

# startklar!

подготовка к материнству  
информация о беременности, родах и начало  
родительства



© P10/lehmann

Сандра Фрауенбергер  
**Sandra Frauenberger**  
Советник социальных  
служб, здравоохранения  
и женщин

## Vorwort

Любовь (ожидающих) родителей!

Наличие ребенка и особенно в первые несколько лет являются для всех будущих родителей большим шагом. Начинается новая жизнь, которая связана с новым опытом и проблемами.



© W10/Christine Bauer

Маг. Кристина Хаметнер  
**Mag<sup>a</sup> Kristina Hametner**  
Начальник Управления по  
охране здоровья женщин  
и целей в области  
здравоохранения

Для этого необходимо хорошо подготовиться к будущим задачам. Вы будете иметь дело с новыми, ранее неизвестными темами: вопросы здравоохранения о беременности, установленные законом меры в отпуске по уходу за ребенком, финансовые вопросы, или вопросы касающиеся здоровья ребенка.

Брошюра "Стартklar" является полезным изданием, чтобы помочь вам, что-бы вы были лучше подготовлены к этому ответственному шагу.



© privat

Маг. Хилде Волф  
**Mag<sup>a</sup> Hilde Wolf, MBA**  
Директор Женского  
центра здоровья FEM Süd

Мы желаем вам и вашему ребенку всего самого лучшего и прекрасного начала вместе!



- Паспорт Матери и ребенка: Что это такое? ... 4
- Специальные обследования во время беременности: Что такое пренатальная диагностика? ... 8
- Заболевания и инфекции во время беременности ... 12
- Здоровый образ жизни во время беременности: Что я могу сделать? ... 15
- Акушерский уход ... 17
- Хорошая подготовка к родам: Что я могу сделать? ... 20
- Роды ... 22
- Грудное вскармливание ... 25
- Психическое здоровье ... 26
- Развитие ребенка ... 27
- Профилактическая медицина для детей ... 28
- Учреждения, в которые следует обратиться после родов ... 31
- Финансовая помощь ... 33
- Беременность, родительства и трудовая деятельность ... 37
- Дошкольные воспитательные и образовательные учреждения для вашего ребенка ... 41
- Куда обратиться за помощью? ... 44



## Паспорт матери и ребенка: что это такое?

Каждая беременная женщина, проживающая в Австрии, имеет право на получение паспорта матери и ребенка.

При этом не имеет значения, является ли она гражданкой Австрии или нет.

В паспорт матери и ребенка заносятся все данные медицинских обследований беременной женщины и ее ребенка до 5-летнего возраста.

Регулярные обследования матери и ребенка помогают следить за развитием ребенка и здоровьем матери. Это позволит принять своевременные меры, если возникнут осложнения.

## Где я могу получить паспорт матери и ребенка?

Паспорт матери и ребенка вы получите у своего гинеколога.

Обычно паспорт матери и ребенка выдают, начиная с 8-й недели беременности, когда слышно или видно на УЗИ сердцебиение ребенка.

## Сколько стоят обследования, предусмотренные паспортом матери и ребенка?

Обязательные обследования являются бесплатными.

Но только в случае, если ваш врач заключил договор с компанией медицинского страхования.

Например, с территориальной больничной кассой (Gebietskrankenkasse) или учреждением социального страхования (Sozialversicherungs-Anstalt).

Даже если у вас нет медицинской страховки, вы можете бесплатно пройти обследования, предусмотренные паспортом матери и ребенка. Для этого нужно обратиться в Венскую территориальную больничную кассу.



## Обследования во время беременности согласно паспорту матери и ребенка

Во время беременности предусмотрены 5 обследований у гинеколога.

- 1-е обследование проводится до конца 16 недели беременности.
- 2-е обследование проводится на сроке беременности 17–20 недель.
- 3-е обследование проводится на сроке беременности 25–28 недель.
- 4-е обследование проводится на сроке беременности 30–34 недели.
- 5-е обследование проводится на сроке беременности 35–38 недель.

Они включают в себя:

- 2 анализа крови
- 3 ультразвуковых исследования (УЗИ) и
- 1 обследование у терапевта  
Например, будут проверены легкие и измерено давление.

Ваш гинеколог проведет обследования и занесет их результаты в паспорт матери и ребенка.



## Обследования ребенка согласно паспорту матери и ребенка

В первые 14 месяцев после рождения ребенка предусмотрены 5 обследований:

- 1-е обследование ребенка обычно проводится в больнице на первой неделе после рождения
- 2-е обследование проводится в возрасте ребенка 4–7 недель.
- 3-е обследование проводится в возрасте ребенка 3–5 месяцев. Это включает в себя осмотр уха, горла и носа.
- 4-е обследование проводится в возрасте ребенка 7–9 месяцев.
- 5-е обследование проводится в возрасте ребенка 10–14 месяцев. Это включает в себя обследование глаз.

Потом до 5-летнего возраста ребенка в паспорте матери и ребенка предусмотрены еще 4 обследования.

Пройдите эти обследования, это важно для вашего ребенка!

### ВНИМАНИЕ!

Чтобы получать пособие по уходу за ребенком в полном объеме, вам нужно предоставить подтверждение о прохождении всех 10 обследований:

- 5 обследований у гинеколога во время беременности
- 5 обследований ребенка с рождения до конца 14-го месяца

После 5-го обследования ребенка вы получите письменное уведомление из больничной кассы. Уведомление напомнит вам о том, что вы должны предоставить подтверждение о прохождении 10 обследований, предусмотренных паспортом матери и ребенка, не позднее 18-го месяца после рождения ребенка.

Это следует учитывать, чтобы продолжать получать пособие по уходу за ребенком в полном объеме. Ознакомьтесь с информацией, содержащейся в вашем паспорте матери и ребенка.

### ВНИМАНИЕ!

**В отношении детей, рожденных после 1.1.2017, действует правило:**

Уже в момент подачи заявления на пособие по уходу за ребенком вы должны подтвердить прохождение следующих обследований:

- всех обследований во время беременности, предусмотренных паспортом матери и ребенка,
- первого обследования вашего ребенка, предусмотренного паспортом матери и ребенка.

Не позднее 15-го месяца после рождения ребенка вы должны предоставить подтверждение об обследованиях со 2-го по 5-е. Подтверждение должно быть передано в больничную кассу.

Это необходимо учитывать, чтобы продолжать получать пособие по уходу за ребенком в полном объеме. Ознакомьтесь с информацией, содержащейся в вашем паспорте матери и ребенка.





## Специальные обследования во время беременности: что такое пренатальная диагностика?

Уже во время беременности вы можете пройти специальные обследования, чтобы проверить развитие вашего ребенка. Такие обследования называются пренатальной диагностикой. Пренатальный – это латинский термин, обозначающий «до рождения». Диагностика – это греческий термин, обозначающий «результат обследования».

В ходе пренатальной диагностики ваш врач проверяет, нет ли проблем в развитии вашего ребенка. Так можно определить заболевания или пороки развития.

Эти обследования не являются обязательными. Вы можете сами решить, какие обследования хотите пройти. Обследования пренатальной диагностики вам придется оплачивать самостоятельно. Более подробную информацию вы получите у своего врача.

## Какие варианты пренатальной диагностики существуют?

### Первы-три-месяца-скрининг (Ersttrimester-Screening).

Первы-три-месяца-скрининг (Ersttrimester-Screening) измеряется на сроке беременности 11–14 недель. В ходе ультразвукового исследования производится измерение толщины воротникового пространства и кровеносный сосуды вашего малыша. Это обследование позволяет сделать выводы об отклонениях в развитии ребенка. Чем толще воротниковое пространство, тем выше вероятность генетически обусловленного порока развития.

### Комбинированный тест.

Вы можете сделать комбинированный тест на сроке беременности 11–14 недель. В ходе этого теста кроме измерения толщины воротникового пространства у вас возьмут кровь на анализ и определяют 2 гормона. Этот тест позволяет сделать более точные выводы о возможном пороке развития.

Если один из этих тестов указывает на отклонение в развитии, существуют дополнительные уточняющие обследования.

Например:

### НИПТ.

НИПТ расшифровывается как неинвазивный пренатальный тест. Неинвазивный означает, что он не требует хирургического вмешательства.

Вы можете сделать этот тест, начиная с 10-й недели беременности. Он является очень точным.

Сначала у вас возьмут кровь на анализ. Анализ будет готов примерно через 2 недели. Потом в ходе ультразвукового исследования будет измерена толщина воротникового пространства. На сроке беременности 12–13 недель врач обсудит с вами результаты этого обследования.

