

SIE SIND SCHWANGER? SIE HABEN GERADE IHR KIND GEBOREN?

Dann haben Sie sicher viele Fragen. Denn auch wenn die Geburt eines Kindes ein freudiges Ereignis ist, so ist Ihre momentane Lebenssituation zusätzlich mit Herausforderungen, Sorgen und Ängsten belastet. Diese müssen Sie nicht alleine bewältigen! In Deutschland können Sie sich jederzeit Rat und Unterstützung durch eine Hebamme holen – die Kosten werden übernommen!

**Die Hebamme begleitet, berät und unterstützt Sie – vor, während und nach der Geburt.
Jede Frau kann Hebammenhilfe in Anspruch nehmen, sie wird von den Krankenkassen bezahlt.**

Bereits während der Schwangerschaft ist Ihre Hebamme für Sie da. Sie hilft Ihnen bei Schwangerschaftsbeschwerden und kann alle notwendigen Untersuchungen - bis auf den Ultraschall - durchführen. Für ärztliche Untersuchungen wenden Sie sich bitte an niedergelassene Gynäkologinnen und Gynäkologen und im Notfall (Blutung, Geburtsbeginn) in einem Krankenhaus.

Die Geburt findet in der Regel in einem Krankenhaus statt. Auch hier begleitet Sie eine Hebamme und hilft Ihnen, richtig zu atmen und zeigt Ihnen Haltungen und Übungen, die die Geburt erleichtern. Sie beobachtet und dokumentiert den Geburtsverlauf; treten Probleme auf, zieht sie einen Arzt oder eine Ärztin hinzu.

**Die medizinische Versorgung ist in Deutschland kostenlos!
Ab Ihrer Ankunft übernehmen Sozialbehörden die Kosten. Bitte melden Sie sich zusätzlich so früh wie möglich bei einer Krankenkasse an!**

Nach der Geburt hilft Ihre Hebamme Ihnen beim Stillen und führt die erste Vorsorgeuntersuchung bei Ihrem Kind durch. In den ersten Wochen nach der Entlassung aus dem Krankenhaus besucht Ihre Hebamme Sie – egal ob Sie in einer Wohnung, in einem Hotel oder einer Unterkunft leben.

Nicht nur die Ankunft Ihres Kindes ist für Sie eine neue Lebenssituation, sondern auch die Ankunft in einem für Sie fremden Land - verbunden mit den Sorgen um die Zukunft und die Trauer um Ihre Heimat.

Hebammen sind an Ihrer Seite und helfen Ihnen.

**Aktuelle Informationen erhalten Sie vom Landesflüchtlingsrat des jeweiligen Bundeslandes:
www.fluechtlingsrat.de**