

Der Senator für Arbeit, Frauen, Gesundheit,
Jugend und Soziales;
Zuwandererangelegenheiten und Integrationspolitik;
Migrations- und Integrationsbeauftragter
Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen
Telefon: (0421) 361-68 42 / Fax: (0421) 361-25 92
e-mail: eva.pajenkamp@soziales.bremen.de
www.soziales.bremen.de

Gesundheitsamt Bremen
Horner Straße 60/70, 28203 Bremen
Telefon: (0421) 361-159 28/ Fax: (0421) 361-1 55 54
e-mail: migration@gesundheitsamt.bremen.de
www.gesundheitsamt-bremen.de

Dieses Faltblatt wurde mit Unterstützung von
Dr. Margrit Kaufmann erstellt.

Sie haben ein Recht auf Untersuchung Ihres Kleinkindes

Da das erste Lebensjahr für die Entwicklung Ihres Kindes von entscheidender Bedeutung ist, sind für dieses erste Jahr sechs Untersuchungen (U 1-U 6) vorgesehen. Danach sind weitere vier Untersuchungen geplant. Die U 7 im Alter von ca. zwei Jahren, die U 8 im Alter von ca. 4 Jahren, die U 9 im Alter von ca. 5 Jahren und die J 1 im Alter von 13 Jahren. Die Ergebnisse dieser Untersuchungen trägt Ihr Kinderarzt/Ihre Kinderärztin in das **gelbe Untersuchungsheft** ein, das Ihnen bereits bei der Geburt Ihres Kindes ausgehändigt worden ist. **Bitte bringen Sie dieses Untersuchungsheft zu allen Beratungsgesprächen und Untersuchungen Ihres Kindes mit.** Die niedergelassenen Kinderärzte/Kinderärztinnen führen zudem die notwendigen Impfungen gegen eine Reihe von Krankheiten durch.

Bei Fragen zur Gesundheit Ihres Kindes können Sie sich auch an den Kinder- und Jugendgesundheitsdienst im Gesundheitsamt wenden.

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst im Gesundheitsamt

Bremen ☎ (0421) 361-15 115
Bremerhaven ☎ (0471) 521 31

Dieses Faltblatt gibt es in den Sprachen Albanisch,
Arabisch, Englisch, Französisch, Russisch, Serbokroatisch
und Türkisch, jeweils mit deutscher Übersetzung

Вы имеет право на обследование Вашего ребенка

Поскольку первый год жизни имеет решающее значение для развития Вашего ребенка, на этот первый год предусмотрены шесть обследований (U 1-U 6). На более поздний возраст запланированы ещё четыре обследования: U 7 в возрасте 2 лет, U 8 в возрасте 4 лет, U 9 в возрасте 5 лет и J 1 в возрасте 13 лет. Результаты этих обследований педиатр вносит в **желтую карту обследований**, выдаваемую Вам при рождении ребенка. **Всегда имейте её с собой, когда идете на приём к врачу и на обследование Вашего ребенка.** Кроме того, проживающие неподалеку от Вас педиатры проводят необходимые прививки от целого ряда болезней.

По любым вопросам, касающимся здоровья Вашего ребенка, Вы можете обращаться в детское отделение управления здравоохранения.

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst im Gesundheitsamt

Bremen ☎ (0421) 361-15 115
Bremerhaven ☎ (0471) 521 31

Geburtskliniken in Bremen Родильные клиники в Бремене

Ev. Diakonie-Krankenhaus (DIAKO)
Gröpelinger Heerstraße 406-408, 28239 Bremen
☎ (0421) 61 02-0

Klinikum Bremen-Mitte
St.-Jürgenstraße, 28205 Bremen
☎ (0421) 497-0

Krankenhaus St. Joseph Stift
Schwachhauser Heerstr. 54, 28209 Bremen
☎ (0421) 347-0