## Скрининг органов.

Вы можете сделать скрининг органов на сроке беременности 20–22 недели.

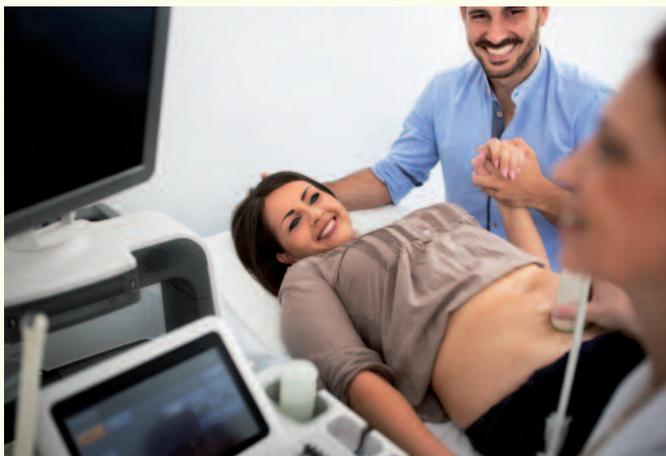
В ходе процедуры при помощи высокоточного УЗИ обследуются органы вашего ребенка.

Обследуются внутренние органы, как например:

- головной мозг
- сердце
- почки

И части тела, как например:

- руки
- ноги
- телосложение ребенка.



Кроме того, существуют еще 2 обследования, которые вы можете сделать.

Эти обследования тоже очень точны и дают указания на отклонения в развитии ребенка.

Но они могут привести к выкидышу, т.к. эти обследования представляют собой небольшие хирургические вмешательства.

## Биопсия ворсин хориона.

Биопсия – это взятие образца тканей из вашего тела.

В данном случае из плаценты.

Вы можете сделать биопсию ворсин хориона на сроке беременности 10–13 недель.

## Пункция околоплодных вод.

Научное название этого исследования – амниоцентез.

Вы можете сделать пункцию околоплодных вод на сроке беременности 16–20 недель.

Более подробную информацию вы получите у своего врача.

## Какие обследования проводятся чаще всего?

Это:

- Первы-три-месяца-скрининг (Ersttrimester-Screening), часто вместе с анализом крови в рамках комбинированного теста
- скрининг органов.





## Заболевания и инфекции во время беременности

Небольшие жалобы во время беременности являются нормальным явлением. Однако во время беременности могут возникнуть заболевания. Например:

### Сахарный диабет беременных

Сахарный диабет беременных является разновидностью сахарного диабета, который возникает только во время беременности. В крови поднимается уровень сахара. Это может привести к осложнениям во время беременности и родов, а также навредить ребенку.

По этой причине в паспорте матери и ребенка на сроке беременности 24–28 недель предусмотрен глюкозотолерантный тест.

Он позволяет вовремя определить сахарный диабет беременных. Если какой-либо член семьи страдает сахарным диабетом, тест проводят уже на 20-й неделе беременности.

В большинстве случаев высокий уровень сахара в крови может быть снижен в результате изменения режима питания. Иногда приходится применять инсулин. Необходимую консультацию вам предоставит лечащий врач.

Чаще всего проблема высокого уровня сахара в крови проходит после беременности. Однако вам следует и дальше следить за своим питанием и регулярно двигаться. Вам также следует продолжать наблюдаться у врача.

### Инфекции мочевыводящих путей или вагинальные инфекции

Когда вы беременны, повышается риск возникновения инфекций мочевыводящих путей или вагинальных инфекций. Вам следует сразу же обратиться к врачу, если:

- вы испытываете жгучую боль при мочеиспускании,
- моча приобрела непривычный цвет,
- у вас поднялась температура,
- у вас появились зуд и выделения,
- у вас появились зуд и покраснение слизистой оболочки.

### Краснуха

Краснуха – это безобидное детское заболевание. Но если вы заболеете краснухой в первые 3 месяца беременности, это может быть опасно и привести к выкидышу или ребенок может родиться инвалидом.

Например, ребенок может потерять слух или зрение. Либо могут возникнуть затруднения в обучении.

Во время беременности вам не следует встречаться с людьми, болеющими краснухой.

Девочкам в возрасте 10–12 лет следует сделать прививку от краснухи. Женщинам, не переболевшим в детстве краснухой, следует сделать прививку перед беременностью или после беременности.

## Гепатит

Гепатит – это воспаление печени.

Во время беременности к гепатиту следует относиться очень серьезно.

Гепатит может привести к выкидышу.

Часто мать передает заболевание ребенку незадолго до родов или во время родов.

Существуют различные виды этой болезни:

Гепатит А и гепатит В.

Наибольшую защиту дает своевременная прививка от гепатита.

Кроме того, важно соблюдать гигиену.

Например, вам следует регулярно мыть руки.

А также следить за чистотой на кухне.

Соблюдайте гигиену во время поездок.

Никакой контакта с кровью

Эти меры – хорошая защита от заражения вирусом гепатита.

## Токсоплазмоз

Токсоплазмоз – это инфекция, вызываемая паразитом.

Обычно она неопасна и не вызывает никаких жалоб.

Однако во время беременности инфекция токсоплазмоза может быть опасной для вашего ребенка.

Поэтому вам не стоит употреблять в пищу сырое мясо или сырую рыбу.

Вам следует следить за чистотой на кухне и избегать контакта с фекалиями кошек. .



## Здоровый образ жизни во время беременности: что я могу сделать?

Существует множество мер, которые позволяют вам вести здоровый образ жизни во время беременности.

Например:

### Питайтесь здоровой пищей.

К здоровому питанию относятся:

- большое количество свежих фруктов
- большое количество свежих овощей
- молоко и молочные продукты
- рыба

Рыба должна быть приготовлена. Не употребляйте в пищу сырую рыбу.

### Не употребляйте в пищу сырые продукты.

Сырые продукты – это, например:

- сыр из непастеризованного молока
- сырые яйца
- сырая рыба, например, суши
- сырое мясо, например, салями

Употребление в пищу сырых продуктов питания может привести к заражению токсоплазмозом или сальмонеллами.

## Откажитесь от диеты или голодания.

Даже если вы верующая, во время беременности вам следует отказаться от диеты и поста.

Диеты и голодания не рекомендованы беременным женщинам.

## Пейте много жидкости.

Во время беременности вам следует выпивать от 2,5 до 3 л жидкости в день.

Это, прежде всего, должна быть вода.

## Избегайте употребления кофеина.

Выпивайте не более 2 или 3 чашек кофе или черного/зеленого чая в день.

## Регулярно двигайтесь.

Движение оказывает особенно положительное влияние на здоровье матери и ребенка. Проконсультируйтесь у своего врача.

## Откажитесь от алкоголя и сигарет.

Алкоголь и сигареты негативно отражаются на здоровье вашего ребенка. Если вам сложно отказаться от алкоголя и сигарет, обратитесь в консультационный центр.

Адреса консультационных центров вы найдете в конце брошюры.

## Не принимайте наркотики.

Наркотики во время беременности особенно опасны для вашего ребенка. Если у вас наркотическая зависимость, проконсультируйтесь со своим врачом.

Или обратитесь в консультационный центр.

Адреса консультационных центров вы найдете в конце брошюры.

Никотин, алкоголь и наркотики чрезвычайно опасны во время беременности.

Некоторые лекарства также опасны во время беременности.

Даже если вы редко принимаете эти вещества, вы можете нанести большой вред своему ребенку!



## Акушерский уход

Акушерка – это специалист, оказывающий помощь при родах.

Однако акушерки оказывают помощь и поддержку не только во время родов.

Они также помогают и консультируют во время беременности и после родов.

Помощью акушерки могут воспользоваться все женщины. Однако она не всегда бесплатна.

## Сколько стоит акушерский уход?

Существуют акушерки, которые оплачиваются больничными кассами напрямую.

Другим акушеркам придется платить самостоятельно.

Имея на руках счет, можно возместить часть этих затрат из больничной кассы.

## Что нужно сделать, чтобы получить акушерский уход?

Если вы хотите воспользоваться акушерским уходом, свяжитесь с акушеркой уже во время беременности.

Здесь вы найдете полный список акушерок: [www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)

Кроме того, существуют семейные акушерки города Вены.

Они предлагают широкий спектр услуг женщинам до и после родов.

