

## Beckenboden

Der Beckenboden und sein Muskeltonus reflektieren weibliche Gesundheit und Selbstwertgefühl – so spiegeln es die einführenden Gedanken von Verena Schmid wider. Der sensible Bereich des weiblichen Beckens sollte in der Geburtshilfe Beachtung finden. Für eine elektive Sectio und routinemäßige Episiotomien spricht dabei wenig. Vielmehr ist eine Geburtshilfe gemeint, die einen individuellen Beistand der Frau gewährleistet – denn dies schonen den Beckenboden nachweislich am stärksten.

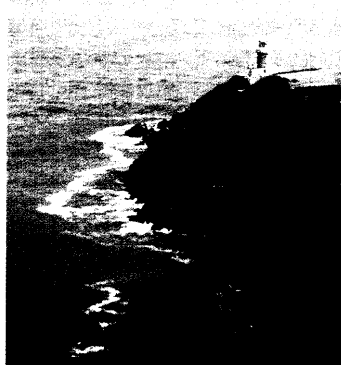


## Stillen soll nicht schmerzhaft sein

Viele Fachleute, wie auch die meisten Laien, halten schmerzende Brustwarzen mit Beginn des Stillens für natürlich. Sie nehmen sie als unumgängliche Tatsache hin und greifen nicht dort an, wo die Schmerzen zu beheben wären. Prophylaktische und flankierende Maßnahmen sowie Tipps für eine gute Stillposition sind effektive Methoden, um Schmerzen von vornherein zu vermeiden.

## Cochrane Colloquium 2006

Auf der 14. Jahrestagung der Cochrane Collaboration im Oktober 2006 in Dublin gab es einen wahren Fundus an Hintergründen und Details für evidenzbasiertes Handeln – auch für die Geburtshilfe.



### Aktuell

**Aktuelle Meldungen** ..... 4

### Beckenboden

**Beckenboden und Selbstwertgefühl** ..... 6

Verena Schmid reflektiert über den Beckenboden als Ort für Gesundheit und Selbstbewusstsein

**Der weibliche Beckenboden** ..... 10

Anatomische Zeichnungen gewähren einen detaillierten Blick auf den Beckenboden

**Neueste Erkenntnisse** ..... 12

Prof. Dr. Helga Fritsch stellt die neuesten Erkenntnisse zur Anatomie des Beckenbodens und ihre Bedeutung in der Geburtshilfe vor

**Die Epi-Rate senken!** ..... 14

Dr. Michael Scheele plädiert dafür, den weltweit häufigsten Eingriff in der Geburtshilfe nicht als Normalität hinzunehmen ..

**Inkontinenz vorbeugen** ..... 18

Dr. Ursula Peschers und Dr. Katharina Jundt raten zu einer Beckenboden schonenden Geburtshilfe

**Anale Inkontinenz behandeln** ..... 22

Dr. Gerd Kolbert zeigt auf, welche Möglichkeiten existieren, um eine anale Inkontinenz zu behandeln

**Vor wem oder was schützen wir den Damm?** ..... 26

Sandra Tomaselli hat das weite Feld der Studien gesichtet

**Den Beckenboden trainieren** ..... 29

Ulla Henscher über die Prävention von Harn- und Stuhlinkontinenz im Alltag

### Tagungen & Kongresse · Weiterbildung & Studium

### Aus Vereinen & Verbänden · Aus den Ländern

### Fortbildungskalender · Fortbildungen · Stellenmarkt

**Stellengesuche · Verschiedenes** ..... 34

### 1. Lebensjahr

**Stillen soll nicht schmerzhaft sein** ..... 52

Regine Gresens gibt Tipps für eine Stillberatung, die Schmerzen beim Stillen im Wochenbett nicht als normal begreift

**Vom Kreißsaal in den Straßenverkehr** ..... 56

Andreas Bergmeier weist Hebammen bei der Erstberatung zum Kindersitz eine wichtige Funktion zu

### Beruf & Praxis

**Schwangere Migrantinnen stärken** ..... 58

Dr. Gaby Voigt im Gespräch mit der türkischen Hebamme Çeşminaz Parlayan

### Aus- und Weiterbildung

**Cochrane Colloquium 2006** ..... 61

Christiane Schwarz berichtet begeistert von einer Tagung der Cochrane Collaboration im Oktober 2006 in Dublin

### Weltweit

**Bewährtes bewahren** ..... 64

Liselotte Kuntner über die Mafa-Frauen im Norden Kameruns, die auf ihrer traditionellen Geburtsposition beharren

### Zur Person

**„Ich werde nie vergessen, was ich da gesehen habe“** ..... 66

Birgit Heimbach im Gespräch mit Helga Telge über die Nachkriegsjahre als Hebamme in Berlin

### Verschiedenes

**Bücher** ..... 69

**Leserinnenbriefe** ..... 71

**Impressum** ..... 72