

## Wichtige Partner

### Hebammen, Mütterpflegerinnen, Laktationsberaterinnen und Ihre Apotheke


In der Schwangerschaft und Stillzeit und auch darüber hinaus sind Sie nicht alleine, Hebammen, Mütterpflegerinnen und Ihre Apotheke stehen Ihnen mit fachkundigem Rat und Tat zur Seite.

#### Aufgaben der Hebamme:

Ihre Hebamme begleitet und unterstützt Sie vom Beginn Ihrer Schwangerschaft bis zum Ende des Wochenbetts, bei Stillproblemen und auf ärztliche Verordnung auch länger. Beratungsthemen können u. a. sein Ernährung und Lebensweise in der Schwangerschaft, Partnerschaft und Sexualität, Kinderlosigkeit, Vorbereitung auf das Kind, Möglichkeiten der Geburtsvorbereitung und soziale Hilfen. Nehmen Sie schon frühzeitig in der Schwangerschaft mit einer Hebamme Kontakt auf.

 [www.hebammenverband.de](http://www.hebammenverband.de)

#### Aufgaben der Mütterpflegerin:

Ihre Mütterpflegerin kann Sie während Ihrer Schwangerschaft und/oder nach der Entbindung zu Hause betreuen. Die Kosten für die sogenannte „Haushaltshilfe“ werden in der Regel von den Krankenkassen getragen. Ein ärztliches Attest ist hierfür erforderlich. Die Hauptaufgaben Ihrer Mütterpflegerin liegen darin, Sie bei der Pflege Ihres Babys, in Gesundheitsfragen und der Organisation des Haushalts zu unterstützen. Sie kümmert sich um die Ernährung Ihrer Familie, sorgt für Ordnung, nimmt sich Zeit, mit Ihnen Probleme des Alltags und mögliche Lösungen durchzusprechen.  [www.muetterpflege.de](http://www.muetterpflege.de)

#### Aufgaben der Laktationsberaterin:

Die Stillberaterin bietet individuelle Beratung und Begleitung in der gesamten Zeit der Stillbeziehung.

 [www.bdi-stillen.de](http://www.bdi-stillen.de)

**Die richtige Pflege?** Natürlich gibt es in der St. Otto Apotheke hochwertige Pflegeprodukte von Weleda für Babys und Kinder!



## Hilfreiche Adressen

### Hebammen, Mütterpflegerinnen und Stillberaterinnen in unserer Umgebung

#### Hebammen:

##### Irini Papadopoulou

Tel. 089-6094578 / Ottobrunn  
Geburtsvorbereitung, Nachsorge,  
Rückbildung

##### Gabriele Ammerer

Tel. 089-46201414 / Solalinden  
Geburtsvorbereitung, Nachsorge,  
Rückbildung

##### Gabi Fleck

Tel. 08102-1266 / Aying  
Nachsorge, Craneo Sacral

##### Sybille Eberhardt

Tel. 089-60061819 / Ottobrunn

##### Sigrid Klusak

Tel. 08102-897830 / Hohenbrunn  
Heilpraktikerin, Geburtsvorbereitung,  
Nachsorge, Ernährung

##### Sophie Kreileder

Tel. 089-62299649 / Taufkirchen  
Geburtsvorbereitung, Nachsorge,  
Gebärdensprache

##### Sabine Pischinger

Tel. 08102-6569 / Höhenkirchen  
Geburtsvorbereitung, Nachsorge,  
Hausgeburten

##### Christine Retzer

Tel. 0175-5611717 / Riemerling

#### Mütterpflegerin

##### Anja Mertens

Tel. 089-99979738 / Ottobrunn

#### Tragetuchberaterin

##### Sabrina Böniqk

www

#### Stillberaterinnen IBCLC

##### Karin Muß

Tel. 089-6131754 / Oberhaching

Individuelle Beratung und Begleitung  
während der gesamten Stillbeziehung

Eine regelmäßig aktualisierte  
Liste gibt es auch im Internet  
unter: [www.st-otto-apotheke.de](http://www.st-otto-apotheke.de)



**Müde und ausgebrannt?**  
Fragen Sie uns einfach  
nach den Rezepten für  
**die Energie-Stillkugeln.**



Eine Alternative: Wissens- und Empfehlenswertes zu Hausgeburten finden Sie im Netz unter: [www.hausgeburt-muenchen.de](http://www.hausgeburt-muenchen.de)



Schwangerschaftsberatung bieten auch:  
Caritas - [www.caritas.de](http://www.caritas.de)  
pro familia - [www.profamilia.de](http://www.profamilia.de)