Консультации проводятся в группах или в индивидуальном порядке.

Услуги семейной акушерки для вас бесплатны.

Дополнительную информацию вы найдете в конце брошюры.

## Бесплатные консультации акушерки во время беременности

На сроке беременности 18–22 недели вы можете воспользоваться консультацией акушерки, как это предусмотрено в паспорте матери и ребенка.

Такая консультация длится 1 час и является бесплатной.

Во время консультации вы получите информацию о:

- течении беременности
- родах
- послеродовом периоде. Этот период длится 6–8 недель после родов.
- кормлении
- здоровом образе жизни во время беременности и после родов
- других возможностях получить помощь

Воспользуйтесь бесплатной консультацией акушерки, предусмотренной в паспорте матери и ребенка!



## Помощь акушерки после родов

Если послеродовой уход осуществляется дома, в первые недели после родов вы можете вызвать акушерку на дом.

Вы должны сами позаботиться о вызове акушерки.

Как часто акушерка будет приходить к вам в этот период?

Это зависит от того, когда вас выписали из больницы.

И от того, насколько хорошо вы и ваш малыш себя чувствуете.

В целом, стоимость 5 домашних визитов

возмещены медицинского страхования.

### ВНИМАНИЕ !

**Новая продукция от 1.1.2017**

Не имеет значения, в какой день вы выходите из больницы. Там нет „досрочное освобождение“ больше. В течение первых 5 дней у вас есть право акушерской помощи на дому.

Для дальнейшего посещения акушерок на Дому необходимо важные медицинские причины

Акушерка может в течение первых 8 недель после рождения

В зависимости от потребностей в медицинской помощи до 12 раз прийти к вам домой.

В случае кесарева сечения или преждевременных родов – что означает роды до завершения 37-й недели беременности – количество посещений на дому увеличивается на 2 день соответственно. Если у вас одновременно родилось двое или более детей, то количество посещений на дому также увеличивается на 2 день соответственно.



## Хорошая подготовка к родам: что я могу сделать?

Существует множество возможностей хорошо подготовиться к родам.

### Позаботьтесь о регистрации в больнице

На сроке беременности от 6 до 12 недель свяжитесь с той больницей, в которой вы собираетесь рожать.

Почти все больницы предлагают экскурсии в родильный зал. Родильный зал – это помещение, в котором проходят роды. Узнайте о предлагаемых услугах и оснащении родильного отделения. Вы можете посетить разные родильные отделения и сравнить объем предлагаемых услуг.

### Запишитесь на курсы подготовки к родам

Рекомендуется пройти курсы подготовки к родам. Записаться на них можно на сроке беременности 17–20 недель. На этих курсах вы получите важную информацию о течении родов и кормлении. Узнаете о техниках дыхания и многом другом. Большинство курсов платные.

Однако существуют и бесплатные информационные мероприятия. Более подробную информацию вы сможете получить в больнице.

Семейные акушерки города Вены проводят бесплатные курсы подготовки к родам в группах. А так же многие больницы предлагают бесплатные информации про кормление Грудью

Контактные данные, а также информацию о других услугах вы найдете в конце брошюры.

## Хорошо подготовьтесь к пребыванию в больнице

- Только 1 человек может сопровождать вас в родильный зал и присутствовать на родах. Это может быть, например, ваш партнер, мама, сестра, или подруга.
- Подготовьте вещи для больницы и уложите их в чемодан. В большинстве больниц вы получите список всех вещей, которые вам понадобятся в больнице. Уточните список в своей больнице. Помните о том, что вам понадобится одежда для ребенка, когда вы будете выписываться из больницы. Позаботьтесь о наличии люльки для перевозки грудных детей в автомашине. Автолюльку можно также взять напрокат в клубе автомобилистов. Например, в клубе «ARBÖ» или «ÖAMTC».
- Роды могут длиться несколько часов. Сопровождающему вас лицу следует взять с собой еду и питье. В больнице заботятся только о матери и ребенке.
- Во многих больницах существуют семейные палаты. В них может ночевать и ваш партнер. Вы сможете вместе заботиться о новорожденном. Для этого ваш партнер должен взять отпуск и находиться вместе с вами в больнице. Если вы предпочитаете семейную палату, своевременно проинформируйте об этом больницу. Разузнайте про информацию о возможных затратах в семейный номер.

### К сведению:

Город Вена выдает рюкзаки для пеленания, в которые вложены брошюры с полезной информацией.

Этот рюкзак вы можете получить уже во время беременности в одном из 9 Центров родителей и детей города Вены. Для этого вам нужно принести паспорт матери и ребенка. Адреса Центров родителей и детей вы найдете в конце брошюры.





## Роды

Роды могут начаться одним из двух следующих способов:

могут начаться **родовые схватки**.

Родовыми схватками являются схватки, которые

- продолжаются длительное время, т.е. от 1 до 2 часов,
- происходят с интервалом от 5 до 10 минут,
- и имеют продолжительность 1 минуты.

Может лопнуть **плодный пузырь**.

Еще это называют «отошли воды».

Если это произойдет, вызовите скорую помощь по номеру 144.

Вас необходимо отвезти в больницу лежа.

Большинство родов происходит в родильном зале, женщина может занять позицию, которая ей удобна.

Часто предлагают воспользоваться родильным стулом или специальным канатом для облегчения родов.

В некоторых больницах можно рожать в воде.

Однако роды не обязательно должны проходить в больнице.

Существует возможность **домашних родов**.

Для этого необходимо присутствие акушерки и прохождение всех обследований в соответствии с паспортом матери и ребенка.

Домашние роды вам придется оплачивать самостоятельно.

Больничная касса может возместить часть этих затрат.

22 Более подробную информацию вы получите у своей акушерки.

## Что я могу сделать для облегчения боли?

Каждые роды сопровождаются болями.

Если вы не можете терпеть боль, существуют возможности их облегчения.

Чаще всего делают **укол в поясничный отдел позвоночника**.

Это означает, что вы получите обезболивание.

Данный вид обезболивания называется эпидуральной анестезией или сокращенно ЭПА.

ЭПА вводится рядом с нервными окончаниями спинного мозга и обезболивает лишь часть вашего тела.

Во время родов вы находитесь в сознании.

Иногда по медицинским показаниям необходимо **кесарево сечение**.

При этом в операционном зале делают разрез живота и извлекают новорожденного из матки.

В таком случае чаще всего тоже делают эпидуральную анестезию.

## Что такое амбулаторные роды?

Если вы покидаете больницу в течение 24 часов после родов, это называется: **амбулаторные роды**.

## Что такое досрочная выписка из больницы?

Если вы покидаете больницу в течение первых 3 дней после естественных родов, это называется **досрочная выписка**.

В случае кесарева сечения, преждевременных родов или рождения двух и более детей одновременно, досрочной выпиской называется, если вы покидаете больницу в течение первых 5 дней.

День самих родов при этом не учитывается. День родов – это день 0.

**ВНИМАНИЕ!**

От 1.1.2017 нет „досрочное освобождение“ больше.  
Для последующей деятельности акушерки в послеродовом периоде применяется:

День освобождения для Возмещение расходов по медицинскому страхованию уже не актуально.

дополнительно к этому посмотрите «акушерский осмотр после рождения»

**О чем мне еще необходимо позаботиться?**

Вовремя позаботьтесь об уходе акушерки на дому.

Соответствующую информацию вы найдете в главе «Акушерский уход» данной брошюры.

Вовремя подыщите педиатра для обследования в соответствии с паспортом матери и ребенка.

**Грудное вскармливание**

Грудное вскармливание – это самый естественный способ кормления вашего малыша.

Положительные стороны:

- грудное молоко доступно в любое время суток.
- грудное молоко ничего не стоит и всегда обладает правильной температурой.
- грудное вскармливание укрепляет иммунную систему и защищает вашего малыша от болезней или позднее от аллергий.
- Грудное вскармливание дает тепло и безопасность

Приложите малыша к груди сразу после родов.

Грудное молоко обычно появляется на 2-й или 3-й день после родов.

До этого вырабатывается молозиво. Оно называется «колострум».

Оно имеет густую консистенцию и желтый цвет и защищает вашего малыша от заболеваний.

Примерно по прошествии 2 недель начинает вырабатываться полноценное грудное молоко.

Его достаточно на первые 6 месяцев, вам не нужно прикармливать.

**ВНИМАНИЕ!**

Грудное вскармливание не защищает от повторной беременности.  
Спросите своего врача о возможностях предохранения.

