

Unterstützung während der Schwangerschaft und im Wochenbett mit Carrot

Carrot bietet umfassende Vorteile für die hormonelle Gesundheit, Fruchtbarkeit und Familienplanung, einschließlich Unterstützung während der Schwangerschaft und im Wochenbett.*

Besuchen Sie get-carrot.com/signup, um Ihre Vorteile noch heute zu aktivieren und beginnen Sie mit der Erkundung der verfügbaren Ressourcen für während der Schwangerschaft und im Wochenbett, einschließlich Leistungen zur Finanzierung der berechtigten Versorgung.**

[Leistungen aktivieren](#)

Nutzen Sie Ihre Carrot-Leistungen zum Bezahlung von

- ▶ **Persönliche Doula für die Schwangerschaft, die Geburt und das Wochenbett**, die während der Schwangerschaft und darüber hinaus Beratung und Unterstützung bietet (einschließlich Versorgung über Nacht)
- ▶ **Milchversanddienste** zur Lagerung und Versendung von Muttermilch, um regelmäßiges Stillen auch unterwegs zu gewährleisten
- ▶ **Online-Geburtsvorbereitungskurse** und Workshops mit Carrot-Fachkräften für Sie und/oder Ihre/n Partner:in

Doula-Unterstützung

Eine Doula ist eine Person, die mit Ihrem medizinischen Team während der Schwangerschaft und im Wochenbett zusammenarbeitet, indem sie nicht-medizinische Dienstleistungen, Aufklärung, Anleitung und emotionale Unterstützung bereitstellt. Untersuchungen zeigen, dass die Zusammenarbeit mit einer Geburtsdoula zu einer Verkürzung der Wehenzeit, einem positiveren Geburtserlebnis und vielem mehr führen kann. Eine Wochenbett-Doula kann die Heilung nach der Geburt fördern, auf Stimmungs- und Angststörungen im Wochenbett achten und die Ernährung und Versorgung des Neugeborenen unterstützen. Einige bieten möglicherweise auch Schlafunterstützung über Nacht.

So nutzen Sie Ihre Carrot-Leistungen für Doula-Dienste

Carrot muss eine Doula prüfen und genehmigen, damit Sie Ihre Leistungen zur Bezahlung ihrer Dienste nutzen können. Stellen Sie sicher, dass Sie die Berechtigung Ihrer Doula prüfen, bevor Sie sie beauftragen. Aktivieren Sie Ihre Leistungen und überprüfen Sie Ihre Leistungsübersicht, um mehr zu erfahren.

Finden Sie eine ausgezeichnete Frauen- oder Kinderarztpraxis in Ihrer Nähe

Suchen Sie nach erstklassigen Frauen- oder Kinderärzt:innen oder sind neugierig, ob Ihre:r zu den besten gehört? Holen Sie sich Empfehlungen von Ihrem Carrot-Betreuungsteam für die am besten bewerteten, dem Netzwerk angehörenden Anbieter in Ihrer Nähe ein, um sicherzustellen, dass Sie und Ihre Lieben die bestmögliche Versorgung erhalten.

Beratung für jedes Trimester und zum Wochenbett

Von der Bewältigung der Symptome zu Beginn der Schwangerschaft bis hin zur Anpassung an das Leben mit einem Neugeborenen: Die Ressourcen von Carrot unterstützen Sie bei jedem Schritt.

Sprechen Sie jederzeit mit dem Expertenteam von Carrot

Ihre Carrot-Leistungen umfassen unbegrenzte Video-Chats mit medizinischen Fachkräften, darunter Schwangerschaftsexpert:innen, Geburtshelfer:innen für Hochrisikoschwangerschaften, Hebammen, Doulas, Laktationsberater:innen, zugelassene ärztliche oder psychologische Fachkräfte für emotionale Unterstützung, Fachkräfte für Beckengesundheit und mehr.

Informative Online-Gruppensitzungen und Kontaktmöglichkeiten

Diese mit anderen Carrot-Mitgliedern stattfindenden, unterstützenden Online-Gruppensitzungen, die von medizinischen Carrot-Fachkräften geleitet werden, sind speziell dafür konzipiert, alle Ihre Fragen zu jedem Trimester (einschließlich Wochenbett) zu beantworten. Außerdem erhalten Sie On-Demand-Zugang zu pränatalen Yoga-Stunden.

Fachkundige, weiterführende Quellen

Schluss mit der endlosen Online-Suche. Treffen Sie fundierte Entscheidungen mit unseren evidenzbasierten, ausführlichen Ressourcen, die in leicht verständliche Abschnitte unterteilt sind, damit Sie in Ihrem eigenen Tempo lernen können.

Wie geht es weiter?

Besuchen Sie app.get-carrot.com/signup, um Ihre Leistung noch heute zu aktivieren und die verfügbaren Ressourcen zu entdecken.

*Verfügbare Services können sich je nach Plan, Region und lokalen Gesetzen und Vorschriften unterscheiden.

**Durch Carrot erbrachte Leistungen können als steuerpflichtiges Einkommen gelten.