Frühstück	23
		Erste Hilfe am Kind	23
		Babymassage	24
GEBURTSPREBEREITUNG		Babyschwimmen /	
Kurs für Paare	6	Kleinkindschwimmen	24
Geburtsvorbereitung mit		Kinderschwimmen	25
Wassergymnastik	7	PEKIP-Gruppen	25
Wochenendkompaktkurs für Paare	7	Kinder brauchen Bewegung	
Noch ein Kind - Geburtsvorbereitung		(für Kinder ab 1 Jahr)	26
für Mehrgebärende	8	Musikgarten	27
Geschwisterkurs	8	Spielgruppe	27
Aqua-fit für Schwangere	9	Sprechstunde für Schreibabys	29
Yoga für Schwangere	9	Starke Eltern - starke Kinder	
Pilates Mattengymnastik		Mehr Freude und weniger	
für Schwangere	9	Stress mit den Kindern!	30
Fehlbildungsdiagnostik, Doppler-Sprech-			
stunde, „Risiko“-Schwangerschaft	10	RUNDUM VERSORGT	
Geburt aus Beckenendlage	11	Hebammenpraxis	28
Äußere Wendung in die Schädellage	11	Ambulante Nachsorge	28
		Progressive Muskelentspannung	
DIE GEBURT		(nach Edmund Jacobson)	31
Der „sanfte“ Kaiserschnitt	12	ANMELDUNG	
Schmerzlinderung		Zu den Kursen	32
während der Geburt	13	Zur Geburt	33
Ambulante Geburt	14	Babywald - ein Baum fürs Leben	34
Geburtsbegleitung durch Hebammen	15		
Wassergeburt	16		
		KONTAKT	
NACH DER GEBURT		Wichtige Telefonnummern	35
Mutter-Kind-Station	18	Elternschule	35
Rückbildungsgymnastik	20		

WILLKOMMEN

LIEBE ELTERN,

kaum eine Zeit im Leben einer Frau und ihres Partners „atmet“ so sehr den Hauch des Neuen wie eine Schwangerschaft. Wir freuen uns mit Ihnen auf diese spannende und intensive Zeit und sind gerne Ihre Begleiter, indem wir Sie in den Phasen vor, während und nach der Geburt mit unserem gesamten Team unterstützen.



Viele unserer Angebote im Rahmen der Geburtshilfe sowie der Elternschule tragen dazu bei, Sie und Ihre ganze Familie auf die neue Situation vorzubereiten. Dies ermöglicht eine entspannte Geburtssituation sowie einen guten Start in das Leben mit dem Kind. Durch modernste medizinische Versorgung bieten wir Ihnen ein hohes Maß an Sicherheit, aber gleichzeitig eine geborgene Atmosphäre in unseren Kreißsälen, der Mutter-Kind-Station sowie der Elternschule mit ihren eigenen Räumen im Forum Mozartstraße. Unser Konzept „Babyfreundliches Krankenhaus“, mit dem wir nach den Kriterien der WHO und Unicef arbeiten, unterstützt zudem den Aufbau der engen Bindung von Eltern und Kind von Anfang an – durch Ruhe und Zeit im Kreißsaal, durch intensive Unterstützung beim Stillen und durch die Begleitung unserer Hebammen bis zu Ihnen nach Hause.

Mit Ihren Kindern und Partnern sind Sie zudem zu dem vielfältigen Kursangebot der Elternschule eingeladen. Alle Angebote geben Informationen und ermöglichen Ihnen den Austausch mit anderen Familien.

Eine gute Schwangerschaft und ein schönes Geburtserlebnis wünscht Ihnen unser gesamtes Team der Klinik für Geburtshilfe und der Elternschule.

Ihr Dr. Kunibert Latos

Chefarzt

VOR DER GEBURT



Kompetente Begleitung vor, während und nach der Geburt.

KREIßSAALFÜHRUNG

An jedem ersten und dritten Montag im Monat findet unter der Leitung von Chefarzt Dr. Kunibert Latos ein umfassender Einführungs- und Informationsabend statt. Er bietet Ihnen Gelegenheit, die Grundzüge unserer ganzheitlichen familienorientierten Geburtshilfe sowie das Kursangebot der Elternschule kennen zu lernen. Im Anschluss daran werden die Mutter-Kind-Station und der Kreißsaal besichtigt. Gelegenheit zur Beantwortung Ihrer Fragen ist ausreichend vorhanden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. In Monaten mit Feiertagen wird die Kreißsaalführung bisweilen an zusätzlichen Terminen angeboten. Genauere Informationen erfragen Sie bitte telefonisch in der Elternschule unter Tel. 02303 / 100-2848.

Termin: jeder 1. und 3. Montag im Monat, 18 Uhr

Ort: Seminarraum Forum Mozartstraße, Mozartstr. 26 in Unna

VOR DER GEBURT

KREIßSAALBESICHTIGUNG

Die Kreißsaalbesichtigung für werdende Eltern beginnt in der Regel am 4. Samstag im Monat um 11 Uhr am Kreißsaal im Katharinen-Hospital, Obere Husemannstraße 2 in Unna. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Rückfragen zum Termin an die

Mutter-Kind-Sattion, Tel.: 02303/100-1233.

OFFENE INFORMATIONENABENDE

Begleitend zu den Geburtsvorbereitungskursen finden in regelmäßigen Abständen offene Informationsabende zu verschiedenen Themen statt. Hierzu sind alle Schwangeren und ihre Partner sowie alle Eltern mit Kleinkindern herzlich eingeladen, unabhängig von der Teilnahme an einem der Kurse.

Themenschwerpunkte:

- > Das Neugeborene
- > Stillen
- > Säuglingspflege – Kinaesthetics Infant-Handling
- > Erziehung
- > Ernährung

Eine Anmeldung zu diesen Angeboten ist erforderlich.

Kosten: 5 € / Person, 7,50 € / Paar

Aktuelle Termine und Themen finden Sie im Internet unter www.katharinen-hospital.de

GEBURTSVORBEREITUNG

Sinnvoll ist die Geburtsvorbereitung etwa ab der 28. Schwangerschaftswoche. Eine entsprechend frühzeitige Anmeldung ist ca. ab der 20. SSW ratsam.

