
**Von Anfang an
in guten Händen**

**Entre en bonnes mains
dès le départ**



Sabine Aeberhard

Hebamme / Sage-femme

Von Anfang an in guten Händen

- Schwangerschaftskontrollen
- Hebammensprechstunde
- Ambulante Wochenbettbetreuung zu Hause
im Anschluss an den Spitalaufenthalt
- Stillberatung

Schwangerschaftskontrollen

Als Hebamme beobachte ich den Verlauf der Schwangerschaft anhand medizinischer Kriterien und Ihrem persönlichen Wohlbefinden. Die begleitenden Untersuchungen in der Schwangerschaft geben Ihnen Sicherheit, Beruhigung und Unterstützung.

Ich berate Sie zu folgenden Themen:

- Körperliche und psychische Veränderungen in der Schwangerschaft
- Ernährung in der Schwangerschaft
- Natürliche Heilmittel und Tipps bei Schwangerschaftsbeschwerden
- Wahl des Geburtsortes und Geburtsvorbereitungskurses
- Aufklärung und Gesundheitsförderung rund um Schwangerschaft und Geburt

Hebammensprechstunde

Sie sind bei Ihrem Arzt/Ärztin in guten Händen, wünschen sich aber weitere Unterstützung für Ihre Fragen und Beschwerden?

Die Hebammensprechstunde ergänzt die klassische Schwangerschaftsvorsorge. Arzt und Hebamme wechseln sich bei den Schwangerschaftskontrollen ab. Falls medizinisch notwendig kann jederzeit ein Arzt/Ärztin beigezogen werden. So können Sie individuell und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt durch die Schwangerschaft begleitet und auf die Geburt vorbereitet werden. Es ist mir wichtig, Sie in der Hebammensprechstunde umfassend zu beraten und betreuen und dabei Ihre Selbstbestimmung als Mutter zu wahren.

Ambulante Wochenbettbetreuung zu Hause im Anschluss an den Spitalaufenthalt

Die Tage im Wochenbett geben Ihnen Raum und Schutz, sich von der Schwangerschaft und der anstrengenden Geburt zu erholen. Sie lernen Ihr Kind besser kennen und verstehen. Als freipraktizierende Hebamme besuche ich Sie in den ersten zehn Tagen nach der Geburt zu Hause und unterstütze Sie beim Start in den Alltag.

Ich berate Sie:

- nach einer ambulanten Geburt
- nach einer Frühentlassung aus dem Spital
- nach stationärem Wochenbett im Spital

Ausserdem bin ich Fachperson:

- beim Stillen oder bei der Ernährung mit der Flasche
- Kontrolle Gewichtszunahme des Kindes
- Unterstützung Kinderpflege
- Kontrolle Rückbildung
- Information Verhütungsmöglichkeiten
- Hilfe für geeignete Stillhilfsmittel
- Individuelle Fragen zur Familie und Alltag

Durch kompetente Unterstützung erhalten Sie Sicherheit in der neuen Lebenssituation.

Bitte nehmen Sie frühzeitig mit mir Kontakt auf, um zu besprechen, wie Sie Ihre Wochenbettzeit gestalten möchten.

Stillberatung

Stillen – die natürlichste Sache der Welt.

Als freipraktizierende Hebamme biete ich Ihnen während der ganzen Stillzeit meine Unterstützung und Hilfe an.

Ich

- informiere Sie über die Veränderung in Ihrer Brust, und Sie lernen die Milchbildung zu verstehen und zu beeinflussen
- beobachte das Saugverhalten und die Gewichtszunahme des Kindes
- zeige Ihnen verschiedene Stillpositionen
- helfe bei zu viel oder zu wenig Milch
- berate Sie beim Abpumpen und in der Wahl der richtigen Stillhilfsmittel
- gebe Ihnen hilfreiche Ratschläge bei schmerzenden Brustwarzen
- unterstütze Sie bei Milchstau oder Brustentzündung
- begleite Sie beim natürlichen oder medikamentösen Abstillen

Im persönlichen Gespräch gehe ich auf Ihre Fragen ein und suche mit Ihnen nach einer geeigneten Lösung.

