



Um die Geburt

Hebammen

- **Hebamme Elaine Below**
Einzelgeburtsvorbereitung, 0176/ 22717424
- **Hebamme Steffi Köhlbach**
Geburtsvorbereitung, Wochenbettbesuch, Tapen, Stillberatung, Lasertherapie, Wolgaster Landstr. 21, 0171/ 2329361
- **Hebamme Nadine Österreich-Neumann**
Geburtsvorbereitung, Akupunktur, Nachsorge, Rückbildung, Schwangerenschwimmen, Pflanzenheilkunde, Gartentherapie, 0177/ 7525784
- **Hebammenpraxis „In Guten Händen“**
Geburtsvorbereitung, Nachsorge, Still- Krabbelgruppe, Rückbildung, 17489 Greifswald, Brinkstr. 27a, 0176/ 30179584
- **Hebammenpraxis „Lichtblick“**
Geburtsvorbereitung, Hausgeburten, Nachsorge, Rückbildung, Hunnenstr. 15a, 03834/ 776468/69
- **Hebamme Juliane Bense**
Schwangerschaftsbegleitung, Wochenbett & Stillzeit, Einzelgeburtsvorbereitung, Familienhebamme, Homöopathie, Phytotherapie, Aromatherapie, Rückbildung, 0179/ 5625265
- **Hebamme Andrea Anders**
Neppermin, Geburtsvorbereitung, Schwangeren- u. Rückbildungsschwimmen in Heringsdorf, Vor- und Nachsorge, 0160/ 96070958
- **Hebamme Gabriela Morgenstern**
Wolgast, Einzel-Geburtsvorbgt., Rückbildung, Akupunktur, Nachsorge, Babymassagekurse, 0172/9543350
- **Hebamme Kirsten Wendt**
Jarmen, Wolgast, Greifswald, Vor- und Nachsorge, K-Taping, Einzelgeburtsvorbereitung, 0173/ 8946959
- **Hebammenpraxis Sabine Spanke**
Stadt Usedom, Vorsorge, Geburtsvorbereitung, Akupunktur, Qi Gong, Wochenbett, Markt 3, 0171/1498070
- **Hebamme Ute Krohn**
Wolgast u. Zinnowitz, Geburtsvorbereitung, Nachsorge, Rückbildung, Homöopathie, 0172/ 3939021
- **Hebamme Antje Niendorf**
Zinnowitz und Umgebung, Wochenbettbetreuung, 0152/ 28649150
- **Hebamme Alexandra Ricks**
Anklam, Nachsorge, Stillberatung, Rückbildung, Babymassage, Homöopathie, Bachblüten, 0152/01544369
- **Hebamme Anke Witt**
Anklam, Ueckermünde, Rubkow, Geburtsvorbereitung, Nachsorge, Stillberatung, Rückbildung, Babymassage, Homöopathie, Bachblüten, 0172/ 3723673
- **Hebamme Antje Rehn**
Ueckermünde, Anklam, Nachsorge, Stillberatung, Rückbildung, Babymassage, Homöopathie, Bachblüten, 0170/8157998
- **Hebamme Kristin Lühke**
Rubkow, Anklam, Geburtsvorbereitung, Nachsorge, Stillberatung, Rückbildung, Babymassage, Homöopathie, Bachblüten, 0171/ 6556135
- **Hebammenhaus Anklam**
Anklam, Hospitalstr. 7, Hebammengemeinschaft Lühke+Witt GbR und Team, 0171/ 6556135
- **Hebammenhaus Ueckermünde**
Ueckermünde, Am Schützenwald 36, Hebammengemeinschaft Lühke+Witt GbR und Team, 0172/ 3723673
- **Hebamme Marion Sartowski**
Demmin, Loitz, Jarmen, Akupunktur, TCM, Vor- und Nachsorge, Geburt, 0171/ 7702985

KINDER WACHSEN NACHTS

Kinder wachsen anscheinend über Nacht. Forscher beweisen, dass sich Knochen im Schlaf ausdehnen. US-Forscher der Universität von Wisconsin in Madison haben entdeckt, dass Knochen tatsächlich in der Nacht wachsen. Anhand von Sensoren in Baby-Lämmern konnten die Forscher feststellen, dass das Wachstum während der Ruhe- und Schlafzeiten besonders groß war. Die Forscher nehmen nun an, dass auch Kinder am meisten während der Nacht wachsen. Das würde auch erklären, warum sie in der Nacht öfters an Schmerzen leiden. Die Wissenschaftler um Norman Wilsman haben die Knochenlängen kontinuierlich alle 167 Sekunden über einen Zeitraum von drei Wochen gemessen. Mindestens 90 Prozent des Wachstums passierte während die kleinen Lämmer schliefen oder sich ausruhten. „Das bedeutet, dass sich die Knochen immer dann weiterbildeten, wenn die Lämmer sich niederlegten, und niemals während sie standen oder sich bewegten“, so Wilsman. Die Forscher nehmen an, dass während der Ruhezeiten, der Druck auf die Knochen anders ist und es daher einfacher ist, dass sie sich weiter ausdehnen.

„Wachstum ist kein Kontinuum“, so der Co-Autor der Untersuchung Kenneth Noonan. Es gebe Perioden, in denen es schubweise zu Wachstum komme. Der Wissenschaftler geht davon aus, dass das Wachstum von Kindern ebenso zustande komme wie jenes von den Lämmern. „Es gibt tatsächlich Humanstudien, die bereits zu ähnlichen Schlüssen gekommen sind“, so Jeremy Wales, Kinderfacharzt am Sheffield Childrens Hospital. Der Kindermediziner Tom Hutchinson steht den Aussagen der US-Kollegen allerdings kritisch gegenüber: Das rasanteste Wachstum gebe es im Teenager-Alter, Wachstumsschmerzen treten am häufigsten zwischen sechs und zehn Jahren auf. Außerdem treten diese auch während des Tages auf.