KURS FÜR PAARE

In diesem Kurs werden alle wichtigen Themenbereiche rund um die Geburt angesprochen. Wir wollen die werdenden Eltern ermutigen, sich auf die Geburt und den neuen Lebensabschnitt bewusst einzulassen und so das eigene Geburtsgeschehen aktiv mitzugestalten. Hierzu findet sich jeweils eine Gruppe aus ca. acht Paaren für sieben gemeinsame Abende sowie ein Treffen nach der Geburt zusammen.

„Durch ein gestärktes Selbstvertrauen in meine Möglichkeiten lerne ich:

- Mein Körper kann unser Kind gebären.
- Mein Körper weiß, was er braucht.
- Ich kann auf meinen Körper hören und auf seine Signale reagieren.
- Ich weiß, wie sich mein Körper am besten entspannen kann.“

Die Spannweite der behandelten Themen umfasst neben Atemwahrnehmung, Körpersensibilisierung, Entspannungsübungen und Massagen auch die Auseinandersetzung mit dem Geburtsablauf und verschiedenen Geburtspositionen, den Umgang mit Schmerz, Sorgen, Ängsten und Bedürfnissen. Gespräche über Stillen und Wochenbett, das Leben mit dem Neugeborenen und Veränderungen in der Partnerschaft kommen nicht zu kurz.

GEBURTSVORBEREITUNG



Kommen Sie Ihrem Baby näher - mit Kursen in der Elternschule.

GEBURTSVORBEREITUNG MIT WASSERGYMNASTIK

Die Zeit der Schwangerschaft ist eine Zeit der großen Veränderungen. „Worauf muss ich mich einstellen, was erwartet mich?“ Der Geburtsablauf selbst, die Vorbereitung auf das Stillen, Säuglingspflege, all diese Themen werden umfassend behandelt. Körperliche Bewegung während der Wehen fördert den Geburtsfortschritt. Der Kurs erstreckt sich über sieben Abende und ist den Schwangeren zur Geburtsvorbereitung und wohltuenden Wassergymnastik gewidmet: Jeweils die erste Stunde findet im Gruppenraum der Elternschule und die zweite Stunde im Bewegungsbad des Katharinen-Hospitals statt.

WOCHENEND-KOMPAKTKURS FÜR PAARE

Der Alltag lässt es aus vielerlei Gründen oft nicht zu, sich in einem längeren Kurs auf die Geburt eines Kindes vorzubereiten. Deshalb bieten wir Ihnen einen Wochenend-Kompaktkurs an, der Sie umfassend auf Geburt und Elternsein vorbereitet. Kursdauer: freitags 18 bis 22 Uhr, samstags und sonntags jeweils 10 bis 16 Uhr sowie ein Treffen nach der Geburt.

GEBURTSVORBEREITUNG



Vorfreude auf die bevorstehende Geburt, das Leben mit einem weiteren Kind - mit einem Kurs in der Elternschule sind Sie gut vorbereitet auf die neue Situation.

NOCH EIN KIND... GEBURTSVORBEREITUNG FÜR MEHRGEBÄRENDE

Der Alltag mit einem Kind – oder auch mit mehreren – lässt oft wenig Raum, die neue Schwangerschaft bewusst zu erleben und sich auf die bevorstehende Geburt und das Leben mit einem weiteren Kind einzustellen. An fünf Abenden soll Eltern die Möglichkeit gegeben werden, bereits Erfahrenes und Erlerntes „aufzufrischen“. Neben entspannenden Übungen sollen bisherige Erfahrungen und Erwartungen für das zukünftige Leben mit einem weiteren Kind ausgetauscht werden.

GESCHWISTERKURS – HURRA, ICH BEKOMME EIN GESCHWISTERCHEN

Auf die Ankunft eines Babys werden Mütter und Väter optimal in zahlreichen Kursen vorbereitet. Nur die Geschwister sind nach der Ankunft des Babys oft völlig überrascht von ihrer neuen Rolle und der ungewohnten Situation. Dieser Kurs ist für Kinder von drei bis acht Jahren geeignet. In verständlicher Form werden wir die Kinder mit der neuen Situation vertraut machen, dass in der Familie bald ein Baby sein wird. Anhand von Puppen werden sie auf das neue Geschwisterchen vorbereitet. Die Kinder können eine eigene Baby-Puppe mitbringen.

GEBURTSVORBEREITUNG

AQUA-FIT FÜR SCHWANGERE

Zum körperlichen Wohlbefinden in der Schwangerschaft wird an zwei Tagen in der Woche Wassergymnastik in gut temperiertem Wasser angeboten. Bewegungs- und Lockerungsübungen lösen Verspannungen und Verkrampfungen und wirken anregend auf den Körperkreislauf und die Atmung. Jeder Kurs läuft jeweils über sechs Abende.

YOGA FÜR SCHWANGERE

Yoga schenkt schwangeren Frauen die Fähigkeit, sich mit außergewöhnlicher Flexibilität auf die inneren und äußeren Veränderungen, die eine Schwangerschaft mit sich bringt, einzustellen. Durch bewusstes Atmen und die Harmonie des Körpers mit der natürlichen Schwerkraft werden Verspannungen und Stress gelöst, so dass der Körper einen Zustand der Leichtigkeit erreicht und im Einklang mit sich selbst ist. Der Kurs erstreckt sich über sechs Abende.

PILATES MATTENGYMNASTIK FÜR SCHWANGERE

Ein sanftes und effizientes Trainingsprogramm speziell für Schwangere: Pilates zielt vor allem auf die Verbesserung der Körperhaltung ab und stabilisiert die Wirbelsäule. Es verbessert den Tonus der Bauchmuskulatur und des Beckenbodens und hilft so auch nach der Geburt wieder schneller in Form zu kommen. Die Übungen kräftigen und beleben den ganzen Körper. Pilates fördert die Durchblutung des Bauchraums, vertieft die Atmung, hilft die Schulter- und Nackenmuskulatur zu entspannen und beugt wirksam Rückenschmerzen vor. Das Programm richtet sich an Schwangere ab dem 4. Monat und erstreckt sich über acht Abende.

GEBURTSPREBEREITUNG



Spezialsprechstunde: Engmaschige Diagnostik vor der Geburt.

