

İçindekiler

Hamilelik ve doğum - danışmanlık, destek, yardım	2
Hamilelik ve doğum sırasında nelere dikkat etmek gerekir?	2
Hamilelik ve doğum	6
Gebelik danışmanlığı ve gebelik çatışması danışmanlığı için irtibatlar	7

Hamilelik ve doğum - danışmanlık, destek, yardım

Hamilelik ve doğum sırasında nelere dikkat etmek gerekir?

Hamilelik

- Hamile misiniz?
- Bebeğiniz mi olacak?
- Hamilelik testi yapın!
- Hamilelik testini eczaneden veya eczaneden satın alabilirsiniz.

Jinekolog

- Jinekoloğa gidin:
- Jinekolog sizinle ve çocuğunuzla ilgilenir.
- ⇒ Ingolstadt'taki jinekologları [burada](#) arayabilirsiniz!

Anne pasaportu

- Size bir anne pasaportu verilecektir:
- Annenin pasaportu muayenelerin sonuçlarını içerir.
- **Anne pasaportu önemlidir!**
- Mutter-Pass'ınızı jinekoloğa giderken her zaman yanınızda götürmelisiniz.
- Annelik pasaportu bir kimlik kartı değildir.

💡 **Lütfen düzenli kontrollere gidin!**

Sağlık sigortası

- **Sağlık sigortası** hamilelik **muayenelerini karşılamaktadır.**
- Düzenli kontrollere gidin!
- Herhangi bir sorunuz var mı?
- Jinekoloğunuza sorun.
- O size yardımcı olacaktır.
- ⇒ **İnternette de birçok dilde çok sayıda bilgi bulunmaktadır.**

💡 **[Sağlık sigortası](#) hakkında bilgiler burada uygulamada.**

Ebe

- **Sağlık sigortası ayrıca bir ebein danışmanlık ücretini de öder.**
- Ebe evinize gelebilir.
- Doğumdan önce ve doğumdan sonra.
- Ebe size nasıl yardımcı olabilir?
- ⇒ Ebelerin çalışmaları hakkında bilgi

💡 Acilen bir ebeye ihtiyacınız var, ancak size ve bebeğinize zaman ayıracak bir ebe bulamıyor musunuz?

Buradan yardım alabilirsiniz:



Ingolstadt Ebe Merkezi Stinnesstraße 6
85057 Ingolstadt

☎ [0841/12127494](tel:0841/12127494)

Danışma saatleri: Pzt-Cuma sabah 9-11 arası.

@h [ebammen](mailto:ebammen@igeltorn.de) zentrale@igeltorn.de

🌐 www.hebammenzentrale-igeltorn.de

🚑 **Lütfen dikkat: Tıbbi bir acil durumda lütfen hemen 112 numaralı telefondan acil servisleri arayın.**

🚑 **Ayrıca en yakın klinikten, jinekoloji muayenahanelerinden veya 116 117 numaralı telefondan nöbetçi tıbbi servisten tıbbi yardım alabilirsiniz.**

Daha fazla tavsiye mi arıyorsunuz?

⇒ ["Bana kim yardım edebilir? Sağlık ve hastalık hakkında tavsiyeler"](#).

- Yardım telefonu "Hamile ve birçok soru": [0800 4040020](tel:08004040020)
- Bağlantı: [Birçok dilde "Hamile ve birçok soru"](#) Federal Aile, Yaşlılar, Kadınlar ve Gençlik Bakanlığı
- Bağlantı: [Hamilelik ve doğum hakkında birçok dilde bilgi](#)
- [Ebenizin görüntülü danışmanlığı](#)

Aile ebelerinden destek

Ebeye sorular sorabilirsiniz:

- Bebeği nasıl besleyebilirim?
- Ağlarsa ne yapabilirim?
- Bebeğinizi tartabilirsiniz.
- **Ne zaman?** Her Salı saat 15:00-16:00 arası (yaz tatillerinde değil)
- **Nerede?** Güney mahalle projesi, Lore-Kullmer-Str. 161, 93053 Regensburg

Bilgi ve irtibat kişisi:

🌐 [Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Ingolstadt](#)

🌐 [Ebe merkezinin ebe ev ziyareti hizmeti](#)

🌐 [Erken çocukluk dönemi koordinasyon merkezi \(KoKi\)](#)

Doğum

Bebek doğar:

Klinik / Hastane

Ingolstadt'ta özel bir doğum kliniği bulunmaktadır:

[MutterKindZentrum Klinikum Ingolstadt](#)

Danışma saatleri: Pzt - Per: 08:00 - 16:00, Cuma: 8-13.30

☎ [0841/880-2501](tel:0841/880-2501)

🏠 [0841/880-2509](tel:0841/880-2509)

@ [hastane-ingolstadt](#)

Yatış öncesi konsültasyon saatleri için kayıt

☎ [0841/880-2502](tel:0841/880-2502)

Doğum için kayıt

☎ [0841/880-2532](tel:0841/880-2532)

@ geburt@klinikum-ingolstadt.de

👥 Acil hastalar:

Akut ve Acil Tıp Kliniğine 0841 880 - 2750 numaralı telefondan günün her saati ulaşabilirsiniz.