Klinikum Bremen-Nord
Hammersbecker Straße 228, 28755 Bremen
☎ (0421) 66 06-0

Klinikum Links der Weser
Senator-Weßling-Straße 1, 28277 Bremen
☎ (0421) 879-0

Geburtskliniken in Bremerhaven Родильные клиники в Бременсхафене

St. Joseph-Hospital
Wienerstr. 1, 27568 Bremerhaven
☎ (0471) 480 50

ZKH Reinkenheide
Postbrookstr. 103, 27574 Bremerhaven
☎ (0471) 29 90

Ratgeber Консультанты

**Gesundheitswegweiser für Migrantinnen und
Migranten in Bremen und Bremerhaven** (Übersicht
über die Fremdsprachenkenntnisse von Ärzten);Bremer
Gesundheitsamt; Bremen 2003
☎ (0421) 361-15 928; Fax: (0421) 361-155 54
www.gesundheitsamt-bremen.de

Schwanger in Bremen und Bremerhaven
Bremischen Zentralstelle für die Verwirklichung der
Gleichberechtigung der Frau; Bremen 2001
☎ (0421) 361-31 33; Fax: (0421) 361-32 28
http://www.zgf.bremen.de

**Schwanger?! Was soll ich tun? Informationen für
Migrantinnen in Deutschland zu Beratung und
Hilfen bei Schwangerschaft;** Bundeszentrale für
gesundheitliche Aufklärung, Köln 1999
Fax: (0221) 89 92-257; e-mail: order@bzga.de
*Sprachversionen: Arabisch, Bosnisch, Englisch,
Französisch, Türkisch*

Beim Frauenarzt. Ratgeber für ausländische Frauen und Mädchen

Die Ausländerbeauftragte des Landes Bremen,
Bremen 2003
☎ (0421) 361-68 42, Fax: (0421) 361 25 92;
http://www.bremen.de/info/auslaender-
beauftragte/index.html
*Sprachversionen: Englisch, Französisch, Griechisch,
Italienisch, Persisch, Spanisch und Türkisch*

Alle Ratgeber erhalten Sie kostenlos!
Контакты со всеми консультантами бесплатны

Der Senator für Arbeit, Frauen, Gesundheit, Jugend und Soziales

Zuwandererangelegenheiten und Integrationspolitik

Rund um die Geburt

Tipps für Schwangere
und junge Mütter
in Bremen und Bremerhaven

Все о здоровье

Советы беременным и
молодым матерям
в Бремене и Бременсхафене

Russisch



Wichtiges für Sie

Sie haben ein Recht auf Gesundheitsvorsorge in der Schwangerschaft

Wenn Sie ein Kind erwarten, empfehlen wir Ihnen die **regelmäßigen Vorsorge-Untersuchungen** bei einer Hebamme oder einer Frauenärztin/einem Frauenarzt. Die Untersuchungen werden im Abstand von vier Wochen durchgeführt. In den letzten beiden Schwangerschaftsmonaten finden die Untersuchungen alle zwei Wochen statt.

Während der Schwangerschaft werden in der Regel drei Ultraschalluntersuchungen gemacht.

Dabei kann die Frauenärztin/der Frauenarzt die Entwicklung der Schwangerschaft und die Größe und Lage des Kindes erkennen. Eventuell werden Ihnen weitere Untersuchungen angeboten, um bestimmte Behinderungen des Kindes auszuschließen. Bevor Sie diese Untersuchungen durchführen lassen, sollten Sie sich zu deren Möglichkeiten und Risiken ärztlich, von Ihrer Hebamme oder in einer Beratungsstelle beraten lassen. Für die Inanspruchnahme der Hebammen und Ärzte/Ärztinnen wenden Sie sich an das Amt für Soziale Dienste oder an Ihre Krankenkasse.

Jede Schwangere hat das Recht auf kostenlose Beratung rund um die Schwangerschaft und Geburt. Sie hat auch das Recht, in der ersten Zeit danach von einer Hebamme betreut zu werden.

У Вас есть право на профилактическое медицинское обслуживание в период беременности

Если Вы ожидаете ребенка, мы рекомендуем Вам **регулярно** проходить **профилактические осмотры** у врача-акушера или гинеколога. Обследования проводятся с интервалом в четыре недели. В последние два месяца беременности осмотры проводятся каждые две недели.

