

## Willkommen im Leben

### Neue Hebammenpraxis in Over

(hv) Eltern werden ist nicht schwer, Eltern sein dagegen sehr – so oder ähnlich wusste das seinerzeit schon Wilhelm Busch. Wer Eltern wird, steht vor einer Riesenaufgabe, die jedoch mit ein bisschen Unterstützung gut zu bewältigen ist. Deshalb hat sich jetzt mitten in Over die Hebammenpraxis Seevetal der Hebamme Heidrun Lorentzen gegründet. Gemeinsam mit der Hebamme Miriam Eichert sowie den beiden Mitarbeiterinnen Sarah Söldner und Susanne Schepelmann bietet die 33-Jährige in den hell und gemütlich eingerichteten Räumen ein umfassendes Angebot von Schwangerschaftsvorsorge und Geburtsvorbereitungskursen über Wochenbettbetreuung und Rückbildungskurse bis hin zu Babytreffen und diversen Themenkursen rund um das Baby im ersten Lebensjahr an.

Zentral in der Arbeit der Praxis ist dabei vor allem die Zeit rund um die Geburt. So können die Hebammen, beispielsweise im Wechsel mit der Gynäkologin oder dem Gynäkologen, in entspannter Atmosphäre Vorsorgeuntersuchungen durchführen, nehmen sich dabei viel Zeit für Gespräche und Beratung und können Schwangerschaftsbeschwerden oft mit naturkundlichen Mitteln behandeln. Nach der Geburt – egal, ob die Mutter noch ein paar Tage im Krankenhaus geblieben ist oder ambulant entbunden hat – übernehmen sie die Wochenbettbetreuung: Bis zu acht Wochen nach der Geburt besuchen sie die junge Familie zu Hause, beraten und betreuen Mutter und Kind und bleiben auch gern bis zum Ende der Stillzeit Ansprechpartnerinnen. Taping, Entspannungsmassagen und Fußreflexzonenmassagen können zur Unterstützung bei Beschwerden in der Schwangerschaft oder zur Entspannung im Wochenbett angewendet werden.



Wer nach Geburt und Rückbildung wieder fit und mobil ist, hat sicher viel Spaß an den vielfältigen Kursen der Praxis. Zu diesen gehören der achtwöchige Babykurs „Einfach Eltern“, in dem junge Eltern alles über Bewegungs- und Spielangebote, Massage, Ernährung und Kommunikation mit dem Baby lernen und bei dem zusätzlich zum Wissenserwerb auch der Austausch der Eltern untereinander im Mittelpunkt steht. In den „babySignal“-Kursen erlernen die Eltern einen Pool an Gesten, die die Kommunikation mit dem Baby erleichtern. Zudem kann man in der Hebammenpraxis Seevetal das richtige Tragen und Erste Hilfe am Kind lernen. Das Kangatraining, ein Workout mit „Baby vorm Bauch“ (in einer Tragehilfe, versteht sich) ist hingegen vor allem für die Mütter und Väter gedacht – wobei sich der Nachwuchs im Tragegurt oder –tuch dabei sehr wohl fühlt und so richtig gut entspannen kann. Besonders beliebt sind übrigens die regelmäßigen Babytreffs. Diese finden an jedem zweiten und vierten Mittwoch im Monat von 10 bis 12 Uhr statt.



Heidrun Lorentzen und ihr Team: Miriam Eichert, Sarah Söldner und Susanne Schepelmann (von links)