Некоторые женщины не могут или не хотят кормить грудью.

Вам не нужно из-за этого волноваться.

Готовые молочные смеси соответствуют потребностям вашего малыша.

Следите за чистотой на кухне.

Используйте для приготовления смеси только кипяченую воду.

Если у вас возникнут вопросы, вы можете задать их:

- своей акушерке
- консультанту по грудному вскармливанию
- детской медсестре в больнице



## психическое здоровье

Беременность и роды изменят вашу жизнь.

Если после родов вы грустите или тронуты произошедшим, или вас потрясли перемены, это совершенно нормально.

Если эти ощущения сохраняются продолжительный период времени, то, вероятно, у вас послеродовая депрессия.

Это еще называется «постнатальная депрессия».

Продолжительный период времени означает 2–6 месяцев после родов.

### Как распознать депрессию?

- У вас все время плохое настроение?
- Вы не рады материнству?
- Чувствуете раздражение или тревогу?
- Плохо спите?
- Плохо концентрируетесь?

Если вы даёте утвердительный ответ на эти вопросы, вам обязательно следует обратиться за психологической помощью.

Расскажите об этом своему гинекологу.

Или акушерке.

Или педиатру.

### Вы не одиноки!

Существуют консультационные центры, которые помогут вам.

Адреса консультационных центров вы найдете в конце брошюры.



## Развитие ребенка

### Развивается ли мой Ребёнок хорошо?

В первый год жизни происходит много в развитии ребенка. Дети начинают лепетать, первое слово, вскоре они могут сидеть, ползать и стоять в конце уже идти. Эти шаги имеют важное значение для жизни. Дети очень разные, некоторые из них могут уже в раннем возрасте стоять на своих двух ногах другие почти не говорят совсем.

Если вы не уверены, что ваш ребёнок хорошо развивается, то вы можете обращаться в разные организации помощи.

### Помогите – я не могу успокоить ребенка.

Сразу после рождения, некоторые дети страдают от вздутия живота. Есть также чувствительные дети которые не спокойные

Просто поищите помощь.

Есть консультативные органы, которые могут помочь им в этой ситуации.

### Справка по воспитанию детей

Когда дети растут и становятся большими и учатся свободно двигаться Возникает важный вопрос – Воспитания

В специальных консультационных услуг они могут задать любые вопросы по поводу воспитания детей.

вы можете найти контактную информацию в конце буклета.





## Профилактическая медицина для детей

Выполните необходимый осмотр Паспорта матери – Ребёнка  
Регулярные посещения врача помогут распознать возможные заболевания на ранней стадии и начать их лечение.

к обследования относится например:

- взвешивание и измерение ребенка
- Обсуждения правильного Питания, распределения Витаминов и Прививки.
- медицинское обследование ребенка и оценки развития, слуха и речи, движения
- Отчеты родителей о развитии ребенка и прошедшие заболевания.
- Обследование Глаз у специалиста или врача, специализирующегося в офтальмологии и оптометрии в возрасте 2-х лет
- Рекомендации дальнейшего исследования.

## Детские прививки

Прививки защищают вашего ребёнка от частых инфекционных заболеваний. Прививка – лучшая профилактика от инфекционных заболеваний.

Инфекционные заболевания – это заразные заболевания, вызываемые различными возбудителями.

Возбудителями являются, например: Бактерии или вирусы.

Наиболее важную информация о детских прививках, вы найдёте в вакцинации брошюре Федерального Министерства здравоохранения и женщин!

Прививки рекомендуется в определенные периоды.

Защита от вакцина должна быть достигнута как можно в раннем стадии

Вы сами решаете, когда и от чего ваш ребенок будет привит.  
для уточнения пожалуйста про Консультируйтесь у своего Детского Врача

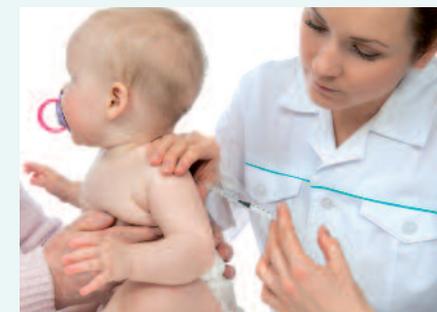
Многие прививки могут предоставляться детям бесплатно.

Некоторые прививки рекомендуется но они не бесплатные и вы сами должны будете оплатить.

## Какие бесплатные детские Прививки есть?

Для детей до 6 лет, необходимы следующие Прививки:

- ротавируса (понос и рвота):
- дифтерии – коклюша (коклюш) – Столбняк – гемофильной б – против полиомиелита – Гепатит В
- пневмококковая
- Корь – паротит – краснуха



## Рекомендуемые платные прививки?

- менингококка типа В и типа С
- КЭ
- Ветрянка
- Гепатит А
- грипп

## Детские прививки можно сделать:

- у лицензированных врачей, принимающих участие в детской программе вакцинации.
- в Районных учреждениях здравоохранения города Вены, а также в Консультационном центре по вопросам вакцинации и медицины путешествий Отдела магистрата 15. Это учреждение является Службой здравоохранения города Вены.
- в Консультационных центрах для родителей Отдела магистрата 11. Это Учреждение по делам молодежи и семьи.
- В Детской амбулатории Центра здравоохранения Вена–Север Венской больничной кассы.

Адреса этих центров вы найдете в конце брошюры.



## Учреждения, в которые следует обратиться после родов

В течение 3 недель после рождения ребенка вы должны сообщить об этом в орган ЗАГС (Standesamt) по месту рождения вашего ребенка.

Там вы получите самые важные документы на ребенка.

Это:

- Свидетельство о рождении
- Подтверждение регистрации (проживания и рождения в Вене)
- Свидетельство о гражданстве
- Метрическое свидетельство

Если вы не состоите в браке с отцом ребенка, то существует еще один документ, в котором отец признает отцовство.

В течение 2 лет после рождения ребенка вы можете получить следующие документы бесплатно:

- Свидетельство о рождении
- Свидетельство о гражданстве
- Паспорт
- Удостоверение личности

Вы также должны сообщить о месте проживания ребенка у районного учреждения.

Это называется «регистрация по месту жительства».

Данную регистрацию также можно сделать в органе ЗАГС, когда вы сообщаете о рождении ребенка.

Существуют больницы, в которых вы можете сразу получить самые важные документы на ребенка.

В этом случае вам не нужно идти в орган ЗАГС.

Это называется «Детское окно» („Baby-Point“).

В Вене «Детское окно» есть, например, в больницах:

- Allgemeines Krankenhaus, сокращенно АКН
- Donau-Spital, сокращенно SMZ Ost

В больнице есть также социальные работники. Они тоже могут помочь вам, если возникнут вопросы.

Например по теме:

- центр для Родителей и Ребёнка
- Финансовая консультация
- уход
- инвалидность

Проконсультируйтесь с ними!



## Финансовая помощь

В Австрии существуют различные варианты финансовой помощи в случае рождения ребенка. Например:

### Семейное пособие (Familien-Beihilfe)

Вы получите семейное пособие на каждого ребенка. При этом не важно, работаете ли вы, и сколько вы зарабатываете.

Для того, чтобы получать семейное пособие, по крайней мере один из родителей должен проживать совместно с ребенком.

И вы должны проживать большую часть времени в Австрии. Это называется «центр жизненных интересов». Ваш центр жизненных интересов должен находиться в Австрии.

Размер семейного пособия зависит от того, сколько лет вашему ребенку и сколько у вас детей. Оно выплачивается 1 раз в месяца. Чаще всего семейное пособие получает мать.

Для получения пособия вам не нужно подавать заявление. Это происходит автоматически, если вы зарегистрировали рождение ребенка. Потом вы получите письмо из финансового управления. В письме говорится о том, что вы имеете право на получение семейного пособия. Если финансовому управлению нужна от вас дополнительная информация, это также будет указано в письме. В таком случае ответьте на вопросы и сообщите недостающую информацию.

## Пособие по уходу за ребенком (Kinderbetreuungs-Geld)

Кроме того, существует пособие по уходу за ребенком.

Для его получения необходимо подать заявление. Это можно сделать, начиная со дня родов. Для этого вам придется пойти в вашу больничную кассу.

Пособие по уходу за ребенком выплачивается после пособия по беременности и родам (Wochengeld).

Существуют различные варианты пособия по уходу за ребенком:

- Можно получать пособие по уходу за ребенком в виде **паушальной суммы**.  
На настоящий момент существуют 4 различных варианта.
- Либо пособие по уходу за ребенком выплачивается **в зависимости от вашего дохода**.

