



# Frauenpraxis Spiez

## Weiterbildung „Diaphragma Anpassung“

Das Diaphragma ist eine natürliche Verhütungsmethode für Frauen. In die Vagina eingeführt und vor dem Muttermund platziert, verhindert es zusammen mit einem sauren Gel das Aufsteigen von Spermien in den Eileiter. Richtig angepasst und angewandt ist dieses hormonfreie Verhütungsmittel sehr sicher.

### Zielgruppe

Hebammen, Fachfrauen sexuelle Gesundheit, Naturheilpraktikerinnen, Komplementär Therapeutinnen

### Ziele

Sie wissen, wie ein Diaphragma korrekt angewandt wird, und für wen es als Verhütungsmittel in Frage kommt.

Sie lernen, welche Faktoren die Verhütungssicherheit des Diaphragmas beeinflussen.

Sie kennen Ablauf und Inhalt einer Diaphragma Anpassung in zwei Schritten sowie das nötige Material dazu.

Sie können in Ihrer Praxis Diaphragma Anpassungen durchführen.

### Inhalt

Sie erfahren alles, was Sie über das Diaphragma, seine Geschichte und die Anpassung wissen müssen. Sie

passen sich gegenseitig Diaphragmas an und lernen so anatomische Unterschiede kennen und einschätzen.

Sie benutzen selber ein Diaphragma und machen damit praktische Erfahrungen, die Ihnen bei Anpassung und Beratung dienen. Zwischen den beiden Terminen passen Sie zwei Freiwilligen zur Übung ein Diaphragma an.

### Anzahl Teilnehmerinnen

6 Frauen

### Vor- und Nachbereitung

Zur Vorbereitung auf Termin 1 erhalten Sie Literaturempfehlungen. Auf Termin 2 hin erstellen Sie einen Ablaufplan für die Diaphragma Anpassung in Ihrer Praxis und führen zwei Übungsanpassungen durch.

### Dauer

2 x 1 Tag à total 13 Stunden Präsenzunterricht plus 2 Stunden visitierte Praxistransferzeit. Total 15 Stunden.

### Kosten

Fr. 540.- plus Material

### Termine

Einzelne Interessentinnen melden sich bei Annina Kramer. Gruppen von 6 Frauen können den Kurs buchen.

### Ort

Frauenpraxis Spiez, Seestrasse 6, 3700 Spiez

### Anmeldung

Jede Teilnehmerin meldet sich einzeln per Mail bei Annina Kramer unter [kontakt@frauenpraxis-spiez.ch](mailto:kontakt@frauenpraxis-spiez.ch) an.

Die Anmeldung ist verbindlich und wird schriftlich bestätigt.

Annina Kramer

Naturheilpraktikerin mit eidg. Diplom  
in Trad. Europäischer Naturheilkunde

Seestrasse 6  
3700 Spiez  
033 654 87 63

[kontakt@frauenpraxis-spiez.ch](mailto:kontakt@frauenpraxis-spiez.ch)  
[www.frauenpraxis-spiez.ch](http://www.frauenpraxis-spiez.ch)