FEHLBILDUNGSDIAGNOSTIK, DOPPLER-SPRECHSTUNDE „RISIKO“-SCHWANGERSCHAFT

Eine spezielle Sprechstunde ist für Risiko-Schwangerschaften gedacht und bietet Raum für notwendige Untersuchungen und Beratung. Mittels hochwertigen 3D-/4D-Ultraschall-Geräten können Fehlbildungen schon ab dem 1. Schwangerschaftsdrittel überwacht werden. Manche Schwangerschaft ist durch eine vorausgegangene Belastung oder aktuelle Befunde mit einem hohen Risiko behaftet. Ob bei Ihnen eine so genannte Risikosituation vorliegt, und Sie einer engmaschigen Betreuung ggf. in Zusammenarbeit mit uns bedürfen, sagt Ihnen Ihr betreuender Arzt. Hier ist eine sorgfältige Beratung über den möglichen Ablauf der Geburt, aber auch körperliche Untersuchung und Ultraschall von besonderer Bedeutung. Betroffen sind besonders Frauen mit Mehrlingsschwangerschaften, untypischen Kindslagen wie z.B. Beckenendlage, vorausgegangenen Operationen an der Gebärmutter, aber auch Blutdruckerhöhung in der Schwangerschaft, vorzeitiger Wehentätigkeit, Diabetes oder einem mangelnden kindlichen Wachstum (sog. Plazentainsuffizienz).

Termin: nach Vereinbarung, Gyn. Ambulanz: Tel. 02303 / 100-2842

GEBURTSVORBEREITUNG

GEBURT AUS BECKENENDLAGE

Eine Geburt aus Beckenendlage erfordert besonders sorgfältige und fachkundige Leitung der Geburtsphasen und große Erfahrung. Dies vorausgesetzt, brauchen längst nicht alle Kinder aus Beckenendlage durch einen Kaiserschnitt zur Welt zu kommen. Ob eine spontane Geburt aus Beckenendlage angestrebt werden kann, lässt sich durch eine Untersuchung und ein Beratungsgespräch im letzten Drittel der Schwangerschaft festlegen.

Termin: nach Vereinbarung

Ort: Kreißsaal, Anmeldung: Tel. 02303 / 100-2842

ÄUSSERE WENDUNG IN DIE SCHÄDELLAGE

Liegt Ihr Kind auch nach der 35. Schwangerschaftswoche noch in Steißlage (Beckenendlage), so können Sie versuchen, eine Wendung in die geburtsgünstigere Schädellage durch „sanfte“ Methoden zu fördern. Zur Anwendung kommen dabei Akupunktur, die Indische Brücke durch Lagerung auf dem sog. Steißkissen, aber auch Massagen. Zudem besteht bei uns die Möglichkeit, Ihr Kind durch eine äußere Wendung aus einer Steißlage in die Schädellage bringen zu lassen. Hierbei wendet ein Geburtshelfer mit äußeren Handgriffen das Kind in der Weise, dass die vorhandene Beweglichkeit in der Gebärmutter ausgenutzt und der kindliche Körper in die „richtige“ Richtung gelenkt wird. Die äußere Wendung ist mit einem 24-stündigen stationären Aufenthalt verbunden. Optimaler Wendungsversuch ist die 37.-38. SSW.

Termin: nach Vereinbarung

Ort: Kreißsaal, Anmeldung: Tel. 02303 / 100-2842

DIE GEBURT



Ein Kind erblickt das Licht der Welt - manchmal auch mit Hilfe des „sanften Kaiserschnitts“.

DER „SANFTE“ KAISERSCHNITT

Wenn im Verlauf der Geburt ein Kaiserschnitt notwendig wird, führen wir diesen in einer modernen, weiterentwickelten Operationstechnik durch, die unter dem Begriff „sanfter Kaiserschnitt“ bekannt geworden ist. Hierbei werden anders als früher einige der Gewebeschichten nicht mehr geschnitten, sondern vielmehr gedehnt und so Raum für die Entwicklung des Kindes gewonnen. Dadurch sind auch weniger Nähte erforderlich. Kürzere Operationszeit und schnellere Erholung sind die Vorteile. In den allermeisten Fällen wird der Kaiserschnitt in Periduralanästhesie durchgeführt. Der Partner kann seine Frau in den OP begleiten und gemeinsam mit ihr das Neugeborene begrüßen. So ist trotz erswerter Umstände ein schönes Geburtserlebnis möglich.

SCHMERZLINDERUNG WÄHREND DER GEBURT

Geburtswehen – das lässt sich schon aus dem Namen ableiten – tun (meistens) weh! Doch die Art der Empfindung und Verarbeitung von Schmerzen ist von Mensch zu Mensch unterschiedlich und wird wesentlich mit beeinflusst durch die psychische Grundeinstellung zum Schmerz. Gerade deshalb ist eine richtige Geburtsvorbereitung so wichtig und unersetzlich:

„Ich bin stark, den (körperlichen) Geburtsschmerz durchzustehen, aber ich darf mir auch – wenn ich an meine Grenzen komme – von kompetenter Seite helfen lassen.“

Dieses Wissen kann später in das Geburtsgeschehen eingebracht werden. Für die Linderung des Geburtsschmerzes gibt es vielfältige Möglichkeiten. Bei uns kommen neben der Massage an Schmerzpunkten die Homöopathie und die Akupunktur zur Anwendung. Die homöopathischen Mittel werden nach Art der Schmerzen und dem jeweiligen Persönlichkeitstyp ausgesucht. Bei der Akupunktur werden mit feinsten Nadeln an bestimmten Punkten des Körpers heilsame und schmerzlindernde Energien freigesetzt. Auch krampflindernde Medikamente sind hilfreich. Viele Gebärende können Schmerzen in einem warmen Wannenbad viel besser verarbeiten (siehe S. 16, „Wassergeburt“). Für stärkere Schmerzen ist die Periduralanästhesie (PDA) eine sichere und bewährte Methode, die auch bei uns rund um die Uhr eingesetzt werden kann.