Ingolstadt Doğum Merkezi

[Gerolfinger Str. 78](#)

85049 Ingolstadt

☎ [0841/99 37 900](tel:0841/99 37 900)

🏠 [0841/993 79 01](tel:0841/993 79 01)

@i [nfo@geb](mailto:nfo@geburtshaus-ingolstadt.de) urtshaus-ingolstadt.de



www.geburtshaus-ingolstadt.de

Ingolstadt Doğum Merkezi, kadınların ve çiftlerin doğum öncesinde, sırasında ve sonrasında kişisel isteklerine göre bütünsel ve kapsamlı bakım aldıkları bir yerdir.

İstedığınız doğum ister doğum merkezinde, ister evde veya klinikte gerçekleşsin, biz sizin yanınızdayız.

Ebeler ve diğer mesleklerden kadınlar, kadınların bağımsız doğum yapma becerilerine olan güvenlerini güçlendirmek için burada çalışıyor ve profesyonel uzmanlıklarıyla onları desteklemeye hazırlar.

Evde

- Bebeğinizi evde de doğurabilirsiniz.
- ⇒ Jinekoloğunuza danışın.

Doğum belgesi

Doğum belgesi nedir?

Doğum **belgesi önemli** bir **belgedir**.

Doğum belgesini saklamanız gerekir.

Doğum belgesinde şunlar yazılıdır:

- Çocuğun adı nedir?
- Çocuk nerede doğdu?
- Çocuk ne zaman doğdu?
- Anne kimdir?
- Babası kim?

Doğum belgesini nasıl alırsınız?

Doğumdan sonra bir form doldurmanız gerekir.

Bu formun adı: Doğum duyurusu.

Doğum kayıt formunu hastanede veya doğum merkezinde doldurursunuz.

Doğum kayıt formu şunları içerir

- Çocuğun ilk adı
- Çocuğun soyadı
- Çocuk ve ebeveynler hakkında çok daha fazla bilgi

💡 Önemli:

- **Anne ve baba** doğum kaydını imzalamalıdır.
- Doğum belgesinin ücreti 10 €'dur.

Hangi belgeleri yanımda götürmem gerekiyor?

Pasaport

- **veya** oturma izni
- **veya** kurgu sertifikası
- **ya da** hoşgörü
- Annenin doğum belgesi
- Babanın doğum belgesi
- Anne ve babanın doğum belgesinin Almanca tercümesi

Eğer evliyseniz:

- Evlilik cüzdanı
- Evlilik cüzdanının Almanca tercümesi

Evlilik cüzdanım veya doğum belgem yok!

- Tüm belgelere sahip değil misiniz?
- Hastane size bir doğum belgesi **VERMEYECEKTİR** .
- Nüfus dairesine gitmeniz gerekir.
- Nüfus [daresini](#) arayın ve randevu alın.

⇒ Daha fazla [bilgi](#) için buraya bakın.

Danışmanlık

⇒ Ingolstadt'ta hamilelik danışmanlığı hizmetlerini www.ingolstadt.de/Schwangerenberatung [adresinde](#) bulabilirsiniz.

Hamilelik ve doğum

Hamilelik ve doğum

Almanya'da hamile kadınlar özel korumadan yararlanır. Danışmanlık almalarına izin verilir. Bir doktor tarafından bakılırsınız. Ve devlet, çocuk için yeni satın almalarla sizi destekleyecektir. Hamileyseniz, önce bir jinekoloğa gitmelisiniz. Orada kontrollerinizi yaptırın. Daha sonra bir annelik kartı alacaksınız. Hamile kartı, hamileliğiniz hakkında önemli bilgiler içeren bir belgedir. Ayrıca sizin ve çocuğunuzun sağlığı hakkında da bilgiler içerir. Ve çocuğunuzun sağlığı hakkında. Acil durumlar için doğum kartınızı her zaman yanınızda bulundurun.