Пособие в виде паушальной суммы получают и те, кто не работал или не застрахован.

Пособие по уходу за ребенком, зависящее от дохода, вы можете получать только в том случае, если вы постоянно работали в течение последних 6 месяцев до родов или до начала срока защиты (Schutzfrist) беременной женщины.

### К СВЕДЕНИЮ!

С 2017 г. в паушальный вариант получения пособия будут внесены изменения. Если ваш ребенок родится после 1 марта 2017 г., уже не будет 4 различных паушальных вариантов.

Вместо этого будет создан счет для пособия по уходу за ребенком (Kinderbetreuungs-Geld-Konto).

Это облегчит принятие решения о том, в течение какого срока вы хотите получать пособие.

Кроме того, будет создан бонус для партнеров.

А также семейный бонус.

Пособие по уходу за ребенком, выплачиваемое в зависимости от дохода, остается без изменений.

## Где можно получить дополнительную информацию о пособии по уходу за ребенком?

Более подробную информацию о пособии по уходу за ребенком можно прочитать в отдельной брошюре. Она называется «Пособие по уходу за ребенком».

Ее можно получить в Палате рабочих и служащих (Arbeiterkammer).

Федерального министерства по делам семьи и молодежи также предлагает информацию. Например Пособие по уходу за ребенком калькулятор

Более подробную информацию вы найдете в конце настоящей брошюры.

## Какая еще финансовая помощь существует?

Существует финансовая помощь для семей, у которых мало денег.

Или же для людей, воспитывающих детей в одиночку.

Для получения этой дополнительной помощи должны выполняться определенные критерии.



Существует:

### Семейная субсидия (Familien-Zuschuss)

Город Вена оказывает дополнительную поддержку семьям с низким доходом.

Люди, воспитывающие детей в одиночку, также получают дополнительную помощь.

Такая помощь называется «семейная субсидия».

На детей в возрасте 2 или 3 лет семейную субсидию выплачивает Отдел магистрата 11. Это Учреждение по делам молодежи и семьи.

Более подробную информацию о семейной субсидии вы найдете в конце брошюры.

## Помощь семьям (Familien-Hilfe)

Существуют благотворительные организации, которые могут оказать вам помощь в больнице, помочь по хозяйству в первые недели после выписки или с детьми.

Например:

- «Каритас» (Caritas)
- «Фольксхильфе» (Volkshilfe) или
- «Хильфswerк Австрия» (Hilfswerk Österreich)

Для вас такая помощь может быть частично или полностью бесплатной. Для этого должны выполняться определенные критерии.

## Дополнительное пособие

Кроме пособия по уходу за ребенком, люди, воспитывающие детей в одиночку, или семьи с низким уровнем дохода могут получать дополнительное пособие.

Для этого должны выполняться определенные критерии.

## Компенсационный фонд для семей в бедственном положении (Familienhärte-Ausgleichsfonds)

Семьи, столкнувшиеся с трудностями, могут получить помощь из компенсационного фонда для семей в бедственном положении. Речь идет об единовременном пособии для преодоления бедственного положения.

Более подробную информацию о пособии и компенсационном фонде вы получите в Семейной службе Федерального министерства по делам семьи и молодежи.



## Беременность, родительства и трудовая деятельность

Если вы ждете ребенка, вас не могут уволить с работы.

Это называется «защита от увольнения».

Принесите своему работодателю медицинское подтверждение беременности.

Защита от увольнения сохраняется на протяжении 4 недель после вашего отпуска по уходу за ребенком.

Однако в период испытательного срока защита от увольнения не действует.

### ВНИМАНИЕ!

Если работодатель расторгает с вами трудовой договор в течение испытательного срока **по причине вашей беременности**, это является запрещенной дискриминацией и может быть опротестовано вами в суде.

Если у вас нет работы, и вы состоите на учете в Службе занятости (Arbeitsmarkt-Service), вам следует сообщить о своей беременности в Службу занятости.

Вы сможете и дальше получать пособие по безработице (Arbeitslosen-Geld) или пособие, выплачиваемое в бедственной ситуации (Notstands-Hilfe).



## Что такое декретный отпуск (Mutterschutz)?

Как правило, за 8 недель до родов начинается декретный отпуск будущей матери.

Вам больше нельзя работать.

Этот отпуск длится, как правило, до 8 недель после родов.

Во время декретного отпуска вы получаете пособие по беременности и родам (Wohngeld) из больничной кассы.

Для получения пособия вам нужно подать заявление в больничную кассу.

Для этого необходимы следующие документы:

- Формуляр с вашей работы  
Этот формуляр называется «Подтверждение о работе и заработной плате»
- Подтверждение врача о сроке родов
- Паспорт матери и ребенка

Декретный отпуск распространяется на вас, даже если вы не работаете.

В этом случае вы получаете пособие по беременности и родам из больничной кассы.

В этот период вы не будете получать пособия по безработице или пособия, выплачиваемого в бедственной ситуации.



## Что такое отпуск по уходу за ребенком (Eltern-Karenz)?

Обычно по прошествии 8 недель после рождения ребенка заканчивается декретный отпуск.

После кесарева сечения, преждевременных родов или рождения двух или более детей одновременно этот отпуск длится дольше.

Он заканчивается по прошествии 12 недель после родов.

После этого вы можете пойти в отпуск по уходу за ребенком.

Отпуск по уходу за ребенком означает, что вы не работаете.

Если вы хотите уйти в отпуск по уходу за ребенком сразу после декретного отпуска, вам нужно сообщить об этом по месту работы, пока вы находитесь в декретном отпуске.

Лучше всего сделать это в письменном виде.

Вы также должны сообщить, на какой срок вы хотели бы уйти в отпуск по уходу за ребенком.

Ваш партнер тоже может уйти в отпуск по уходу за ребенком.

Мать и отец имеют право на такой отпуск.

Лицо, которое хочет уйти в отпуск по уходу за ребенком, должно проживать вместе с ребенком.

### ВНИМАНИЕ !

Если отец хочет уйти в отпуск по уходу за ребенком сразу после вашего декретного отпуска, он должен заявить об этом в течение 8 недель после рождения ребенка.

## Что такое работа на неполную ставку в связи с уходом за ребенком (Eltern-Teilzeit)?

Если вы работаете в компании с количеством сотрудников более 20, вы можете перейти на неполную ставку в связи с уходом за ребенком. Такой вариант занятости возможен до 7-летнего возраста ребенка. Или же пока ваш ребенок не пойдет в школу, если это произойдет позже 7-летнего возраста.

Для этого на момент перехода на неполную ставку вам необходимо проработать в компании не менее 3 лет.

Правом уйти на неполную ставку обладают и мать, и отец.

Вы должны сообщить по месту работы не менее чем за 3 месяца о том, что хотите перейти на неполную ставку.

Вы должны сообщить по месту работы,

- с какого числа вы хотите перейти на неполную ставку,
- на протяжении какого срока вы хотите работать на неполную ставку,
- и сколько часов вы хотите работать, когда перейдете на неполную ставку в связи с уходом за ребенком.

### ВНИМАНИЕ!

Если отец хочет перейти на неполную ставку в связи с уходом за ребенком сразу после вашего декретного отпуска, он должен заявить об этом в течение 8 недель после рождения ребенка.

**В отношении детей, родившихся после 1.1.2016, действует правило:**

Количество рабочих часов в неделю после перехода на неполную ставку должно быть сокращено на не менее чем 20%. Однако рабочее время должно составлять не менее 12 часов в неделю.



## Дошкольные воспитательные и образовательные учреждения для вашего ребенка

В Вене родители могут выбирать между городскими и частными дошкольными воспитательными и образовательными учреждениями.

Для детей от 0 до 6 существуют:

- детские сады для детей в возрасте от 0 до 6 лет
- «дневные мамы» и «дневные папы»
- детские группы

Заблаговременно узнайте о возможностях по уходу за детьми в вашем районе.

Обратите внимание на сроки для своевременной регистрации ребенка!

## Что нужно сделать, чтобы отдать ребенка в городской детский сад?

Если вы хотите записать ребенка в городской детский сад, это можно сделать в консультационном центре Венских детских садов.

Данный консультационный центр также называется «Отдел магистрата 10».

Вам следует записать ребенка в ноябре или декабре, если вы хотите, чтобы он с сентября пошел в детский сад.

Вы можете указать 2 детских сада, которые предпочитаете.