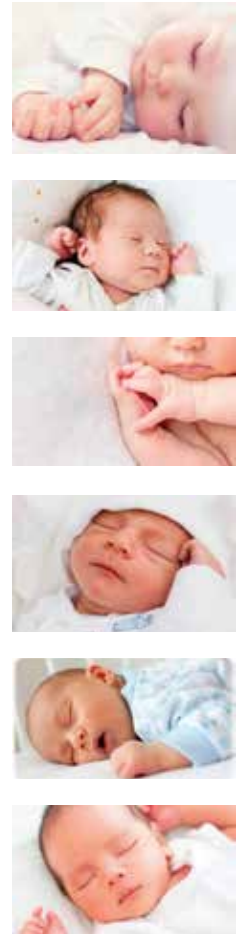
AMEOS Klinikum Anklam - Das Krankenhaus für Ihr Kind



- Individuelle Entbindung in modernen Familienzimmern begleitet durch die Hebammengemeinschaft Lühke und Witt GbR
- moderne computerunterstützte Überwachung der Geburt durch Monitoring und Telemetrie
- alle Entbindungsmöglichkeiten (z.B. Wassergeburt)
- moderne Verfahren der Schmerzbekämpfung (Medikamente, PDA)
- kinderärztliche Betreuung der Neugeborenen
- Vorsorgeuntersuchungen (U1 und U2)
- 24h Rooming In, Stillberatung und Nachsorge zu Hause durch unsere Hebammen

Kontakt und Anmeldungen:
Abteilung für Kinder- und Jugendmedizin
 Tel.: 03971 834-5405
Geburtshilfe/Kreislaufführung **24h-Notfallambulanz**
 Tel.: 03971 834-5206 Tel.: 03971 834-5110

AMEOS
 Hospitalstraße 19 • 17389 Anklam
 Email: info@anklam.ameos.de
 Tel.: 03971-834-0 • www.ameos.eu



Entbindungsmöglichkeiten

- **Universitäts-Frauenklinik Greifswald**
17475 Greifswald, Ferdinand-Sauerbruch-Str., 03834/ 866468
- **Hebammenpraxis „Lichtblick“**
Geburtsvorbereitung, Hausgeburten, Nachsorge, Rückbildung,
Hunnenstr. 15a, 03834/ 776468/69
- **AMEOS Klinikum Anklam**
Anklam, Hospitalstraße 19, 03971/ 834-5206

Informationen zur Entbindung

für Eltern

- **Elternabende**
Universitäts-Frauenklinik Greifswald, Treffpunkt: vor dem Kreisaal,
Ferdinand-Sauerbruch-Str., Termine erfragen, 03834/ 866500
- **AMEOS Klinikum Anklam**
nach vorheriger Anmeldung zeigen Hebammen
Entbindungsstation und Kreisaal, 03971/ 834-5206

für Geschwister

- **Vorbereitung auf das Geschwisterchen**
Universitäts-Frauenklinik Greifswald, Treffpunkt: vor dem Kreisaal,
Ferdinand-Sauerbruch-Str., Termine erfragen, 03834/ 866500

Kurse für Schwangere

- **Schwangeren- und Babymassage**
Sabine Barkowsky, Marienstrasse 28, 0177/ 5986843
- **Schwangerenschwimmen**
Freizeitbad Greifswald, 03834/532711
- **Yoga für Schwangere**
Anke Portugal, HApraxis „In guten Händen“, Brinkstr. 27a, 0151 029882
- **Schwangeren- und Babymassage**
Lassan, Calla Praxis, Sabine Barkowsky, Lange Str. 57, 0177 5986843
- **Schwangerenschwimmen**
Ahlbeck, Ostseetherme, Lindenstr. 60, 038378/2730
- **Schwangerenschwimmen**
Anklam, Kursana-Residenz, 0171/ 6556135

Rückbildung nach der Schwangerschaft

wird von vielen Hebammen angeboten, siehe oben

Bewegung mit Babys

siehe auch Kinder/ Sport/ Schwimmen

- **Fit in der Elternzeit**
Madlén Steinbrückner, HApraxis „In Guten Händen“, Brinkstr. 27a,
0174/ 8644698
- **Eltern-Baby-Yoga**
Aktivzentrum „Boddenhus“, Karl-Liebkecht-Ring 1, 03834/ 8532-0

Krabbelgruppen

siehe Kinder/ Eltern-Kindaktionen (0-6 Jahre)

Sonstiges

- **Stillberatung + monatliche Treffen**
La Leche Liga, 03834/ 4540169
- **Stillgruppe**
Logopädische Praxis K. Hamann, Markt 20, 03834/ 771273
- **Schwangeren-, Still- und Krabbelgruppe**
Lubmin, Praxis Frau Dr. Kropf, Ärztehaus, Waldstr.6, 038354/ 22850
- **Stillberatung und monatliche Stillgruppe**
Insel Usedom, La Leche Liga, 03836/ 2075579

Trageberatung
auf der Insel Usedom und Umgebung
getragen in Liebe von Geburt an

www.ge-tragen.de

Antje Nespetha - Trageberaterin
Dorfstraße 10, 17449 Zecherin Handy: 0171 - 6243210
Telefon: 03836 - 2075579 E-Mail: antje@ge-tragen.de

