

GESUNDHEIT UND PRÄVENTION IN DER SCHWANGERSCHAFT UND NACH DER GEBURT

TERMIN

MITTWOCH | 26.03.2025 | 16 – 19 UHR

ALTERNATIVER TERMIN

MITTWOCH | 17.09.2025 | 09 – 12 UHR

ONLINE-
FORTBILDUNG

Online-Fortbildung für Hebammen, Pflegende & interessierte Fachkräfte

PROGRAMM

10 Min Begrüßung durch das Team der Humana Akademie

75 Min Gestationsdiabetes

Dr. Claudia Miersch, freie Autorin, Ernährungsberaterin und Dozentin

Wissen vertiefen, Gesundheit schützen: Diabetes zählt zu den häufigsten Komplikationen in der Schwangerschaft. Ein aktueller Blick auf Ernährung, mögliche Auswirkungen und die Zeit nach der Geburt. Was sollten Hebammen in der Nachsorge beachten?

- Stoffwechseleränderungen & häufige Komplikationen
- Ernährung zur Blutzuckernormalisierung: Ernährungsstrategien & der Weg zur optimalen Makronährstoffverteilung
- Nach der Schwangerschaft: Verlauf & Nachsorge des GDM – wichtige Tipps für die Praxis

10 Min Pause

75 Min Rückbildung & Rektusdiastase

Evi Bodman, Hebamme & freie Autorin

Wege zur körperlichen Regeneration: Hebammen sind die ersten Ratgeber:innen nach der Geburt. Wie sie die Rückbildung mit aktuellem Wissen über Prävention und Behandlung sowie rehabilitative Maßnahmen unterstützen können.

- Rückbildung nach der Geburt: Bedeutung & effektive Ansätze
- Rektusdiastase: Erkennung, Prävention & Behandlung
- Beckenbodentraining: Präventive & rehabilitative Maßnahmen; aktive Integration in den Alltag der Frau

10 Min Verabschiedung

ANMELDUNG

Bitte nutzen Sie für Ihre Anmeldung zur Online-Fortbildung den QR-Code bzw. den Link: www.humana-experten.de/veranstaltungen



Wir freuen uns auf Sie!



IHR KONTAKT

akademie-online@humana.de
www.humana-experten.de

TEILNAHMEZERTIFIKATE

Sie erhalten das Teilnahmezertifikat spätestens 5 Werktage nach der Fortbildung per E-Mail.

Die Fortbildung wurde als Online-Fortbildung im Sinne des § 7 der HebBO NRW mit **4 Fortbildungsstunden** anerkannt.

Sie erhalten Skripte und begleiten-des Arbeitsmaterial zur Fortbildung.

HINWEISE

Für Ihre Teilnahme benötigen Sie eine E-Mail-Adresse und einen Internetzugang.

PREISE

40,00 EUR | regulärer Preis

35,00 EUR | wir2 Kolleg:innen Rabatt bei Buchung von 2 Tickets

30,00 EUR | wir3 Kolleg:innen Rabatt bei Buchung von 3 Tickets

GRATIS | für Studierende & Auszubildende

Die Rabatte sind nicht miteinander kombinierbar.