DIE GEBURT



AMBULANTE GEBURT

Die Vorstellung, sobald wie möglich nach der Geburt die vertraute häusliche Umgebung wieder genießen zu können, ist für manche werdenden Eltern sehr attraktiv. Bei sorgfältiger Vorbereitung kann dies durch die ambulante Geburt geschehen, die bei uns ebenfalls möglich ist. Hierbei kommen Sie zur Geburt ins Krankenhaus und bleiben nach der Geburt noch für einige Stunden bei uns zur Überwachung. Nach 4 bis 24 Stunden können Sie nach einem normalen Geburtsverlauf wieder nach Hause gehen, sofern aus medizinischer Sicht keine Einwände bestehen. Mit der ambulanten Geburt verbinden Sie die größtmögliche Sicherheit in der Geburtshilfe (als Klinikentbindung) mit der emotionalen Geborgenheit Ihres eigenen Zuhauses für die Tage des Wochenbetts. Die (körperliche) Anstrengung einer Geburt und die Umstellungsphase in den ersten Tagen danach sollten nicht unterschätzt werden. Deshalb ist nach einer ambulanten Geburt eine gute Unterstützung zu Hause durch eine freiberufliche Hebamme besonders wichtig. Falls Sie eine ambulante Geburt wünschen, sollten Sie schon früh in der Schwangerschaft geeignete Vorkehrungen treffen: Das Wichtigste ist die Auswahl einer Hebamme Ihres Vertrauens. Außerdem sollten Sie sich schon vor der Geburt für einen Kinderarzt entscheiden, z.B. für die Neugeborenen-Basisuntersuchung Ihres Kindes (U2). Der Suchtest auf Stoffwechsel- und Schilddrüsenerkrankungen ab dem 2. Lebenstag kann von Ihrer Hebamme oder dem Kinderarzt durchgeführt werden. Auch für diejenigen, die nicht ambulant entbinden, sehen die gesetzlichen Bestimmungen für die Zeit nach der Entlassung aus der Klinik eine häusliche Betreuung durch eine Hebamme Ihrer Wahl vor. Die Kosten hierfür trägt die Krankenkasse. Informationen erhalten Sie auf Wunsch von der diensthabenden Hebamme in unserem Kreißaal oder in der Elternschule.

DIE GEBURT

GEBURTSBEGLEITUNG DURCH HEBAMMEN

Bereits in der Schwangerschaft haben Sie die Möglichkeit, sich von einer Hebamme Ihrer Wahl betreuen zu lassen. Im persönlichen Gespräch über Ihre individuellen Vorstellungen und Wünsche sowie einer abgestimmten Geburtsvorbereitung wächst schon im Verlauf der Schwangerschaft eine Vertrauensbeziehung. Darüber hinaus begleitet Ihre Hebamme Sie zur ambulanten Geburt ins Katharinen-Hospital und übernimmt im Anschluss daran die Wochenbettnachsorge bei Ihnen zu Hause. Falls Sie eine Geburtsbegleitung durch eine unserer Beleghebammen wünschen, erkundigen Sie sich bitte in unserer Hebammen-Praxis oder in der Elternschule.

Unsere aktuelle Hebammenliste finden Sie unter:
www.katharinen-hospital.de



Ein engagiertes Hebammen-Team bietet im Katharinen-Hospital eine umfassende Begleitung an.

DIE GEBURT



Viele Schwangere entscheiden sich heutzutage gerne für alternative Geburtsmethoden, die im Katharinen-Hospital schon viele Jahre angeboten werden.

WASSERGEBURT

Fortschrittliche Hebammen und Geburtshelfer begannen schon vor etwa 20 Jahren, ausgehend von den Bedürfnissen der schwangeren Frauen, nach „alternativen“ Geburtsmethoden und -positionen zu suchen. „Alternativ“ heißt hierbei einfach anders als auf dem Rücken liegend im Bett. Als besonders schonende und beliebte Geburtsart hat sich im Laufe der Zeit die Wassergeburt herausgestellt, die wir in den eigens dafür gedachten großen Geburtswannen anbieten.

Die Wassergeburt ist eine der sanftesten Geburtsmethoden für Mutter und Kind: Schmerzlinderung für die Mutter und Stressminderung für das Kind.

DIE GEBURT

Langjährige Erfahrung und wissenschaftliche Untersuchungen über die Vorgänge bei der Wassergeburt belegen heute zweifelsfrei, dass die Wassergeburt für Mutter und Kind absolut ungefährlich ist. Es fällt jedem leicht sich vorzustellen, welche besondere und innige Beziehung das Ungeborene schon zum (Frucht-)Wasser hat, welches ja für die ersten neun Monate sozusagen sein Zuhause ist. Bei Wassergeburten wirkt der sog. Tauchreflex, der die Luftröhre wasserdicht verschließt. Ein Neugeborenes atmet erst dann zum ersten Mal ein, wenn seine (Gesichts-)Haut keinen Wasserkontakt mehr hat. Die Frauen, die ihr Kind im Wasser geboren haben, sagen in den allermeisten Fällen, dass sie ein schönes und sanftes Geburtserlebnis hatten.

Darüber hinaus hat die Wassergeburt auch „medizinische“ Vorteile: häufig geht die Geburt etwas schneller voran und wird als weniger schmerzhaft empfunden. Auch die Zahl der Dammschnitte und -verletzungen ist geringer.

Sicher trägt hierzu die wohltuende Entspannung und Schmerzlinderung bei, die ein warmes Wannenbad vermittelt. Es kann auch während der Eröffnungswehen von den Frauen genutzt werden, die nicht in der Wanne entbinden möchten. Die Wassergeburt ist nicht für alle Frauen geeignet. Neben einigen medizinischen Kontraindikationen wie Zwillingengeburt, Beckenendlage u.a. gibt es auch durchaus Frauen, denen das Element Wasser nicht so zusagt. Andere bevorzugen die Möglichkeit der ständigen Bewegung im Wasser zur Verarbeitung ihrer Wehen. Durch eine aktive Mitgestaltung des Geburtsablaufs zusammen mit der Sie betreuenden Hebam-

NACH DER GEBURT



Die neue Zweisamkeit genießen - auf der Mutter-Kind-Station.

MUTTER-KIND-STATION

Nach der Geburt können sich Mutter und Kind begleitet vom Vater auf unserer Mutter-Kind-Station für einige Tage langsam an die neue Situation als Familie gewöhnen. Dabei unterstützt Sie das Team der Station mit Beratung und Pflege bei allen Fragen und Problemen des Wochenbetts. So wird die Säuglingspflege unter kinaesthetischen Gesichtspunkten für Vater und Mutter erklärt und geübt. Das Stillen ist zentrales Thema der intensiven Betreuung.

