

## **Leistungskatalog**

zum Vertrag über eine besondere Versorgung § 140a SGB V mit digitalen Angeboten im Rahmen von Schwangerschaft und Elternschaft

### **Online-Geburtsvorbereitungskurs**

#### Leistungen

Der Online-Geburtsvorbereitungskurs steht den Versicherten ab Registrierung auf der Plattform für einen Zeitraum von 12 Monaten zur Verfügung. Er beinhaltet die Vorbereitung der Schwangeren mit theoretischen und praktischen Einheiten zur Geburtsvorbereitung in Form von verschiedenen Videomodulen. Basis für die Inhalte ist die Anlage 1.2 Leistungsbeschreibung zum Vertrag über Hebammenhilfe nach § 134a SGB V. Vermittelt werden insbesondere folgende Thematiken:

- Körperliche und seelische Veränderungen in der Schwangerschaft
- Das Babywachstum nach Schwangerschaftswochen
- Vorsorgeuntersuchungen und Beschwerden
- Do's and Dont's
- Auswahl des Geburtsorts und Organisatorisches
- Die selbstbestimmte Geburt
- Erste Anzeichen und Ablauf einer Geburt
- Wehen & Schmerzen
- Unterstützung bei der Geburt und danach - die Rolle des Partners
- Erste Untersuchung, Bonding und erstes Stillen
- Das Wochenbett
- Atmung, Entspannung und gymnastische Übungen für Schwangere

Zudem werden individuelle Fragen zu den Bereichen Geburtsvorbereitung, erste Fragen zum Thema Wochenbett, Thema Stillen und zum Thema Rückbildung in der Hebammen-Gruppensprechstunde beantwortet. Die Versicherten erhalten mindestens monatlich per E-Mail die Anmeldeinformationen für eine Webkonferenz, die durch eine Hebamme geleitet wird. Hier haben die Versicherten die Möglichkeit, offene Fragen zu stellen und mit anderen Schwangeren in den Austausch zu gehen.