

BIRGIT LAUE

**ALLES, WAS
WICHTIG IST**

SCHWANGER- SCHAFT

Gesundheit, Entwicklung, Vorsorge, Geburt

G|U

Die Schwangerenvorsorge

Wenn Sie ein Kind erwarten, lassen Sie sich auf jeden Fall in der Schwangerschaft von Ihrem Gynäkologen und / oder Ihrer Hebamme betreuen. Sinn und Zweck der Vorsorgeuntersuchungen ist, den Verlauf der Schwangerschaft zu beobachten und Auffälligkeiten oder Besonderheiten so früh zu erkennen und zu behandeln, dass keine Probleme daraus entstehen. Die meisten schwangeren Frauen haben zudem eine Menge Fragen, die bei den Vorsorgeterminen von ihrem Arzt oder ihrer Hebamme beantwortet werden können. Die Kosten für die »normale« Schwangerenvorsorge werden von der Krankenkasse übernommen.

Extrakosten

Untersuchungen, die nicht Bestandteil der Mutterschaftsrichtlinien sind, müssen von Ihnen privat bezahlt werden.

Art und Anzahl der Untersuchungen sind durch die Mutterschaftsrichtlinien gesetzlich genau vorgeschrieben. Die Termine können Sie bei Ihrem Frauenarzt oder abwechselnd bei Ihrem Arzt und Ihrer Hebamme wahrnehmen. Bei einem normalen Schwangerschaftsverlauf finden die Untersuchungen bis zur 32. Schwangerschaftswoche im Abstand von vier Wochen, danach alle zwei Wochen statt. Im Falle einer Terminüberschreitung kann es sein, dass Sie alle zwei Tage in die Praxis, ins Geburtshaus oder gleich ambulant in die Klinik einbestellt werden.

Vorsorgemöglichkeiten

Betreuung durch die Hebamme

Die Hebamme ist Spezialistin für die Betreuung einer gesunden schwangeren Frau und ihres Kindes. Sie ist eine wichtige Kontaktperson, mit der Sie zu jedem Zeitpunkt Ihrer Schwangerschaft in Verbindung treten können. Die Hebamme Ihrer Wahl wird Sie in allen Fragen rund um die Schwangerschaft, die Geburt, das Wochenbett und die erste Zeit mit Ihrem Baby beraten. Melden Sie sich am besten frühzeitig bei einer Hebamme in Ihrer Nähe an. Adressen bekommen Sie über sogenannte Hebammenlisten, die in Arztpraxen, Apotheken, Bioläden etc. ausliegen, oder im Internet.

Der Schwerpunkt der Schwangerenvorsorge liegt bei Hebammen im Bereich der Begleitung und Beratung. Dabei wird Ihre Hebamme stets Ihre individuellen Bedürfnisse im Blick haben und versuchen, Ihre Eigenverantwortung zu stärken. Ihre Hebamme führt außerdem (bis auf die Ultraschalluntersuchungen) auch sämtliche vorgeschriebenen Vorsorgeuntersuchungen durch. Durch ihre fundierte medizinische Ausbildung ist sie in der Lage, Abweichungen vom gesunden Schwangerschaftsverlauf zu erkennen und jederzeit in Zusammenarbeit mit dem Arzt notwendige Schritte einzuleiten.

TIPP Hebammenhilfe

Hebammenhilfe kann von jeder Frau zusätzlich zur ärztlichen Vorsorge in Anspruch genommen werden. Die meisten Leistungen werden von den Krankenkassen erstattet. Einzelne Kassen vergüten auch zusätzliche Hebammenleistungen wie Rufbereitschaftspauschalen, Kinderwunschberatung, PEKiP-Kurse und Geburtsvorbereitungskurse für den Partner. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse. Falls Sie privat versichert sind, klären Sie am besten im Vorfeld, welche Leistungen von Ihrer Kasse übernommen werden.

Zusätzlich zur ärztlichen Betreuung können Sie bei einem Verdacht auf vorzeitige Wehen, Blasensprung oder beim Geburtsbeginn ebenfalls Hebammenhilfe in Anspruch nehmen.

Auch bei vorzeitigen Wehen oder schwangerschaftsspezifischen Erkrankungen begleitet Sie Ihre Hebamme in Zusammenarbeit mit Ihrem behandelnden Arzt. Eine pädagogisch-psychologische Zusatzqualifikation haben Familienhebammen, sie sind Spezialistinnen für Familien mit besonderem Hilfsbedarf. Die Kosten für ihre Leistungen werden von den Kommunen, privaten oder konfessionellen Trägern übernommen.

Vorsorge durch den Frauenarzt

Nach den Mutterschaftsrichtlinien sind in einer normal verlaufenden Schwangerschaft drei sonografische Untersuchungen (Ultraschall) vorgesehen, die nur der Arzt durchführen kann. Die ärztliche Vorsorge hat vor allem die medizinische Überwachung des Schwangerschaftsverlaufs im Fokus sowie die Risikoerkennung und -überwachung.



Ihre Hebamme berät Sie in allen Phasen der Schwangerschaft ausführlich und nimmt sich Zeit für Ihre Anliegen und Fragen.

Ärzte sind mit ihrem spezialisierten Wissen und ihren technischen Möglichkeiten besonders dann gefragt, wenn es um Schwierigkeiten geht. Die Angebote von Arzt und Hebamme ergänzen sich so gut, dass sich viele Frauen für ein Vorsorgemodell entscheiden, bei dem sie abwechselnd gleich von beiden Profis betreut werden.