За время беременности проводятся **три ультразвуковых исследования**. При этом гинеколог может определить развитие беременности, а также размер и положение ребенка. Вам могут предложить проведение дополнительных обследований, чтобы выявить отклонения в развитии ребенка. Прежде чем соглашаться на подобные обследования, Вам необходимо проконсультироваться с Вашим акушером, гинекологом либо в женской консультации об их возможностях и опасностях. Чтобы попасть к акушеру или другим врачам, обращайтесь в службу социального обслуживания либо в свою больничную кассу.

Каждая беременная женщина имеет право на бесплатную консультацию по вопросам беременности и родов. Она также имеет право на прием у акушера в первое время после этого.

Private Hebammen und Hebammenpraxen

Familienhebammen (Gesundheitsamt)
Horner Str. 60/70, 28203 Bremen
☎ (0421) 361-152 45; mo-fr 10-12
Rickmersstr. 87, 27568 Bremerhaven
☎ (0471) 521 33; di-fr 9-11
Voßstr. 41, 27570 Bremerhaven
☎ (0471) 386 33; di+ do 9-11

Private Hebammen und Hebammenpraxen

in Ihrem Wohngebiet finden Sie in der Hebammenliste für Bremen und Bremerhaven.
☎ (0421) 361-152 45 oder
www.hebammenliste-bremen.de

Sie haben ein Recht auf Beratung und Hilfe rund um die Geburt

Bei der Hebamme oder der Frauenärztin/dem Frauenarzt erhalten Sie einen **Mutterpass. Diesen Pass sollten Sie immer bei sich tragen.** In den Geburtskliniken und Hebammenpraxen werden Kurse für die Geburt und Säuglingspflege angeboten. Fragen Sie Ihre Hebamme danach. Bei jeder Geburt ist eine Hebamme dabei. Normale Geburten werden von ihr in eigener Verantwortung übernommen. Die Hebammenhilfe kann bis zu 8 Wochen in Anspruch genommen werden. Die **Familienhebammen des Gesundheitsamtes** sind für Sie da, wenn gesundheitliche Probleme oder schwierige Lebensumstände es Ihnen nicht ermöglichen, sich ausreichend auf die Geburt Ihres Kindes vorzubereiten. In allen Stadtteilen Bremens und Bremerhavens führen die Familienhebammen Hausbesuche durch und besprechen mit Ihnen Fragen zur Schwangerschaft, Geburt und zur Entwicklung des Kindes. Die Familienhebammen weisen Sie auf gesetzliche Ansprüche, auf finanzielle und sonstige Hilfen hin und vermitteln Ihnen bei Bedarf die Hilfe sozialer Dienste. Sie beraten und unterstützen Sie auch in der Pflege und Versorgung Ihres Säuglings.

Familienhebammen (Gesundheitsamt)

Familienhebammen (Gesundheitsamt)
Horner Str. 60/70, 28203 Bremen
☎ (0421) 361-152 45; mo-fr 10-12
Rickmersstr. 87, 27568 Bremerhaven
☎ (0471) 521 33; di-fr 9-11
Voßstr. 41, 27570 Bremerhaven
☎ (0471) 386 33; di+ do 9-11

Private Hebammen und Hebammenpraxen

in Ihrem Wohngebiet finden Sie in der Hebammenliste für Bremen und Bremerhaven.
☎ (0421) 361-152 45 oder
www.hebammenliste-bremen.de

Вы имеете право на консультацию и помощь при родах

У акушера или гинеколога вы получите **карту беременной. Эту карту вы всегда должны иметь с собой.**

В родильных домах и акушерских кабинетах предлагаются курсы по родам и уходу за ребенком. Спросите об этом Вашего акушера. При каждых родах должен присутствовать акушер. Обычные роды принимаются ими под свою ответственность. Акушерской помощью можно воспользоваться в течение 8 недель после родов.