Dazu stehen zwei gemütliche Stillräume zur Verfügung, wo sich rund um die Uhr Fachpersonal um die persönlichen Fragen und Probleme kümmert und Hilfestellungen gibt. Auch die Betreuung für Mütter, die nicht stillen, findet hier jederzeit statt. Unsere Kinderärztin ist für die medizinische Untersuchung der Neugeborenen von Montag bis Freitag anwesend.

NACH DER GEBURT

Die tägliche Untersuchung der Kinder auf Neugeborenen-Gelbsucht wird im Katharinen-Hospital ohne Blutentnahme durchgeführt. Sollten Werte erhöht sein, können die Kinder auch im Zimmer der Mutter im modernen Bili-Bettchen mit Photo-Therapie behandelt werden. Hinzu kommt zweimal wöchentlich die orthopädische Untersuchung auf Hüftfehlstellungen der Kinder durch erfahrene Fachärzte. Zudem wird bei allen Kindern ein Hör-Screening durchgeführt, um eine mögliche angeborene Schwerhörigkeit zu erkennen und dann gegebenenfalls frühzeitig notwendige Maßnahmen einzuleiten.

Wir sind zertifiziert und arbeiten nach den Vorgaben der WHO und Unicef für babyfreundliche Krankenhäuser. Das 24-Stunden-Rooming-in wird vom Team der Mutter-Kind-Station voll unterstützt.

Die Unterbringung auf der Station erfolgt hauptsächlich in Ein- und Zweibettzimmern, die alle mit Toilette und Waschgelegenheit, einige auch mit Dusche ausgestattet sind. Außerdem sind im Zimmer eine Wickelkommode, Fernseher, Radio und Telefon vorhanden. In der gemütlichen Wohnküche der Mutter-Kind-Station wird täglich ein reichhaltiges Frühstücks- und Abendbuffet angeboten. Wenn die Situation es zulässt, bieten wir den Vätern an, gemeinsam mit ihrer „neuen Familie“ die ersten Tage bei uns zu verbringen.



Das Katharinen-Hospital ist ein zertifiziertes „Babyfreundliches Krankenhaus“.

NACH DER GEBURT



Kurse zur Stärkung von Beckenboden- und Bauchmuskulatur gehören zum Angebot der Elternschule am Katharinen-Hospital.

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Für jede junge Mutter ist es ein großer Wunsch, nach der Geburt wieder ins psychische und physische Gleichgewicht zu kommen. Der Rückbildungsprozess kann durch gezielte Übungen sinnvoll unterstützt werden. Zudem können Körperübungen erlernt werden, die Beschwerden vorbeugen. Unsere Elternschule bietet dazu eine Vielzahl von Kursen an, die stärkende Übungen für Beckenboden- und Bauchmuskulatur sowie Entspannungsübungen vorstellen. Das Angebot reicht dabei von schonenden Übungen in der ersten Phase nach der Geburt (hierfür übernehmen die Krankenkassen die Kosten) bis hin zum „Rückbildungs-Kurs Schwimmen“ oder „Pre-Pilates“. Diese Kurse bieten sich als Fortsetzung an, sie trainieren verstärkt die Bauch- und Beckenbodenmuskulatur, um wieder zur gewohnten Fitness zurückzufinden.

PRE-PILATES-BECKENBODENTRAINING

Dieser Kurs bietet die Möglichkeit, das Kraftzentrum Beckenboden kennen zu lernen und als Kraftzentrum zu nutzen. Beckenpower für mehr

NACH DER GEBURT

Vitalenergie: sich auch im Alltag, im Beruf und beim Sport kraftvoller und selbstbewusster fühlen mit einem aktiven Beckenboden. Dieser Kurs ist als präventiv gesundheitsfördernd von der Krankenkasse anerkannt und kann bezuschusst werden.

PILATES

Pilates ist eine nach Josef Pilates benannte Trainingsmethode, die auf einzigartige Weise Kraft mit Beweglichkeit verbindet. Eine besondere Rolle nimmt dabei das Zusammenspiel von Atmung und Bewegung ein. Die besondere Wirkung von Pilates:

- Eine effiziente und gezielte Kräftigung des Körperzentrums
- Die Straffung von Bauch und Taille
- Die Kräftigung der Arme und des Schultergürtels
- Die segmentale Mobilisation der Wirbelsäule
- Die Stabilisation der Wirbelsäule und der Gelenke
- Die Steigerung der Flexibilität und Beweglichkeit
- Die Förderung von Bewegungsleganz und Körpergefühl
- Ein wunderbarer Ausgleich bei monotoner körperlicher Belastung in Alltag, Beruf oder Sport.

Der Einsatz von Kleingeräten wie Pilates-Zirkel, Foam Roller und Pilates Ball unterstützt das Training intensiv und sorgt gleichzeitig für Herausforderung, Spaß und Abwechslung. Die hier unterrichtete Methode bewahrt die Lehre von Pilates, integriert jedoch gleichzeitig Erkenntnisse aus Sportmedizin und Physiotherapie.

RÜCKBILDUNG SCHWIMMEN

Nach der Rückbildungsgymnastik bieten wir zur weiteren Unterstützung einen Kurs Rückbildung Schwimmen an.

Die Übungen richten sich an Frauen, die bereits an einem Rückbildungskurs teilgenommen haben und sind zur Förderung der Rückbildung und Stärkung des Beckenbodens und des gesamten Halteapparates geeignet.

NACH DER GEBURT



Stillen trägt wesentlich zu einer optimalen Entwicklung des Babys bei.

STILLAMBULANZ

Stillen ist die natürliche Ernährung für ihr neugeborenes Kind, und es ist erfreulich, dass in den letzten Jahren die Zahl der Mütter, die ihr Kind stillen wollen, wieder zugenommen hat. Stillen trägt wesentlich zu einer optimalen Entwicklung des Babys bei, denn hierbei werden alle fünf Sinne des Kindes angeregt: Das Baby sieht, spürt, hört, schmeckt und riecht die Mutter. Das Stillen vermittelt dem Kind innigen Körperkontakt, intensive Zuwendung und viel Geborgenheit. Keine künstliche Säuglingsnahrung hat es bisher geschafft, die einzigartig auf die Bedürfnisse des Babys abgestimmte Zusammensetzung der Muttermilch genau nachzuahmen. Zusätzlich zu den Nahrungsbestandteilen besteht die Muttermilch aus einer Vielzahl von natürlichen Stoffen, die dem Kind den sog. „Nestschutz“ mitgeben, der es vor Infektionen und Allergien schützt. Optimal ist eine Stilldauer von sechs Monaten ausschließlichen Stillens. Stillen kann erlernt werden. Wir möchten Ihnen über den Aufenthalt auf der Mutter-Kind-Station hinaus fachkundige Hilfe von erfahrenen Stillberaterinnen in unserer Stillambulanz anbieten. Sie können uns rund um die Uhr erreichen.

