Texte Webseite

Einstieg

Empathisch begleiten, individuell stärken, evidenzbasiert handeln –das ist für mich moderne Hebammenkunst. Für eine persönliche, sichere und bestärkende Betreuung.

Über mich

Hallo, ich bin Katharina, 1979 geboren, Mutter von 2 Kindern und seit März 2025 Hebamme. Ich betreue freiberuflich Schwangere und Wöchnerinnen in Winterhude und Barmbek. Außerdem arbeite ich als Beleghebamme im Krankenhaus Winsen im Kreißsaal.

Vor meinem Hebammenstudium habe ich zwölf Jahre lang medizinische Gebrauchsanweisungen geschrieben und dabei viel mit Rettungsdienst und medizinischem Fachpersonal zusammen gearbeitet. Hier entdeckte ich mein wachsendes Interesse an medizinischen Berufen.

Bei der Geburt meiner eigenen Kinder (2012 und 2013) war ich tief beeindruckt von der Rolle der Hebamme. Die Verbindung aus medizinischer Fachkompetenz und einfühlsamer Begleitung in einer so intensiven Lebensphase hat mich seitdem nicht mehr losgelassen. Und so habe ich mich entschieden, beruflich noch einmal ganz neu zu starten und Hebamme zu werden. Ich bin jeden Tag dankbar, diese Entscheidung getroffen zu haben und diesen Beruf ausüben zu dürfen.

Leistungen

**Schwangerschaft**

Ich begleite dich einfühlsam und fachkundig durch die aufregende Zeit der Schwangerschaft:

* Durchführung aller nach Mutterschaftsrichtlinien vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen auf Wunsch
* Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden
* Beratung zu verschiedenen Themen, z. B. Ernährung, Sexualität oder Geburtsvorbereitung

Gemeinsam sorgen wir dafür, dass du dich sicher und gut unterstützt fühlst.

**Wochenbett**

Ich begleite dich nach der Geburt liebevoll und kompetent durch die erste Zeit mit deinem Baby:

* Beobachtung der Entwicklung des Babys inkl. Wiegen und Nabelpflege
* Individuelle Betreuung und Beratung rund um die Pflege deines Babys
* Unterstützung beim Stillen und bei Fragen zur Ernährung des Neugeborenen
* Überwachung der Rückbildung, Hilfe bei eventuellen Heilungsvorgängen und körperlichen Beschwerden
* Beratung zu Themen wie Schlaf, Bindung und emotionaler Unterstützung

Gemeinsam sorgen wir dafür, dass du dich in dieser besonderen Zeit sicher und gut aufgehoben fühlst.

**Kinesiotaping**

Kinesiotaping ist eine medikamentenfreie Methode, die Muskulatur entlastet, Durchblutung fördert und das Lymphsystem aktiviert. Ich biete Kinesiotaping für folgende Anwendungsgebiete an:

* **Schwangerschaft:**  
  Taping lindert Rückenschmerzen, Ischias, Nackenverspannungen, Beckenschmerzen, hilft bei Symphysenschmerzen, unterstützt den Bauch, fördert den Lymphfluss, kann Übelkeit lindern.
* **Wochenbett:**  
  Taping unterstützt die Rückbildung, verbessert den Milchfluss, fördert den Wochenfluss, lindert Brustspannen, unterstützt Narbenheilung, hilft bei Rektusdiastase, Nackenverspannungen und Rückenschmerzen

**Kinesiotaping wird leider nicht von den Krankenkassen übernommen, sondern Dir privat in Rechnung gestellt. Die Preise liegen je nach Anwendungsstelle und Materialverbrauch zwischen 10€- 25€.**

Impressum

Angaben gemäß § 5 TMG

Katharina Köster  
Hebamme  
Adresse auf Anfrage  
  
E-Mail: hebamme@katharinakoester.de

Gestaltung Logo:  
[Jenny Liebermann](https://jl-graphicdesign.com/)

Karte Betreuungsgebiet:  
erstellt mit [calcmaps.com](https://calcmaps.com/)

Fotos:   
Eigene Aufnahmen