Tüm sağlık konularıyla ilgili bilgileri  [adresinde](#) bulabilirsiniz.

Ebe

Ebeler, hamileliğin başlangıcından emzirmenin sonuna kadar kadınları ve ailelerini destekler. Ebeler hamilelik sırasında danışmanlık hizmeti verirler. Doğuma yardımcı olabilirler. Doğumdan sonra emzirmeyi başlatırlar. Ayrıca kadının fiziksel ve psikolojik iyileşme süreciyle de ilgilenirler. Her kadın bir ebeden yardım isteyebilir. Hizmetlerin çoğu sağlık sigortası kapsamındadır.

 [Web sitesi Ebeler Derneği](#)

Doğum ve sonrası bakım

Jinekoloğunuz sizi bir doğum kliniğine yönlendirecektir. Doğumdan sonra, doğum sonrası bakım için bir ebe veya doğum uzmanı isteyin. Klinikten bir doğum belgesi alacaksınız.

Nüfus müdürlüğüne bildirim

Yeni doğan çocuklar kayıt [ofisine](#) ve gerekirse konaklama yönetimine bildirilmelidir. Doğum kliniği, doğumu nüfus dairesine kaydettirecektir. Orada çocuğunuz için (geçici) doğum belgesini nüfus cüzdanınız, klinikten aldığınız doğum belgesi ve varsa evlilik cüzdanınızla birlikte alacaksınız.

 Lütfen sadece orijinal belgeleri ibraz edin. Belgeleriniz yabancı dildeyse, resmi olarak onaylanmış bir Almanca çevirisi gereklidir.

 Ortak bir evde kalıyorsanız, çocuğunuzun kaydının yapılabilmesi için lütfen ev yöneticinize doğum belgesinin bir kopyasını verin.

Çocuk doktoru

On adet erken teşhis muayenesi vardır (U1-U9 ve J1). Bu, çocuğun 6 yaşına kadar düzenli olarak muayene edildiği ve gelişiminin izlendiği anlamına gelir. U1 (doğumdan sonraki muayene) ve U2

muayeneleri genellikle klinikte yapılır. Diğer muayeneler için çocuk doktorunuzdan randevu almanız gerekir.

💡 Erken teşhis muayenelerinin tamamlandığına dair kanıtlar [kreşe kayıt](#) sırasında talep edilebilir.

Gebelik danışmanlığı ve gebelik çatışması danışmanlığı için irtibatlar

💡 Sizin için önemli - hamilelik sırasında destek ve danışmanlık

Hamilelik danışmanlık merkezi

Anne-baba adayları olarak, hamilelik danışmanlık merkezimizde cevap ve destek alabilirsiniz. Danışmanlık ücretsizdir ve herhangi bir sorunuz veya endişeniz olduğunda size yardımcı olmak için vardır. Sizin için önemli olabilecek birçok konuyu kapsar, örneğin

- Çocuk sahibi olma arzusu: Çocuk sahibi olmak istiyorsanız veya hazırlık konusunda sorularınız varsa, sizin için buradayız.
- Hamilelik sırasındaki duygular ve endişeler: Bazı anne adaylarının endişeleri vardır veya kendilerini güvensiz hissedebilirler. Doğumdan sonra bile bazen stresli duygular yaşanabilir. Bunlar hakkında konuşmanıza yardımcı oluyoruz.
- Keder ve kayıp: Maalesef bazen düşük veya çocuk kaybı gibi üzücü olaylar yaşanabilir. Bu zor zamanlarınızda size eşlik ediyoruz.
- Maddi destek: Özellikle vakıflar ve diğer kuruluşlardan olmak üzere nereden maddi yardım alabileceğinizi size göstereceğiz.
- Aile planlaması ve doğum kontrolü hakkında sorular: Hamileliği nasıl planlayacağınızı veya önleyeceğinizi öğrenmek istiyorsanız, size tavsiyelerde bulunmaktan memnuniyet duyarız.
- Partnerlik ve cinsellik: Hamilelik ve doğum partnerliğinizi ve cinselliğinizi değiştirebilir. Dilerseniz sizinle bu konular hakkında konuşabiliriz.

Hamilelik çatışması danışmanlığı

Planlanmamış bir hamileliğiniz varsa ve nasıl karar vereceğinizden emin değilseniz, hamilelik çatışması danışmanlığı ile size yardımcı olabiliriz. Bu danışmanlığın amacı, baskı uygulamadan karar vermenize yardımcı olmaktır. Hamileliğe devam edip etmemeye tek başınıza karar verirsiniz.