NACH DER GEBURT

HABEN SIE FRAGEN ZUM STILLEN?

Säuglingszimmer:
Tel. 02303 / 100-1233

Still- u. Laktationsberaterin
Martina Rothaupt:
Tel. 0163 / 3058823

Elternschule:
Tel. 02303 / 100-2848



Fachkundige Unterstützung
durch die Stillberaterinnen hilft
den Müttern.

STILLCAFÉ / GESUNDES FRÜHSTÜCK

Jungen Eltern bieten wir zwei Möglichkeiten an, sich in lockerer Runde zu treffen, auszutauschen, Fragen zu Themen wie Stillen, Leben mit dem Kind, Schlafen, Schreien und Alltagsbewältigung zu besprechen und neue Kontakte zu knüpfen. Dazu laden wir mittwochs zwischen 14 und 15.30 Uhr in den Gruppenraum der Elternschule zum Stillcafé ein sowie einmal im Monat mittwochs von 10 bis 12 Uhr in den Seminarraum der Elternschule zum gesunden Frühstück. Eine vorherige Anmeldung zum Frühstück ist bitte erforderlich. Termine finden Sie im Jahresplaner der Elternschule im Internet: www.katharinen-hospital.de

ERSTE HILFE AM KIND

Was tun wenn... Dieser Kurs möchte an einem Abend theoretisch und praktisch auf die unvorhersehbaren Situationen mit Kindern vorbereiten und Erste-Hilfe-Maßnahmen sowie Reanimationshilfen vorstellen.

NACH DER GEBURT



Entdecken Sie Ihr Baby durch den weichen, intensiven Kontakt.

BABYMASSAGE

Entdecken Sie Ihr Baby durch den weichen, intensiven Kontakt einer sanften Massage. Nähe, Wärme und Berührung einer vertrauten Person sind ureigene und angeborene Bedürfnisse des Neugeborenen. Manche in den ersten drei Monaten so häufige - Probleme wie Blähungen, Schlafschwierigkeiten oder ängstliche Unruhe des Babys lassen sich mit der Babymassage lindern oder sogar ganz beseitigen. Die Gruppe ist außerdem ein Ort des Austauschs mit anderen Eltern in ähnlicher Situation. Der Kurs läuft über fünf Wochen.

BABYSCHWIMMEN / KLEINKINDSCHWIMMEN

Säuglinge haben von Natur aus ein gutes Verhältnis zum Element Wasser; den Aufenthalt im warmen Wasser kennen alle Babys bereits vom Mutterleib her. Im wohlig-warmen Nass fühlen sie sich wie zu Hause. Es regt sie zu vielfältigen Bewegungen und ganzheitlicher Entfaltung an. Deshalb ist das Babyschwimmen so beliebt bei Eltern mit ihren Säuglingen. Schon ab dem 3. Lebensmonat kann man damit beginnen.

NACH DER GEBURT

KINDERSCHWIMMEN

Zusätzlich zu unseren beliebten Babyschwimm-Kursen bieten wir ab dem 4. Lebensjahr Kinderschwimm-Kurse in kleinen Gruppen von 6 bis 8 Kindern an, mit der Möglichkeit das Seepferdchen-Abzeichen zu erlangen. Die Kinder müssen hierbei in Begleitung eines Erwachsenen sein.

Ort: Physikalische Therapie und großes Bewegungsbad

PEKiP - GRUPPEN

Das PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm) umfasst Spiel- und Bewegungsanregungen für Eltern mit ihren Säuglingen im 1. Lebensjahr. Ausgehend von dem Bedürfnis und dem jeweiligen Entwicklungsstand jedes Kindes, werden auf der Ebene von Spiel und Spaß Anregungen vermittelt, die den Säugling in seiner körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung begleiten und unterstützen. Bereits ab der 4. bis 6. Lebenswoche trifft sich eine feste Gruppe einmal wöchentlich. Elemente der sanften Babymassage fließen in die Arbeit mit ein. Darüber hinaus bietet die Gruppe vielfältige Kontakte, Erfahrungsaustausch und Informationen zu Themen und Problemen des Alltags mit einem Baby.

Die PEKiP-Kurse laufen in Abschnitten von jeweils zehn Wochen bis zur Vollendung des ersten Lebensjahres.



NACH DER GEBURT



Durch ein gezieltes und abwechslungsreiches Bewegungsprogramm können spielerisch positive Erfahrungen gesammelt werden.

KINDER BRAUCHEN BEWEGUNG (FÜR KINDER AB 1 JAHR)

Bewegung als Möglichkeit der aktiven Auseinandersetzung mit der Umwelt ist für die Entwicklung der kindlichen Persönlichkeit von größerer Bedeutung, als uns oft bewusst ist. Das Beherrschen alterstypischer Bewegungsfertigkeiten wie z.B. Rennen, Springen, Werfen, Fangen, Rollen, Klettern, Balancieren sichern dem Kind ein positives Selbstbild und stärken sein Selbstvertrauen. Bekommt das Kind genügend Möglichkeiten sich zu bewegen, werden seine Organe beansprucht und erhalten somit notwendige Reize für ihre gesunde Ausbildung. Durch ein gezieltes und abwechslungsreiches Bewegungsprogramm mit Eltern und Kind können spielerisch positive Erfahrungen gesammelt werden. Das Kind erfährt, was es kann, und die Eltern lernen, ihrem Kind mehr Gelegenheiten für verschiedene Bewegungsspiele zu bieten. Ein Kurs erstreckt sich über zehn Treffen.