Управление здравоохранения может предложить Вам **семейного акушера**, если проблемы со здоровье или сложные бытовые условия не позволяют Вам должным образом подготовиться к рождению ребенка. Во всех районах Бремена и Бременсхафена семейные акушеры готовы посещать Вас на дому и обсуждать с Вами вопросы беременности, родов и развития Вашего ребенка. Семейные акушеры укажут Вам на правовые требования, финансовую и прочую помощь и при необходимости помогут Вам получить поддержку социальных служб. Они также проводят консультации и помогают Вам при уходе за Вашим грудничком и его кормлении.

Private Hebammen und Hebammenpraxen

Familienhebammen (Gesundheitsamt)

Familienhebammen (Gesundheitsamt)
Horner Str. 60/70, 28203 Bremen
☎ (0421) 361-152 45; mo-fr 10-12
Rickmersstr. 87, 27568 Bremerhaven
☎ (0471) 521 33; di-fr 9-11
Voßstr. 41, 27570 Bremerhaven
☎ (0471) 386 33; di+ do 9-11

Private Hebammen und Hebammenpraxen

Частные **акушеры** и **акушерские** кабинеты в Вашем районе можно найти в списке акушеров Бремена и Бременсхафена.
☎ (0421) 361-152 45 или
www.hebammenliste-bremen.de

Beratungsstellen in Bremen Консультации в Бремене

AWO Bremen. Beratungszentrum für Migranten
Am Wall 13, 28195 Bremen
☎ (0421) 33 77 187/-188
mo 10-12, di 13-17, do 9-12 und 14-17
Sprachen: Englisch, Kroatisch, Kurdisch, Serbisch, Türkisch

Bremische evangelische Kirche. Familien-und Lebensberatung, Schwangerschaftskonfliktberatung und Schwangerenberatung
Domsheide 2, 28195 Bremen
☎ (0421) 33 356
mo, mi, do, fr 9-11, di 10-12

Cara e.V. Beratungsstelle zu Schwangerschaft und vorgeburtlicher Diagnostik
Große Johannisstr. 110, 28199 Bremen
☎ (0421) 59 11 54
mo, di, do 10-12

Caritasverband für das Dekanat Bremen-Nord e.V. Beratungsstelle für Schwangere und Familien
Weserstr. 80, 28757 Bremen
☎ (0421) 66 07 70
mo bis do 9.30-12.30 tel. Terminvereinbarung

DEVA. Institut für Psychosoziale Arbeit und Prävention e.V.
Eduard-Grunow-Str. 24, 28203 Bremen
☎ (0421) 772 12; Fax: (0421)701 369
mo 10-12, di 10-15, fr 12-14
Sprachen: Arabisch, Türkisch

Diakonisches Werk Bremen e. V. Schwangerenberatung, Nachbetreuung, Familienhilfe
Blumenthalstr. 10, 28209 Bremen
☎ (0421) 34 96 7, -11, -18
tägliche Anmeldung von 8.30-9.30

Medinetz Bremen. Medizinische Vermittlungs- und Beratungsstelle für Flüchtlinge, MigrantInnen und Papierlose c/o Flüchtlingsinitiative
Friesenstr. 21, 28203 Bremen,
☎ (0421) 790 19 59
di 15-17
Sprachen: Englisch, Französisch, Spanisch

Pro Familia e.V. Bremen. Beratungszentrum und Institut für Familienplanung
Hollerallee 24, 28209 Bremen
☎ (0421) 340 60 30
mo bis fr 9-12, mo bis do 14-17

Pro Familia e. V. Bremen-Nord
Weserstr. 35, 28757 Bremen
☎ (0421) 65 43 33
mo, mi, fr 9-13, di und do 16-19

Beratungsstellen in Bremerhaven Консультации в Бременсхафене

Pro Familia e. V. Bremerhaven
Berliner Platz 1a, 27570 Bremerhaven
☎ (0471) 287 22
di, mi, fr 9-13; mo und do 15-19
Sprachen: Türkisch

Caritasverband Bremerhaven
Beratung für Schwangere und Familien
Frenssenstr. 61, 27576 Bremerhaven
☎ (0471) 550 25, mo-do 9-12, di 14-17
tel.Terminvereinbarung