Almanya'da kürtaja belirli koşullar altında izin verilmektedir. Kürtaj yaptırmaya karar verirsiniz ve ceza gerektirmeyen kürtaj için bir belgeye ihtiyacınız olursa, bunu danışmanlık seansından sonra Alman Ceza Kanunu'nun 219. maddesinde belirtildiği gibi alacaksınız.

Eşiniz emin değilse veya durumla nasıl başa çıkacağını bilmiyorsa bile danışmanlık seansına gelebilir. Ayrıca kürtaj masrafları ve bunların bir kuruluş tarafından karşılanıp karşılanmadığına ilişkin sorulara da açıklık getireceğiz.

Hamilelik sırasında kapsamlı destek

Hamile olmak özel bir dönem yaşamak demektir. Birçok kadın neşeli ve umutludur, ancak bazen de kararsız veya endişelidir. Hamilelik danışmanlığımızda size şunları sunuyoruz

- Kişisel danışmanlık: Herkesin kendi özel sorularına yönelik kişisel ve gizli danışmanlık alma hakkı vardır.
- Hukuki ve mali sorular: Size annelik koruması, ebeveyn izni, ebeveyn parası ve çocuk parası hakkında bilgi veriyoruz. Ayrıca resmi makam ve mercilerle muhatap olmanız gerektiğinde de size yardımcı oluyoruz.
- Maddi destek: Dilerseniz, örneğin "Landesstiftung Hilfe für Mutter und Kind" aracılığıyla bebek ekipmanları ve daha fazlası için yardım ayarlayabiliriz.
- Değişimler ve krizler sırasında destek: Hamilelik bazen belirsizlikler veya zorluklar getirebilir. Hamilelik veya ebeveynlik nedeniyle kendinizi bir krizin içinde bulursanız size danışmanlık hizmeti sunuyoruz.
- Takip desteği: Doğumdan sonra da desteğe ihtiyaç duyduğunuzda çocuğunuz üç yaşına gelene kadar yanınızdayız.
- Doğum öncesi teşhis ve danışmanlık: Doğum öncesi muayeneler planlıyorsanız, ortaya çıkabilecek psikolojik ve sosyal konularda size tavsiyelerde bulunacağız.
- Gizli doğum: Hamileliğinizin ve doğumunuzun gizli kalmasını istiyorsanız, size gizli bir doğum planlama seçeneği sunuyoruz.

Bir bakışta tüm danışmanlık hizmetleri

Danışma seanslarımız ücretsizdir ve kesinlikle gizlidir. Dini veya kökeni ne olursa olsun tüm insanlar bu hizmetlerden yararlanabilir. Talep üzerine anonim danışmanlık hizmeti de sunuyoruz.

 Hamilelik sorunları için devlet tarafından tanınan danışma merkezi
halk sağlığı departmanında



[Esplanade 29](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8413051452](tel:+49(0)8413051452)

 [chwange renberatung@ingolstadt.de](mailto:renberatung@ingolstadt.de)

 [ww.ingo-istadt.de/Schwangerenberatung](http://www.ingo-istadt.de/Schwangerenberatung)

 Pro Familia Ingolstadt

Cinsellik, hamilelik veya partnerlik konularında danışmanlık

 [Holzmarkt 2](#)

85049 Ingolstadt

 [+49 \(0\) 8413792890](tel:+49(0)8413792890)

 [ngolsta dt@profamilia.de](mailto:dt@profamilia.de)

 [ww.profamilia.de/angebote-vor-ort/bayern/ingolstadt](http://www.profamilia.de/angebote-vor-ort/bayern/ingolstadt)

 Hamilelik sorunları için Katolik danışma merkezi

SkF e.V. Ingolstadt

 [Schrannenstraße 1 a](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8419375560](tel:+49(0)8419375560)

@s [chwange](mailto:chwange@skf-ingolstadt.de) renberatung@skf-ingolstadt.de

🌐 [www.skf-](http://www.skf-ingolstadt.de/Schwangerschaftsberatung) ingolstadt.de/Schwangerschaftsberatung

👥 Diakonie Ingolstadt'in devlet tarafından tanınan hamilelik danışmanlığı (SSB)

-Kadın danışmanlığı

📍 [Schulstraße 14](#)

85049 Ingolstadt

☎ [+49 \(0\) 8413708303](tel:+49(0)8413708303)

@i [nfo@fra](mailto:nfo@frauenberaten-in.de) uenberaten-in.de

🌐 [www.frau](http://www.frauenberaten-in.de) enberaten-in.de