NACH DER GEBURT

MUSIKGARTEN

Im Musikgarten werden Kinder ab dem ersten Lebensjahr in kleinen Gruppen spielerisch an die Musik herangeführt. Durch gemeinsames Musizieren und das Spielen mit Tönen und Geräuschen mit einfachen Instrumenten sollen sie ein Gefühl für Musik und Rhythmus entwickeln. Abgestimmt auf die Bedürfnisse der Kleinkinder erhalten Eltern mit ihren Kindern vielfältige Anregungen. Ein Kurs umfasst zehn Treffen.



Durch gemeinsames Musizieren und das Spielen mit Tönen entwickeln die Kinder ein Gefühl für Musik und Rhythmus.

SPIELGRUPPE

Im Spiel lernen Kinder fürs Leben. Unter der Anleitung von ausgebildeten Pädagoginnen / Kinderkrankenschwestern erhalten Kinder ab dem 1. Lebensjahr - jeweils der Altersgruppe angemessen - durch ausgewogenes Fördern und „Wachsenlassen“ mit Hilfe von freiem Spiel und gezielten Angeboten viele Impulse. Kontakt zu anderen Kindern und Eltern, Stärkung des Sozialverhaltens, Anreize zum Singen und Sprechen und die spielerische Entdeckung der Umwelt gehören dazu. Das Angebot erstreckt sich über zehn Wochen.

RUNDUM VERSORGT



Die Hebammen im Katharinen-Hospital stehen für alle Fragen rund um Geburt und Schwangerschaft zur Verfügung.

HEBAMMENPRAXIS

In der Hebammenpraxis stehen nach vorheriger Terminvereinbarung erfahrene Hebammen des Katharinen-Hospitals für alle Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit dem Baby zur Verfügung. Wir bieten Beratung zu Themen wie Schwangerschaftsverlauf, Entwicklung des Kindes, Vorbereitung auf die Geburt und das Stillen. Akupunktur zur Geburtserleichterung gehört zu unserem Angebot ebenso wie Vor- und Nachsorge. Für den Bereich der Geburtsbegleitung (siehe Seite 15) besteht in der Hebammenpraxis am Katharinen-Hospital die Möglichkeit, eine Beleghebamme kennen zu lernen, die die Familie unter der Geburt im Kreißsaal betreut. Die Sprechstunden der Hebammen-Praxis finden in der Elternschule, Forum Mozartstraße, Mozartstr. 26 in Unna statt.

AMBULANTE NACHSORGE

Eine aktuelle Liste über Hebammen für die ambulante Nachsorge erhalten Sie entweder im Internet oder direkt in der Elternschule, Forum Mozartstraße, Mozartstr. 26 in Unna.

NACH DER GEBURT

SPRECHSTUNDE FÜR SCHREIBABYS



Nicht alle Säuglinge lassen sich leicht beruhigen. Jeder fünfte gesunde Säugling schreit in den ersten Lebensmonaten abnorm viel – entweder auf Grund schwer beeinflussbarer Blähungen oder auch ohne erkennbaren Grund. Dazu kommen oft chronische Unruhe, Irritierbarkeit und Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus. Solch ein Baby bedeutet für die betroffenen Eltern eine ernstzunehmende Belastungsprobe. Oft geht all dies nach drei Monaten wie ein „Spuk“ vorbei. Es kann aber auch die frühe Beziehung zwischen Eltern und Kind erheblich belasten. Anstatt

die neue Elternrolle genießen zu können, erleben die Eltern Erschöpfung und wachsende Hilflosigkeit. Viele Betroffene suchen die Schuld allein bei. Dabei werden sie von der Umwelt oft im Stich gelassen. In der „Sprechstunde für Schreibabys“ finden betroffene Eltern Beratung. Wir möchten mit Ihnen die Ursachen des häufigen Schreiens herausfinden, seien sie körperlicher oder seelischer Natur. In individuell abgestimmten Beratungsgesprächen werden Ihnen Hilfen im Umgang mit Ihrem Kind angeboten. Die Erfahrung lehrt: Je früher Sie kommen, umso einfacher lassen sich Wege der Entlastung finden, umso eher beugen Sie weiteren Belastungen für sich und Ihr Kind vor.

Haben Sie Fragen zu diesem Thema? Hilfestellung erhalten Sie in der Elternschule, Tel. 02303 / 100-2848.

NACH DER GEBURT

STARKE ELTERN – STARKE KINDER

MEHR FREUDE UND WENIGER STRESS MIT DEN KINDERN!

Der Kurs richtet sich an Eltern mit Kindern bis zu 10 Jahren, die eine Möglichkeit suchen, ihre Erziehungstätigkeit zu reflektieren. Durch eine veränderte Sichtweise auf den eigenen Erziehungsstil gewinnen sie oft mehr Vertrauen in ihre eigene Erziehungsfähigkeit und Stärke für Ihren Erziehungsalltag. Den einzelnen Eltern ermöglicht der Austausch in der Gruppe Unterstützung, Entlastung und Anregung.

Es geht u.a. um die Klärung folgender Fragen:

- Was sind Werte- und Erziehungsziele?
- Welche Bedürfnisse haben Kinder?
- Wie rede ich mit meinem Kind, damit es mir zuhört?
- Wie wichtig sind Disziplin und Grenzen setzen?
- Erziehungsverhalten in Problemsituationen?

Zum Kursinhalt gehören theoretische und praktische Anteile und persönliche Fragen, die Sie mitbringen. Kleine Übungen während der Woche vertiefen die besprochenen Inhalte. Die Themen bauen aufeinander auf. Eine regelmäßige Teilnahme ist deshalb wünschenswert (zehn Treffen).



PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG

nach Edmund Jacobson

Die Progressive Muskelentspannung ist ein leicht erlernbares, ganzheitliches Entspannungsverfahren und daher sehr gut für diejenigen geeignet, die das erste Mal eine Entspannungstechnik ausprobieren möchten.

Bei diesem Verfahren werden nacheinander einzelne Muskelpartien in einer bestimmten Reihenfolge zunächst angespannt, die Spannung wird kurz gehalten und anschließend wieder gelöst.

Dadurch erreichen die Übenden einen Zustand tiefer Entspannung des ganzen Körpers, Muskelverspannungen können aufgespürt und gelockert und Schmerzzustände verringert werden. Das Selbstbewusstsein steigt und Anforderungen des Alltags können gelassener erfüllt werden. Progressive Muskelentspannung bietet viele Übungsformen und ist daher sehr gut zur Vorbeugung geeignet. Auch in Akutsituationen können die verkürzten Formen einen erfolgreichen Beitrag zur Stressbewältigung leisten.