Если вам срочно нужно место в детском саду, вы можете обратиться в Отдел магистрата 10 в любое время года.

Записать ребенка в детский сад можно и по интернету.

## Что нужно сделать, чтобы отдать ребенка в частный детский сад?

Сроки регистрации в частных детских садах могут отличаться от сроков в городских детских садах. Узнайте о них в том детском саду, в который хотите отдать ребенка.

Прежде чем записаться в частный детский сад, вам нужно получить на ребенка номер клиента в реестре Венских детских садов. Этот номер вы получите в Отделе магистрата 10.

В случае регистрации в городской детский сад этот номер будет выдан вам автоматически.

## Что такое обязательный год в детском саду?

Дети, проживающие в Вене, которым до 1 сентября соответствующего года исполнилось 5 лет, **должны** в течение 1 года посещать детский сад: т.е. с сентября по июнь следующего года.

В течение этого года ребенок должен находиться в детском саду на протяжении не менее половины дня.

Это не менее 16 часов в неделю.

Во время школьных каникул ребенок не обязан посещать детский сад.

Обязательный год ребенок может провести в детском саду или детской группе.

Если ребенку до 1 сентября соответствующего года исполнилось 4 года, и он еще не записан в детский сад, вы получите письменное уведомление.

В этом случае вам следует прийти на обязательное собеседование с родителями.

Ваш ребенок также должен присутствовать на этом собеседовании.

Вам **посоветуют**:

Отдать ребенка не менее чем на полдня в детский сад или детскую группу уже в предпоследний год детского сада.

Это хорошо для развития вашего ребенка.

## Сколько стоит место в детском саду?

Посещение городского или частного детского сада в Вене до начала обязательного школьного обучения является бесплатным или, по крайней мере, совсем не дорогим.

Город Вена оплачивает большую часть платы, взимаемой с родителей.

Чтобы вам не пришлось платить за место в детском саду, ваш ребенок и, по крайней мере, один из родителей должен быть зарегистрирован в Вене.

И вам необходимо получить на ребенка номер в реестре Венских детских садов.

Питание в детском саду оплачивается родителями.

Эта плата называется «плата за питание» (Essensbeitrag).

Вам придется также оплачивать прочие дополнительные услуги, предлагаемые детским садом.

Если у вас нет средств на оплату питания, вы можете получить пособие в Учреждении по делам молодежи и семьи.





## Куда обратиться за помощью?

### Родильные дома

#### **Allgemeines Krankenhaus – AKH**

1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20, Tel.: 01/404 00-2821

#### **Krankenanstalt Rudolfstiftung**

1030 Wien, Juchgasse 25, Tel.: 01/711 65-4712

#### **Krankenhaus Hietzing**

1130 Wien, Wolkersbergenstraße 1, Tel.: 01/801 10-2294

#### **Semmelweis Frauenklinik der Krankenanstalt Rudolfstiftung**

1180 Wien, Bastiengasse 36–38, Tel.: 01/476 15-300

#### **Sozialmedizinisches Zentrum Ost – Donauspital**

1220 Wien, Langobardenstraße 122, Tel.: 01/288 02-3850

#### **Sozialmedizinisches Zentrum Süd – Kaiser Franz Josef-Spital**

1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-4736 oder -4750

#### **Wilhelminenspital**

1160 Wien, Montleartstraße 37, Tel.: 01/491 50-4701

#### **Krankenhaus Göttlicher Heiland**

1170 Wien, Dornbacher Straße 20–28, Tel.: 01/400 88-0

#### **St. Josefs-Krankenhaus**

1130 Wien, Auhofstraße 189, Tel.: 01/878 44-0

### Акушерки

#### **Австрийское объединение акушерок –**

#### **Отделение федеральной земли г. Вена**

Österreichisches Hebammengremium – Landesgeschäftsstelle Wien

1220 Wien, Am Mühlwasser 95, Tel.: 01/260-5251

[www.hebammen.at](http://www.hebammen.at)

#### **Акушерский центр – Объединение свободных акушерок**

Hebammenzentrum – Verein freier Hebammen

1090 Wien, Lazarettgasse 8/1B/1, Tel.: 01/408 80 22

[www.hebammenzentrum.at](http://www.hebammenzentrum.at)

#### **Семейные акушерки города Вены – Отдел магистрата 15**

Familienhebammen der Stadt Wien – MA 15

1030 Wien, Schnirchgasse 12/2, Town Town, Zugang: Thomas-Klestil-Platz,

Tel.: 01/4000-876 37

1150 Wien, Geyschlägergasse 2–12, Tel.: 01/982 25 00

1200 Wien, Dresdner Straße 73, Tel.: 01/331 34-202 79

1220 Wien, Langobardenstraße 128/12, Tel.: 01/285 45 37

[www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/eltern-kind/geburt/familien-hebammen.html](http://www.wien.gv.at/gesundheit/beratung-vorsorge/eltern-kind/geburt/familien-hebammen.html)

### Педиатры / Профилактическая медицина

Список всех педиатров можно найти по этой ссылке: [www.praxisplan.at](http://www.praxisplan.at)

Консультационный центр по вопросам **вакцинации** и медицины

путешествий **Службы здравоохранения города Вены – Отдел**

**магистрата 15**

(Impfservice und reisemedizinische Beratung des Gesundheitsdienst der Stadt Wien

– MA 15) 1030 Wien, Thomas-Klestil-Platz 8/2, Tel.: 01/4000-876 21

**Районные учреждения здравоохранения Службы здравоохранения**

города Вены – Отдел магистрата 15

(Bezirksgesundheitsämter des Gesundheitsdienstes der Stadt Wien MA 15)

Здесь вы найдете их адреса: [www.wien.gv.at/gesundheit/einrichtungen/gesundheitsaemter/](http://www.wien.gv.at/gesundheit/einrichtungen/gesundheitsaemter/)

**Брошюра о вакцинации** Федерального министерства по делам

здравоохранения и женщин по ссылке: [www.bmgf.gv.at](http://www.bmgf.gv.at)

## Консультации и услуги для беременных женщин, матерей и родителей

**Консультационные центры для родителей и Центры родителей и детей города Вены** (Elternberatung und Eltern-Kind-Zentren der Stadt Wien)

Родительская школа, консультации для родителей, индивидуальное консультирование, встречи для родителей с новорожденными детьми и т.д. Кроме того: медицинское консультирование, прививки и обследования педиатром Отдела магистрата 15.

Адреса можно найти здесь:

[www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/elternberatungen.html](http://www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/elternberatungen.html)

**Отдел магистрата 11 – Консультационный центр**  
(MAG ELF – Servicestelle)

Телефон консультационного центра: 01/4000-8011

**центр для Родителей и Ребёнка Mollardgasse**

(Eltern-Kind-Zentrum Mollardgasse)

1060 Wien, Mollardgasse 8, вход Richard-Waldemar-Park, Tel.: 01/4000-068 94

**центр для Родителей и Ребёнка Katharinengasse**

(Eltern-Kind-Zentrum Katharinengasse)

1100 Wien, Katharinengasse 16, Tel.: 01/4000-108 94

**центр для Родителей и Ребёнка Wilhelm-Weber-Weg**

(Eltern-Kind-Zentrum Wilhelm-Weber-Weg)

1110 Wien, Wilhelm-Weber-Weg 4/3 (вход через Dittmannngasse), Tel.: 01-4000-118 94

**центр для Родителей и Ребёнка Längenfeldgasse**

(Eltern-Kind-Zentrum Längenfeldgasse)

1120 Wien, Längenfeldgasse 28/8, вход подъезд 8, Tel.: 01/4000-129 00

**центр для Родителей и Ребёнка Huttengasse**

(Eltern-Kind-Zentrum Huttengasse)

1160 Wien, Huttengasse 19–21, Tel.: 01/4000-168 94

**центр для Родителей и Ребёнка Dresdner Straße**

(Eltern-Kind-Zentrum Dresdner Straße)

1200 Wien, Dresdner Straße 43/EG, Tel.: 01/4000-208 94

**центр для Родителей и Ребёнка Anton-Bosch-Gasse**

(Eltern-Kind-Zentrum Anton-Bosch-Gasse)

1210 Wien, Anton-Bosch-Gasse 29, Tel.: 01/290 60 62

**центр для Родителей и Ребёнка Langobardenstraße**

(Eltern-Kind-Zentrum Langobardenstraße)

