

Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 101 (2003)

Heft: 1

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

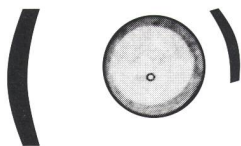
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 23.06.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>



**Schweizerischer Hebammenverband
Fédération suisse des sages-femmes**

Zentralsekretariat/Sécretariat central
Flurstrasse 26 3000 Bern 22
Tel. 031 332 63 40 Fax 031 332 76 19
info@hebamme.ch

www.hebamme.ch/www.sage-femme.ch
Öffnungszeiten:

Mo-Do 9-11 und 14-16 Uhr, Fr 9-11 Uhr
Heures d'ouverture:
lu-je 9 h-11 h et 14 h-16 h, ve 9 h-11 h

Offizielle Zeitschrift des
Schweizerischen Hebammenverbandes

Journal officiel de la Fédération
suisse des sages-femmes

Giornale ufficiale della Federazione
svizzera delle levatrici

Revista ufficiale da la Federaziun svizra
da las spendreras

101. Jahrgang / 101^e année

Erscheint 11mal im Jahr

Parution: 11 éditions par année

Impressum

Verlag/Édition

Schweizerischer Hebammenverband
Fédération suisse des sages-femmes

Redaktion/Rédaction/Redazione

Deutschsprachige Redaktion/Verantwortliche
Redaktorin:

Gerlinde Michel, Flurstrasse 26, 3000 Bern 22
Telefon/Fax 031 331 35 20
e-mail: g.michel@hebamme.ch

Rédaction de langue française

Fabiène Gogniat Loos, 6, av. des Quatre-Marronniers,
1400 Yverdon-les-Bains, téléphone 024 420 25 22,
téléfax 024 420 25 24,
e-mail: gogniat.loos@bluewin.ch

Redaktionskommission

Barbara Jeanrichard (bj), Isabelle Buholzer (ib),
Inge Loos (il), Marie-Noëlle Pierrel (mnp),
Christine Finger (cf), Christiane Allegro (ca),
Sue Brailley (sb)

Beraterin Hebammenforschung

Ans Luyben

Redaktionsschluss/Délaï de rédaction

Am 1. des Vormonats/Le premier du mois précédent

Gestaltung/Herstellung

Tygraline AG, Bern
Manfred Kerschbaumer

Jahresabonnement/Abonnement annuel

Nichtmitglieder/Non-membres Fr. 95.-
Ausland/Etranger Fr. 120.-
Einzelnnummer/Prix du numéro Fr. 12.- + Porto
Die Bezugsdauer verlängert sich jeweils um ein
weiteres Jahr, wenn nicht bis zum 31. Oktober
schriftlich gekündigt wird.

La durée d'abonnement se renouvelle automati-
quement chaque année sauf résiliation par écrit
jusqu'au 31 octobre.

Insertatenverwaltung/Régie d'annonces

Künzler-Bachmann Medien AG
Geltenwilenstrasse 8a, Postfach 1162
CH-9001 St. Gallen
Telefon 071 226 92 92, Telefax 071 226 92 93
e-mail: verlag@kueba.ch
Internet: http://www.kueba.ch

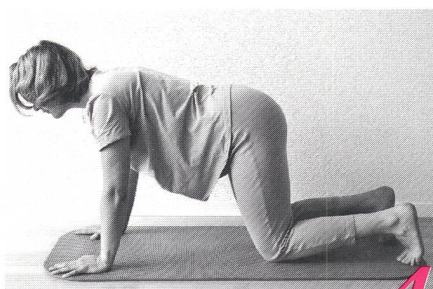
Druck/Impression

Vogt-Schild/Habegger Medien AG
Postfach 748, CH-4501 Solothurn
www.vsonline.ch

WEMF-beglaubigt

ISSN 1422-4526

**DANS CE NUMERO
IN DIESER NUMMER**



**Schwangerschaft,
Geburt und Stillzeit**

► Hatha-Yoga – wirkungsvolle Unterstützung

Einfache Übungen aus dem Hatha
Yoga haben vielen Frauen dabei ge-
holfen, eine schöne Schwangerschaft,
eine spontane Geburt zu erleben.
Hatha-Yoga-Übungen sind nicht ver-
gleichbar mit Gymnastik. Sie stärken
zwar körperlich, beeinflussen aber
auch Stimmung und Psyche positiv, in-
dem z.B. Nervosität verschwindet,
Spannungen nachlassen oder Nieder-
geschlagenheit sich auflöst. Janne
Terpstra beschreibt Übungen zum Aus-
probieren und Weitergeben.

9



Etwas Medizingeschichte

► Die Heilmittel der Hildegard von Bingen

Die Aufzeichnungen Hildegard von
Bingens, Äbtissin, Heilerin und Künst-
lerin aus dem 12. Jahrhundert, sind für
die komplementärmedizinische Bewe-
gung von hoher Aktualität. Hildegard
benützte bei der Beschreibung von
Heilpflanzen, Nahrungsmitteln und
heilkraftigen Edelsteinen die Begriffe
aus der damals bekannten und aner-
kannten Säftelehre. Damit griff Hilde-
gard auf ein System zurück, welches in
der Antike entwickelt wurde und bis
zur Neuzeit in allen Ländern, die unter
dem Einfluss der griechisch-römischen
Kultur standen, Gültigkeit hatte. Ein
faszinierender Blick in die Medizin-
geschichte.

**Pour une naissance
naturelle**

► Qu'est-ce que le yoga apporte à la maternité?

Parmi toutes les démarches qui cher-
chent à apporter un mieux-être à la
femme enceinte et qui visent à la pré-
parer à l'accouchement, le yoga a une
place de choix. C'est un chemin inté-
rieur qui permet de retrouver l'unité en
soi. Le yoga en maternité plaide pour
une naissance naturelle, qui est à la fois
mouvement et verticalité.



**Encore petite...
ou déjà femme?**

► L'adolescente face au choix contraceptif

Durant leur formation, deux étudiantes
sages-femmes ont été confrontées à des
adolescentes en détresse qui deman-
daient une IVG ou une contraception
d'urgence ou qui menaient à terme une
grossesse non-désirée. De ces ren-
contres inopinées sont nées des ques-
tions: comment les ados choisissent-
elles leur contraception? Quel rôle la
sage-femme joue-t-elle dans ce choix?
Réponses en page 28.

Rubriken/Rubriques

Aktuell	2
Forum/Mosaik	12
Bücher	13
SHV/FSSF	15
Sektionen/Sections	19
Actualité	20
Mosaïque	30
Stellenangebote Offres d'emploi	31