Verschiedene Atemübungen und Fantasiereisen vertiefen das Entspannungsprogramm. Pro Kurs sind acht Treffen vorgesehen.

Eine Anmeldung ist erforderlich:

Elternschule Katharinen Hospital: Tel. 02303 / 100-2848

ANMELDUNG



Interessante Kursangebote der Elternschule am Katharinen-Hospital begleiten Eltern und Kinder auf ihrem Weg. Der Austausch mit Gleichgesinnten, das Zusammentreffen mit neuen „Spielkameraden“ bereitet viel Freude.

ZU DEN KURSEN

Zu fast allen Veranstaltungen dieser Broschüre können Sie sich im Büro der Elternschule unter der Telefonnummer 02303 / 100-2848 anmelden. Bei einigen Angeboten entnehmen Sie die Telefonnummer zur Anmeldung der entsprechenden Seite im Heft. Bitte beachten Sie, dass wir für unsere Kurse eine angemessene Gebühr erheben müssen. Auf diese Weise können wir für Sie und Ihre Familien die gute Qualität unserer Angebote gewährleisten.

ZUR GEBURT

Nach den gesetzlichen Bestimmungen für Schwangerschaftsvorsorge und Mutterschutz haben Sie die Möglichkeit, sich in der Geburtsklinik ihrer Wahl etwa vier Wochen vor dem errechneten Termin vorzustellen und zur Geburt anzumelden. Besonders sinnvoll ist dies für Schwangere, in deren Schwangerschaft Probleme oder Besonderheiten aufgetreten

sind, so dass in diesen Fällen die Geburt schon im Vorfeld gemeinsam besprochen werden kann. Falls erforderlich, wird bei diesem Besuch auch eine Vorsorgeuntersuchung und ein Ultraschall durchgeführt. Wenn Sie diese Möglichkeit nutzen wollen, vereinbaren Sie am besten vorher telefonisch einen Termin mit unserem gynäkologischen Sekretariat (Tel. 02303 / 100-2842). Bitte bringen Sie einen Über-



weisungsschein Ihres behandelnden Frauenarztes / -ärztin sowie Ihren Mutterpass mit. Sollten Sie vorab Ihre Personalien angeben wollen, so genügt eine kurzfristige telefonische Terminvereinbarung mit der diensthabenden Hebamme (Tel. 02303 / 100-1271, KreiBsaal).

BABYWALD



Ein Baum fürs Leben

LIEBE ELTERN,

die Geburt jedes Kindes ist ein einmaliges und großartiges Ereignis. Für Sie als Eltern, für die Großeltern, für die Paten und die Familie, auch für Freunde, Kollegen oder die Nachbarschaft. Wir, das Katharinen Hospital Unna, freuen uns mit Ihnen und möchten Sie deshalb einladen, sich an einer ganz außergewöhnlichen Aktion zu beteiligen. In Unna entsteht ein eigener Babywald. Die Idee: Sie pflanzen für Ihr Kind – Ihren Enkel, Ihr Patenkind, Ihre Nichte, Ihren Neffen –, das in unserem Krankenhaus geboren wurde, einen Baum. Er wird auf einer Fläche zwischen Frömern und Kessebüren bei einem Pflanzfest gepflanzt. Der Baum erhält ein Namensschild und gehört auf Lebenszeit Ihnen. Die Betreuung der Bäume übernimmt die Baumschule Haschke, begleitet wird das Projekt vom Forstamt und dem Kreis Unna. Verbunden mit der Aktion ist eine Anzeige im Hellweger Anzeiger – der traditionelle Weg, die Freude über die Geburt Ihres Kindes bekannt zu machen. Unterlagen und weitere Informationen zur Aktion Babywald erhalten Sie beim Hellweger Anzeiger, Tel. 02303 / 202-127 oder unter Tel. 02303 / 100-2754.

WICHTIGE TELEFONNUMMERN

Sekretariat Chefarzt Dr. Kunibert Latos: Tel. 02303 / 100–2842
Fax-Nr. Abteilung für Gynäkologie
und Geburtshilfe: Tel. 02303 / 100–2840
Kreißaal: Tel. 02303 / 100–1271
Mutter-Kind-Station (Station 2 A): Tel. 02303 / 100–1230
..... Tel. 02303 / 100–1233
Telefonzentrale: Tel. 02303 / 100–0

Elternschule



Das hauptamtliche Team der Elternschule: Martina Rothaupt, Christiane Kötter-Lietz (Leitung) und Ursula Schmidt (v.l.).

Tel. 02303 / 100–2848, Fax: 02303 / 100-2857

E-Mail: elternschule@katharinen-hospital.de

Anmeldungen zu allen Angeboten nehmen wir während der Bürozeiten (Mo. und Di. 9 bis 18 Uhr, Mi. und Do. 9 bis 16 Uhr und Fr. 9 bis 14 Uhr) auch gerne telefonisch entgegen. Außerhalb der Bürozeiten sprechen Sie bitte auf den eingeschalteten Anrufbeantworter, wir rufen Sie zurück. Ebenso sind wir per E-Mail jederzeit erreichbar: elternschule@katharinen-hospital.de.

WO SIE UNS FINDEN

KATHARINEN-HOSPITAL UNNA

Obere Husemannstr. 2
59423 Unna

Tel. 02303/100-0
Fax: 02303/100-2700



KLINIK FÜR GYNÄKOLOGIE UND GEBURTSHILFE

Chefarzt Dr. Kunibert Latos

Tel. 02303 / 100-2842
Fax: 02303/100-2840

gyn@katharinen-hospital.de

MUTTER-KIND-STATION

Tel. 02303/100-1233
Fax: 02303/100-2840

mutter-kind@katharinen-hospital.de

ELTERNSCHULE

Tel. 02303/100-2848
Fax: 02303/100-2857

elternschule@katharinen-hospital.de



**KATHOLISCHER
HOSPITALVERBUND
HELLWEG**

Das Katharinen-Hospital Unna ist Teil des
Katholischen Hospitalverbundes Hellweg.
Weitere Informationen dazu finden Sie im Internet unter
www.hospitalverbund.de