Entre en bonnes mains dès le départ

- Contrôles de grossesse
- Consultations de sage-femme
- Prise en charge des soins post-partum à domicile suite au séjour à l'hôpital
- Conseils en allaitement

Contrôles de grossesse

En tant que sage-femme, j'observe l'évolution de votre grossesse en me basant sur les critères médicaux ainsi que sur votre bien-être personnel. Les examens médicaux de suivi vous sécurisent et vous soutiennent tout au long de votre grossesse.

Je vous offre conseil pour les thèmes suivants:

- Changements physiques et psychiques durant la grossesse
- Alimentation durant la grossesse
- Médecine naturelle et astuces contre les maux de grossesse
- Choix du cours de préparation à la naissance et du lieu de naissance
- Promotion de la santé autour de la grossesse et la naissance

Consultations de sage-femme

Vous êtes entre en bonnes mains chez votre médecin mais aimerez plus de soutien dans vos questions et les maux liés à la grossesse?

La consultation de sage-femme complète les contrôles de grossesses classiques. Le médecin et la sage-femme se relient pour les contrôles. Si nécessaire, on peut toujours faire appel à un médecin. Cela permet un accompagnement individuel durant tout votre grossesse et de vous préparer de manière optimale à la naissance.

Pour moi il est très important durant ces contrôles, de vous conseiller de manière complète et détaillée, tout en conservant votre autodétermination en tant que mère.

Prise en charge des soins post-partum à domicile suite au séjour à l'hôpital

Les jours passés à l'hôpital donnent à vous le soutien et l'espace nécessaire pour reprendre des forces après l'accouchement. Vous apprenez à connaître et comprendre votre enfant. En tant que sage-femme indépendante, je vous rends visite les dix premiers jours après la naissance et vous soutiens dans la vie de tous les jours.

Je vous conseille:

- après un accouchement ambulatoire
- après une rentrée précoce de l'hôpital
- après un séjour stationnaire à l'hôpital

De plus je suis experte:

- pour l'allaitement ou l'alimentation par biberon
- Contrôle de la prise du poids de l'enfant
- Soins au nouveau-né
- Informations sur les moyens de contraception
- Questions individuelles autour de la famille et de la vie de tous les jours

Grâce à un soutien compétent vous gagnez rapidement en sécurité dans cette nouvelle situation.

Je vous prierais de prendre contacte avec moi suffisamment tôt pour que nous puissions prévoir votre post-partum selon vos vœux individuels.

Conseils en allaitement

Allaiter – quoi de plus naturel.

En tant que sage-femme indépendante je vous offre conseil et soutien tout au long de la période d'allaitement.

Je

- vous informe sur les changements que traverse votre poitrine et vous apprenez à connaître et à influencer la production de lait
- observe comment votre enfant boit ainsi que sa prise de poids
- vous montre différentes positions d'allaitement
- vous aide si vous avez trop ou trop peu de lait
- vous conseille si vous devez pomper votre lait et dans le choix des produits d'allaitement
- vous donne des conseils en cas de mamelons douloureux
- vous soutiens lors d'engorgement ou d'inflammation du sein
- vous accompagne lors du sevrage naturel ou médicamenteux

Lors d'un entretien personnel, je suis à l'écoute de vos questions et je cherche avec vous la solution optimale.

Notizen
Notes



Sabine Aeberhard

Hebamme HF/Sage-femme

Ich bin 1968 in Langenthal geboren und aufgewachsen.

Im Jahr 2007 habe ich meine Ausbildung zur Hebamme HF abgeschlossen.

2007–2014

Spitalzentrum, Biel

Abteilung Frau und Kind, Gynäkologie

2014–2015

Praxis für Gynäkologie und Geburtshilfe, Biel

2015

Privatklinik Linde, Biel

Abteilung Frau und Neugeborene

Seit 2012 zusätzlich

Freipraktizierende Hebamme

Je suis née en 1968 à Langenthal où j'ai également grandi.

En 2007 j'ai terminé ma formation de sage-femme.

2007–2014

Centre Hospitalier, Bienne

Département mère et enfant, Gynécologie

2014–2015

Cabinet gynécologique et obstétrique, Bienne

2015

Clinique des Tilleuls, Bienne

Département mère et nouveau-né

Depuis 2012 en plus

Sage-femme indépendante



Sabine Aeberhard

Hebamme / Sage-femme

Raum Biel, Solothurn
Région Bienne, Soleure

.....
079 395 20 68
asaeb@bluewin.ch