

## Rectusdiastase- Erkennen und Behandeln im Wochenbett Nr. 55788

Das Problem "Rektusdiastase" ist bekannt, wird aber kaum von Hebammen ausreichend beachtet und

therapiert. Dabei wird dieser Spalt, welcher in jeder Schwangerschaft entsteht, völlig unterschätzt. Eine frühzeitige Erkennung und Behandlung ist für jede Wöchnerin wichtig, denn durch falsche körperliche Belastung in Wochenbett und Rückbildung wird dieser Spalt nicht verbessert, oft noch verschlimmert.

Als Folge entstehen Rücken- und Beckenbodenprobleme, psychische Probleme durch den körperlichen Makel des bleibenden Kugelbauches.

Ein frühzeitiger Behandlungsbeginn ist notwendig und hier sind besonders die Kolleginnen aus Wochenbettbetreuung gefordert.

### **Inhalt der Fortbildung:**

Anatomische Grundlagen, Diagnostik Rectusdiastase, Repositionsübungen, Dos und Dont's für die Wöchnerin, praktische Übungen für Wochenbett, Tapinganlagen

**Referentin:** Petra Mattenklotz, Hebamme, zertifizierte Pilates- und Beckenbodentrainerin zertifizierte Groupfitnesstrainerin

Wann: 20. September 2025 09:30- 16:30 Uhr

Wo: Hebammenpraxis Rundum, Gottesauer Str. 26, 76131 Karlsruhe

**Kosten inkl. Snacks:**

Mitglieder	140€
Nichtmitglieder	350€

Wir veranstalten ab 10 angemeldeten Teilnehmer:innen

Wir bescheinigen 8 Fortbildungsstunden (1 Geburt, 4 Wochenbett, 3 fach- und Methodenkompetenz)