1220 Wien, Langobardenstraße 128/Stiege 10, Tel.: 01/4000-228 94

**центр для Родителей и Ребёнка Rößlergasse**

(Eltern-Kind-Zentrum Rößlergasse)

1230 Wien, Rößlergasse 15, Tel.: 01/4000-238 94

дополнительно есть Врачи МА 15:

<https://www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/elternberatungen.html>

Даже с переводчиками:

<https://www.wien.gv.at/menschen/magelf/service/uebersetzer.html>

**Видеосправочник для родителей**

<https://www.wien.gv.at/video/elternratgeber/>

**Центр женского здоровья «FEM» в женской клинике «Sammelweis»**

(Frauengesundheitszentrum FEM in der Semmelweis-Frauenklinik) 1180 Wien, Bastiengasse 36–38, Tel.: 01/476 15-5771. [www.fem.at](http://www.fem.at)

**Амбулатория для родителей «FEM» в больнице «Wilhelminenspital»**

(FEM-Elternambulanz im Wilhelminenspital)

1160 Montleartstraße 37, Tel.: 0650/546 30 66

Выбор Языков: немецкий, турецкий, фарси, польский, английский

**Центр женского здоровья «FEM Süd» в Южном социально-**

**медицинском центре** (Frauengesundheitszentrum FEM Süd im Sozialmedizinischen Zentrum Süd) 1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-5201

Выбор Языков: немецкий, арабский, боснийский/сербский/хорватский, английский, французский, турецкий, сомалийский, русский и чеченский

[www.fem.at](http://www.fem.at)

**«NANAYA» – Центр по вопросам беременности, родов и жизни с детьми**

(NANAYA – Zentrum für Schwangerschaft, Geburt und Leben mit Kindern)

1070 Wien, Zollergasse 37, Tel.: 01/523 17 11. [www.nanaya.at](http://www.nanaya.at)

**Центр Gut begleitet – Frühe Hilfen Wien**

1010 Wien, Börsegasse 9, Tel.: 01/532 15 15-153

**Специальная амбулатория по вопросам перинатальной психиатрии в Социально-медицинском центре «Baumgartner Höhe»**

(Spezialambulanz für perinatale Psychiatrie im SMZ Baumgartner Höhe)

Амбулатория для женщин с психическими заболеваниями в период беременности и после родов до годовалого возраста ребенка

1140 Wien, Baumgartner Höhe 1, Pav. 18/2, Tel.: 01/910 60-218 20

## Молодые матери

**Young Mum** – Сопровождение беременных подростков  
Haus Lena: 1170 Wien, Alsgasse 6, Tel.: 01/400 88-4406  
[www.young-mum.at](http://www.young-mum.at)

## Детские больницы и детские поликлиники

**Gottfried von Preyer'schem Kinderspital im Sozialmedizinisches Zentrum Süd – Kaiser Franz Josef-Spital**  
1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-01

**St. Anna Kinderspital**  
1090 Wien, Kinderspitalgasse 6, Tel.: 01/401 70-0

**Allgemeines Krankenhaus – AKH**  
Univ.-Klinik für Kinder- und Jugendheilkunde Wien  
1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20, Tel.: 01/404 00-2821

**Krankenanstalt Rudolfstiftung**  
Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde und Department für Neonatologie  
1030 Wien, Juchgasse 25, Tel.: 01/711 65-4712

**Sozialmedizinisches Zentrum Ost – Donauspital**  
Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde  
1220 Wien, Langobardenstraße 122, Tel.: 01/288 02-3850

**Wilhelminenspital**  
Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde mit Ambulanz  
1160 Wien, Montleartstraße 37, Tel.: 01/491 50-4701

**Kinderambulanz des Gesundheitszentrums Wien-Nord**  
1210 Wien, Karl-Aschenbrenner-Gasse 3, Tel.: 01/601 22-402 24

## Скорая помощь

номер телефона: 144

дополнительно: Die Johanniter Wien, Tel.: 01/476 00  
Wiener Arbeiter-Samariter-Bund, Tel.: 01/891 44  
Wiener Rotes Kreuz, Tel.: 01/521 44

## Помощь в случае проблем с младенцем / ребенком

**Амбулатория по уходу за маленькими детьми в больнице «Preyer'schem Kinderspital»**  
(Baby-Care Ambulanz im Preyer'schem Kinderspital)  
*Амбулатория по проблемам питания, грудного вскармливания, плача и сна в первые годы жизни*  
1100 Wien, Kundratstraße 3, Tel.: 01/601 91-2680

**Психосоматическая амбулатория для грудничков, детей и подростков с амбулаторией по проблеме плача в больнице «Wilhelminenspital»**  
(Psychosomatische Ambulanz für Säuglinge, Kinder- und Jugendliche mit Schreiambulanz im Wilhelminenspital)  
1160 Wien, Montleartstraße 37, Tel.: 01/491 50-2912

**Центры содействия развитию**  
(Zentren für Entwicklungsförderung (ZEF))  
*Консультирование и обследования при задержке развития ребенка и отклонениях в развитии различного рода – амбулатории для детей до 10 лет и их семей*

1110 Wien, Modecenterstraße 17, Objekt 2, Tel.: 01/981 21-3620

1200 Wien, Dresdner Straße 43–47, Tel.: 01/981 21-3820

1220 Wien, Langobardenstraße 189, Tel.: 01/981 21-3220

1220 Wien, Lieblgasse 1A, Tel.: 01/981 21-3920

**центр неврологии развития и социальных педиатрии – Венские амбулатории объединения «VKKJ»**  
*Ответственность и профессионализм по отношению к особым детям и подросткам*

(Zentren für Entwicklungsneurologie und Sozialpädiatrie – Wiener Ambulatorien des VKKJ *Verantwortung und Kompetenz für besondere Kinder und Jugendliche*)

1160 Wien, Fernkorngasse 91, Tel.: 01/607 29 87

1150 Wien, Graumanngasse 7, Tel.: 01/982 61 54

1210 Wien, Jara-Benes-Gasse 16, Tel.: 01/292 14 77

[www.vkkj.at](http://www.vkkj.at)

## Помощь в кризисных ситуациях

### Круглосуточная служба экстренной помощи города Вены для женщин

– помощь жертвам насилия

(24-Stunden-Frauennotruf der Stadt Wien – Hilfe bei Gewalt)

Tel.: 01/717 19

[www.frauennotruf.wien.at](http://www.frauennotruf.wien.at)

### Горячая линия Женских кризисных центров Вены

(Frauenhäuser Wien Notruf)

Tel.: 01/05 77 22

### Центр разрешения кризисных ситуаций

(Kriseninterventionszentrum)

Tel.: 01/406 95 95

### Социально-психиатрическая служба экстренной помощи

(Sozialpsychiatrischer Notdienst)

Tel.: 01/313 30

## Помощь в преодолении зависимости

### Амбулатория по лечению наркотической зависимости больницы «АКН»

(AKH-Drogenambulanz)

1090 Wien, Währinger Gürtel 18–20, Tel.: 01/404 00-3547

### Институт им. Антона Прокша – Центр лечения зависимостей

(Anton Proksch Institut – Therapiezentrum zur Behandlung von Abhängigkeiten)

1050 Wien, Ambulatorium Wiedner Hauptstraße 105, Tel.: 01/880 10-1480

### Телефон для курильщиков

(Rauchfrei Telefon)

Tel.: 0800/81 00 13 бесплатно

[www.rauchfrei.at](http://www.rauchfrei.at)

## Помощь при отсутствии жилья у матери и ребенка

### «bzWO» – Центр помощи при отсутствии жилья фонда «Soziales Wien»

1080 Wien, Lederergasse 25, Tel.: 05 05 379-664 30

E-Mail: [bzwo@fsw.at](mailto:bzwo@fsw.at)

## Консультационные центры для мигрантов

«AMBER MED» – амбулаторная медицинская помощь, социальное консультирование и лекарственная помощь людям без медицинской страховки – Диакония и Красный крест

1230 Wien, Oberlaaer Straße 300–306, Tel.: 01/589 00-847

[www.amber-med.at](http://www.amber-med.at)

### «LEFÖ» – консультирование, образование и сопровождение для мигранток

1050 Wien, Kettenbrückengasse 15/4, Tel.: 01/581 18 81

Выбор Языков: английский, португальский, испанский

[www.lefoe.at](http://www.lefoe.at)

### «Miteinander lernen» – консультирование, образование и психотерапия для женщин

1160 Wien, Koppstraße 38/8, Tel.: 01/493 16 08

Выбор Языков: английский, турецкий

[www.miteinlernen.at](http://www.miteinlernen.at)

