

Geburtsvorbereitungskurse in Frankfurt am Main

Allgemeine Informationen

Hier die wichtigsten Fragen, die eventuell in Zusammenhang mit der Buchung eines Kurses auftauchen:

1) Wann soll ich mich anmelden?

Es ist anzuraten sich möglichst zeitig um einen Platz in einem Kurs zu bemühen. Viele Kurse sind nämlich bereits Monate vor Beginn ausgebucht. Als Orientierungshilfe: viele Anbieter raten dazu, dass ein Kurs ca. 4-6 Wochen vor dem errechneten Entbindungstermin abgeschlossen sein sollte.

2) Wer begleitet die Kurse?

Geburtsvorbereitungskurse werden in der Regel, je nach Anbieter, von Hebammen oder sogenannten GfG - Geburtsvorbereiterinnen durchgeführt. GfG - Geburtsvorbereiterinnen sind normalerweise keine Hebammen und können beispielsweise Pädagoginnen sein, die am GfG-Institut eine Zusatzausbildung absolviert haben. Hinter der Abkürzung GfG verbirgt sich "Die Gesellschaft für Geburtsvorbereitung - Familienbildung und Frauengesundheit Bundesverband e.V." Weitere Informationen finden Sie unter <https://www.gfg-bv.de/>.

3) Was erwartet mich in diesem Kurs?

Die behandelten Themen können von Kurs zu Kurs sehr unterschiedlich sein. In der Regel werden theoretische Kenntnisse vermittelt, die teilweise durch Übungen vertieft werden. Folgende Punkte stehen in den jeweiligen Kursen immer wieder auf der Agenda:

- ◆ Allgemeine Informationen zu den Themen Schwangerschaft, Entbindung

und Wochenbett

- ◆ Das Erlernen bestimmter Atemtechniken
- ◆ Partnerübungen und Möglichkeiten der Partnerhilfe bei der Geburt
- ◆ Ernährung und anatomische Aspekte
- ◆ Geburtsphasen und Gebärhaltung
- ◆ Aufgaben des Mannes während der Geburt
- ◆ Entspannungsübungen
- ◆ Veränderung des mütterlichen Körpers, hormonelle Veränderungen, Milcheinschuss, Wochenfluss, Rückbildung. u.v.m

4) Welche Arten von Kursen gibt es?

Bei den meisten Kursen handelt es sich um Partnerkurse, wobei dies meist "gemischte" Kurse sind. Das heißt dass eine bestimmte Anzahl an Terminen mit und eine bestimmte Anzahl an Terminen ohne Partner stattfindet. Die Aufteilung ist dabei von Anbieter zu Anbieter sehr unterschiedlich. Gemischte Kurse werden in der Tabelle als Partnerkurse ausgewiesen.

Zusätzlich werden von einigen Veranstaltern noch reine Frauenkurse, separate Kurse für Paare, die ein weiteres Kind erwarten, und sogenannte Geschwisterkurse, welche ohne die Eltern stattfinden, ausgerichtet. Letztere werden, soweit mir bekannt ist, ausschließlich vom Geburtshaus Frankfurt organisiert. Besonders erwähnen möchte ich in diesem Zusammenhang noch einen Kurs, welcher vom CeBeef angeboten wird, und sich an Frauen und Paare mit Behinderung richtet:

<https://www.profamilia.de/fileadmin/beratungsstellen/frankfurt-main/8341.pdf>

Des Weiteren finden auch Geburtsvorbereitungskurse in englischer Sprache der folgenden Anbieter statt:

- Agaplesion Markus Krankenhaus
- Storchennest

- FGZN (auch spanisch, türkisch, französisch)

Zu den Details der Kurse schauen Sie bitte immer in der Beschreibung des Anbieters im jeweiligen Dokument nach oder vergewissern sich am Besten direkt auf der Website des Anbieters.

5) Was kosten die Kurse, gibt es eine Erstattung der Krankenkasse?

Ich habe mich auf den Seiten einiger Krankenkassen umgesehen.

Grundsätzlich werden die Kosten der Schwangeren für den Geburtsvorbereitungskurs von den gesetzlichen Kassen bis zu einer Stundenanzahl von 14 Stunden übernommen. Ob der Partneranteil in vollem Umfang getragen werden muss, ist von der jeweiligen Krankenkasse abhängig. Sind beide Partner bei der gleichen Kasse versichert, hat man gute Chancen dass der Kostenanteil des Partners ganz oder zumindest teilweise mit übernommen wird.

Viele Krankenkassen weisen darauf hin, dass der Kurs von einer Hebamme oder einem Krankengymnasten (-gymnastin) geführt werden muss. Ob die Kosten für Geburtsvorbereitungskurse, welche von GfG-Geburtsvorbereiterinnen geführt werden, ebenfalls erstattungsfähig sind, erfragen Sie am Besten bei Ihrer Krankenkasse.

Die Preise der Kurse schwanken teilweise erheblich, wobei die Angebote der Kliniken in der Regel bedeutend günstiger sind, und bereits für ca. € 50,- (Partneranteil) angeboten werden. Die Angebote der Hebammen liegen bis ca. € 150,-, können aber auch vereinzelt über € 200,- betragen.