Regelmäßiger Gesundheitscheck

Im Mittelpunkt der Schwangerenvorsorge stehen Ihre Gesundheit und die Ihres ungeborenen Kindes. Bei der Erstuntersuchung wird Ihre Krankengeschichte erfragt, in der es besonders um frühere und mögliche aktuelle Erkrankungen geht. Auch Krankheiten im engeren Familienkreis spielen dabei eine Rolle. Ihr Arzt oder die Hebamme werden Ihnen genau erklären, was in den nächsten Monaten für Sie und das Baby wichtig ist. Die Ergebnisse der in festgelegten Abständen folgenden Untersuchungen werden regelmäßig in den Mutterpass eingetragen, der Ihnen bei der ersten Vorsorgeuntersuchung ausgehändigt wird und den Sie ab jetzt immer bei sich tragen sollten. (Alle im Mutterpass eingetragenen Untersuchungen werden ausführlich im Service-Teil ab > erklärt). Zunächst verschafft sich die Hebamme oder der Frauenarzt einen Eindruck über das Gedeihen und Wohlbefinden Ihres Kindes.

- Über den Bauch wird ertastet, ob Ihr Kind zeitgerecht wächst, ob genügend Fruchtwasser vorhanden ist und wie das Kind in Ihrem Bauch liegt.
- Bei der Erstuntersuchung wird Ihnen Blut abgenommen und im Labor auf zahlreiche Erreger und auf Rhesusantikörper untersucht. Außerdem wird eine

gynäkologische Untersuchung durchgeführt. Hierbei wird ein Abstrich vom Gebärmutterhals zur Untersuchung auf Chlamydien vorgenommen.

- Im Verlauf der Schwangerschaft werden Sie öfter durch die Scheide untersucht, um Infektionen auszuschließen und um den Muttermund zu überprüfen.
- Mit einem Hörrohr oder einem »Dopton« genannten Ultraschallgerät werden die kindlichen Herztöne regelmäßig abgehört. Meist wird schon ab der 28. Schwangerschaftswoche ein CTG (Cardiotokogramm) geschrieben, das heißt, die Herztöne werden mit dem Wehenschreiber aufgezeichnet (siehe >).
- Zusätzlich werden bei jedem Termin Gewicht und Blutdruck gemessen, und Ihr Urin wird analysiert. Dies gibt Hinweise auf bestehende oder mögliche Risiken, die den Verlauf der Schwangerschaft ungünstig beeinflussen könnten.
- Sie werden auf Wassereinlagerungen in den Beinen und an den Händen sowie auf Veränderungen an den Venen untersucht, und Ihr Bauchumfang wird gemessen.
- Im Verlauf Ihrer Schwangerschaft wird Ihr Gynäkologe drei Ultraschalluntersuchungen durchführen.
- Außerdem sollten Sie bei jedem Termin auch die Möglichkeit haben, Fragen zu klären oder sich beraten zu lassen.

Unbedingt zum Arzt!

Wenn es Ihnen zwischen den Terminen einmal nicht gut geht oder Sie krampfartige Unterleibsschmerzen, Blutungen oder starke Kopfschmerzen, Flimmern vor den Augen oder ähnliche Beschwerden haben, gehen Sie bitte sofort zum Arzt, um die Ursachen schnell zu klären.

Alle Vorsorgeuntersuchungen in der Schwangerschaft

SSW	Gesetzliche Leistungen	Zusatzleistungen (kostenpflichtig)
<ul style="list-style-type: none"> • 4.-8. 	<ul style="list-style-type: none"> • Feststellung der Schwangerschaft • Blutabnahme und Bestimmung von Blutgruppe, Rhesusfaktor, Antikörper-Suchtest, HIV-, Röteln- und Lues-Test • Allgemeine Informationen und Beratung zur Schwangerschaft, Mutterpass 	<ul style="list-style-type: none"> • Bescheinigung der Schwangerschaft für den Arbeitgeber (kostenpflichtig nach Mutterschutzgesetz) • Blutuntersuchung auf Toxoplasmose, Zytomegalie, Listeriose und Ringelröteln
<ul style="list-style-type: none"> • 8.-12. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mutterschaftsvorsorgeuntersuchung: vaginale Untersuchung, Urin, Blutdruck, Hb • Erstes Ultraschall-Screening • Abstrich vom Gebärmutterhals auf Chlamydien, eventuell Krebsvorsorgeabstrich • Informationen zur Pränataldiagnostik, Beratung zu Ernährung, Sport etc. 	
<ul style="list-style-type: none"> • 12.-14. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ab dem 35. Lebensjahr und auf Wunsch der Mutter eventuell Amniozentese, Chorionzottenbiopsie 	<ul style="list-style-type: none"> • Erst-Trimester-Screening
<ul style="list-style-type: none"> • 14.-16. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mutterschaftsvorsorgeuntersuchung 	<ul style="list-style-type: none"> • AFP-Bestimmung
<ul style="list-style-type: none"> • 18.-22. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mutterschaftsvorsorgeuntersuchung • Zweites Ultraschall-Screening, Basis- oder Feindiagnostik 	<ul style="list-style-type: none"> • Zweiter Toxoplasmose-Test (bis zum Ablauf von 10 Wochen nach dem ersten Test) • Doppler-Ultraschall zur Feststellung einer Gestosegefährdung
<ul style="list-style-type: none"> • 24.-28. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mutterschaftsvorsorgeuntersuchung • Blutuntersuchung: zweiter Antikörper-Suchtest, Hepatitis-Serologie (HBsAg) • bei Rhesus-negativen Frauen: Anti-D-Prophylaxe 	<ul style="list-style-type: none"> • Oraler Glukose-Toleranztest
<ul style="list-style-type: none"> • 28.-32. 	<ul style="list-style-type: none"> • Mutterschaftsvorsorgeuntersuchung - ab jetzt zweiwöchentlich 	<ul style="list-style-type: none"> • 3D/4D-Ultraschall