### «Orient Express» – Консультационная, образовательная и культурная инициатива для женщин

Консультационный центр для женщин

1020 Wien, Schönngasse 15–17/Top 2, Tel.: 01/728 97 25

Выбор Языков: арабский, английский, турецкий

[www.orientexpress-wien.at](http://www.orientexpress-wien.at)

### «Peregrina» – Образовательный, консультационный и терапевтический центр для иммигрантов

1110 Wien, Wilhelm-Weber-Weg 1/2/1+2, Tel.: 01/408 33 52 oder 01/408 61 19

Выбор Языков: боснийский/сербский/хорватский, английский

[www.peregrina.at](http://www.peregrina.at)

## Правовые и социальные вопросы

**Палата рабочих и служащих Вены – Горячая линия (Arbeiterkammer)**

Tel.: 01/501 65-0

[www.arbeiterkammer.at](http://www.arbeiterkammer.at)

**Федеральное министерство по делам семьи и молодежи**

Tel.: 0800/24 02 62

[www.bmfj.gv.at](http://www.bmfj.gv.at)

**Федеральное министерство финансов**

[www.bmf.gv.at](http://www.bmf.gv.at)

**Телефонная линия для женщин города Вены**

(Правовое и социальное консультирование со специализацией по темам брачно-семейного права)

Tel.: 0/408 70 66

**«Genea», организация «Caritas» архиепархии Вены – консультирование по социальным и правовым вопросам**

1040 Wien, Mommsengasse 35, 2. Stock, Tel.: 01/545 45 02

Выбор Языков: боснийский/сербский/хорватский, английский

[www.caritas-wien.at](http://www.caritas-wien.at)

**«MAG Elf» – Учреждение по делам молодежи и семьи**

**Телефон консультационного центра Отдела магистрата 11**

Tel.: 01/4000-8011

**Социальная горячая линия Вены**

(SozialRuf Wien)

Tel.: 01/533 77 77

[www.sozialinfo.wien.gv.at](http://www.sozialinfo.wien.gv.at)

**Указатель учреждений и государственных органов Австрии**

[www.help.gv.at](http://www.help.gv.at)

**Центральная трудовая инспекция при Министерстве по социальным вопросам**

(Zentralarbeitsinspektorat im Sozialministerium)

Tel.: 01/711 00-6414

## Дошкольные воспитательные и образовательные учреждения Для детей от 0 до 6

**Консультационные центры Венских детских садов**

(Servicestellen der Wiener Kindergärten)

**Информация по телефону:** 01/277 55 55

Отдела магистрата 10 доступен по телефону с понедельника по пятницу с 07:30 до 18:00.

**Консультационные центры**

**Центр для 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 12, 13, 20 и 23 районов**

1120 Wien, Niederhofstraße 21/Eingang Ignazgasse 2

E-Mail: [sst12@ma10.wien.gv.at](mailto:ss12@ma10.wien.gv.at)

**Центр для 3, 10 и 11 районов**

1030 Wien, Schlachthausgasse 41a

E-Mail: [sst03@ma10.wien.gv.at](mailto:ss03@ma10.wien.gv.at)

**Центр для 14 и 16 районов**

1160 Wien, Kreitnergasse 41–49

E-Mail: [sst16@ma10.wien.gv.at](mailto:ss16@ma10.wien.gv.at)

**Центр для 15, 17, 18 und 19 районов**

1190 Wien, Muthgasse 62

E-Mail: [sst19@ma10.wien.gv.at](mailto:ss19@ma10.wien.gv.at)

**Центр для 21 и частей 22 района**

1210 Wien, Am Spitz 1

E-Mail: [sst21@ma10.wien.gv.at](mailto:ss21@ma10.wien.gv.at)

**Центр для 22 района**

1220 Wien, Bernoullistraße 7

E-Mail: [sst22@ma10.wien.gv.at](mailto:ss22@ma10.wien.gv.at)

Другие дошкольные воспитательные и образовательные учреждения, а также **детские сады** и **«дневных родителей»** вы найдете по адресу:

[www.wien.gv.at](http://www.wien.gv.at).

Следующие специалисты, которые внесли вклад в эту брошюру:

- **Маг. Др. Кристина Басслер** (Mag<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Christina Bässler), MA 24 – *Управление по охране женского здоровья*
- **Прим. Пер. Доц. Доктор Гантер Бернерт** (Prim. Univ.Do. Dr. Günter Bernert), *Preyer'sches детская больница*
- **Фидан Гюльтекин** (Fidan Gültekin), MA 15 – *Семейные Акушерки*
- **Хельга Хесс Кнапп** (Helga Hess-Knapp), *Палата рабочих и служащих Вены – Горячая линия (Arbeiterkammer)*
- **Маг. Фиген Ибрахимоглу** (Mag<sup>a</sup> (FH) Figen Ibrahimoglu), *Женский Центр здоровья FEM Süd*
- **Доктор Маргарет Лассиг** (Dr.<sup>in</sup> Margarete Lässig), MA 15 – *Услуги по здравоохранению в городе Вена*
- **Маг. Катлеен Лёшке–Ялдиц** (Mag<sup>a</sup> Kathleen Löschke-Yaldiz, MBA), *Женский Центр здоровья FEM Süd*
- **Марианна Майер** (Marianne Mayer, MLS), *австрийский комитет акушеров Вены*
- **Доктор Неслихан Ортатас–Цакмак** (Dr.<sup>in</sup> Neslihan Ortatas-Cakmak), *Кайзер Франц Йозеф Больница*
- **Доктор Беате Пиетшниц** (Dr.<sup>in</sup> Beate Pietschnig), MA 15 – *Услуги по здравоохранению в городе Вена*
- **Анита Шоберлехнер** (Anita Schoberlechner), MA 11 – *Учреждение по делам молодежи и семьи*
- **Маг. Бианка Шриттвейсер** (Mag<sup>a</sup> Bianca Schrittwieser), *Палата рабочих и служащих Вены – Горячая линия (Arbeiterkammer)*
- **ДСА Херта Штаффа** (DSA<sup>in</sup> Herta Staffa), MA 11 – *Учреждение по делам молодежи и семьи*
- **Маг. Ева–Мариа Штробль** (Mag<sup>a</sup> Eva-Maria Strobl), *FEM родительская скорая помощь*
- MA 10 – **Детские сады в городе Вена**
- **Маг. Хилде Волф** (Mag<sup>a</sup> Hilde Wolf, MBA), *Женский Центр здоровья FEM Süd*

**Служебная информация:** (Impressum)

Эта брошюра является частью проекта «STARTKLAR» и создана для всех беременных и молодых родителей.

**Партнеры по сотрудничеству / финансированию:** Женский Центр здоровья FEM Süd / Управление по охране здоровья женщин и целей в области здравоохранения/ Венское укрепление по здоровьюохранению/ Венская ассоциация больниц / MA 57– женский отдел / Организация Aktive, türkische Frauen / Австрийский фонд здравоохранению по инициативе „Auf gesunde Nachbarschaft“

**Ответственность за содержание:** Управление по охране здоровья женщин в MA 24 – здравоохранения и социального планирования города Вены. Brigittenuer Lände 50–54/2, 1200 Wien, Tel.: 01/4000-842 00

**Управление проектами и редакция:** Mag<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Christina Bässler, Büro für Frauengesundheit und Gesundheitsziele

**Корректурa:** Mag<sup>a</sup> Monika Frank

**Редакция легко читаемый:** Capito Wien

**Графическая реализация:** Mag<sup>a</sup> Gisela Scheubmayr/subgrafik

**Иллюстрация обложка:** Mag<sup>a</sup> Margit Krammer

**Фотографии:** © shutterstock

**Печать:** „agensketter!“ Druckerei GmbH

был в 2016 году



Для получения более подробной информации о нашей программе, о проблемах со здоровьем женщин можно найти на нашем сайте.

#### Ваше здоровье. Наша программа.

Мы доступны для вас:

☎ 01/4000-842 00

@ frauengesundheit@ma24.wien.gv.at

i [www.frauengesundheit-wien.at](http://www.frauengesundheit-wien.at)

Все брошюры Программы Вена по охране здоровья женщин также можно загрузить на веб-сайте или заказать бесплатно по указанному выше контактные данные.



**Auf gesunde Nachbarschaft!**

**Frauen**<sup>MA57</sup>  
Stad<sup>t</sup>Wien