



KURSBUCH

Herzlichen Glückwunsch!

Du bist schwanger und eine unglaublich spannende Zeit kommt in den nächsten Monaten auf Dich zu. Dieses kleine Wunder, welches gerade in deinem Bauch heranwächst bringt sehr viele schöne Veränderungen mit sich. Sie werden Mutter! Vor lauter Glücksgefühlen und den anfänglichen Anpassungen an die Schwangerschaft werden sicherlich einige Fragen zur Schwangerschaft, der Geburt und dem Baby auftreten.

Dein persönlicher Schwangerschaftsbegleiter soll Dich wie ein Tagebuch durch die 9 Monate hinweg begleiten. Hier kannst Du wichtige Informationen nachlesen, eigene Fragen und Wünsche aufschreiben, damit diese geklärt und nicht vergessen werden, beim Besuch deines Geburtsvorbereitungskurses Notizen machen oder einfach Deine Gedanken oder Ängste während der Schwangerschaft eintragen. Bestimmt werden sich viele Fragen im weiteren Verlauf der Schwangerschaft klären, Zweifel und oder Ängste sogar in Luft auflösen.

Vielleicht nimmst Du bei einer weiteren Schwangerschaft dieses kleine Büchlein wieder zur Hand und kannst Vergleichen, wie es Dir in der ersten Schwangerschaft ergangen ist oder Du blätterst Jahre später mit deinem Kind darin und kannst erklären, wie Du diese Zeit erlebst hast.

Jetzt wünschen wir Dir von Pädia ganz viel Spaß beim Lesen und Ausfüllen deines persönlichen Schwangerschaftstagebuchs.

Wir hoffen mit Dir auf eine gut verlaufende Schwangerschaft, eine traumhafte Geburt, ein gesundes Baby und viele schöne Momente als Eltern.

Herzliche Grüße dein Team von Pädia

Herausgeber:

Pädia GmbH · Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim
Telefon: 06252 912-8700 · E-Mail: kontakt@paedia.de
www.paedia.de



Dies ist der persönliche Schwangerschaftsbegleiter von:

Frau

Geboren am

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:

Meine Schwangerschaft wurde am
festgestellt, da war ich bereits in der
Schwangerschaftswoche.

Die ersten Bewegungen von meinem Baby habe ich
am ganz deutlich gespürt. Es hat
sich angefühlt wie

Es ist ein wundervolles Gefühl, dass Baby in mir zu spüren.



Mein voraussichtlicher Entbindungstermin:



Gravida (Anzahl der Schwangerschaft mit dieser)

.....

Parität (Anzahl der Geburten bisher)

.....

Allergien auf

.....

.....

Diese Schwangerschaft ist eine

Mehrlingsschwangerschaft: ja ☐ / nein ☐

Folgende Medikamente und Nahrungsergänzungsmittel nehme ich ein:

Name des Präparates

Dosierung am Tag

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Im Notfall sollte bitte folgende Person benachrichtigt werden:



Herr/Frau:

Telefon:

Mobil:

Wichtige Notfallnummern:

Notrufnummer Rettungsdienst:

112 oder Feuerwehr
(für lebensbedrohlichen Situationen)

Ärztlicher Bereitschaftsdienst:

116117

Polizeinotruf:

110

Unterbringungsmöglichkeiten bzw. Notfallkontakt für das/die Geschwisterkind/er:

.....

Status: z. B. Vater, Großeltern, Tante:

.....

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:





Meine betreuende Hebamme:

.....

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:

Mein/e Gynäkologe/in:

.....

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:

Zu den Terminen bei meiner Hebamme und
oder Gynäkologe/in, sollte ich IMMER mein
Mutterpass und die Versichertenkarte der
Krankenkasse bei mir tragen.



Hier möchte ich mein Baby zur Welt bringen:

Adresse und Kontaktdaten:

Klinik/Geburtshaus, etc.:

Straße:

Ort:

Telefon:

Falls mein Baby vor der 36. SSW auf die Welt kommen möchte, will ich in dieser Entbindungsklinik mit Kinderklinik entbinden:

Adresse und Kontaktdaten:

Klinik:

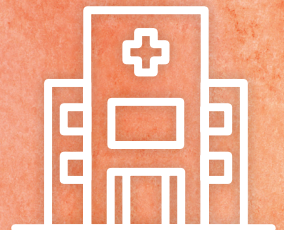
Straße:

Ort:

Telefon:

Bei einer Geburt vor der 36. Schwangerschaftswoche ist das Neugeborenen ein Frühgeborenes und muss eventuell noch in einer Kinderklinik versorgt werden. Manchmal sind noch nicht alle Frühgeborenen „reif“ genug für die Welt und benötigen evtl. Sauerstoff da die Lungen oder auch andere Organe noch nicht ganz ausgereift sind.

Informiere Dich, wo in Deiner Nähe die nächstgelegene Entbindungsklinik mit Kinderklinik ist.



Mein erster Termin bei der Hebamme:

.....

Wichtige Fragen an meine Hebamme:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





Handwriting practice lines consisting of 24 horizontal dotted lines.

Handwriting practice lines consisting of multiple sets of horizontal dotted lines on a white background.





Handwriting practice lines consisting of 24 horizontal dotted lines for writing on a white background.

Weitere Termine bei meiner Hebamme:

..... um: Uhr

..... um: Uhr

..... um: Uhr

..... um: Uhr

..... um: Uhr

..... um: Uhr

..... um: Uhr

..... um: Uhr

Mein Geburtsvorbereitungskurs beginnt am:

.....

Der werdende Papa sollte an folgenden Terminen der Geburtsvorbereitung teilnehmen:

.....



Folgende Materialien sollte ich immer zum Geburtsvorbereitungskurs und den Terminen rund um die Schwangerschaft mitbringen:

Mutterpass

Versichertenkarte der Krankenkasse



Notizen aus dem Geburtsvorbereitungskurs:



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.





Blank lined paper with a purple watercolor splash and a question mark icon in the bottom right corner.





.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Handwriting practice lines consisting of multiple horizontal dotted lines on a white background, designed for tracing or writing practice.



[illegible]



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

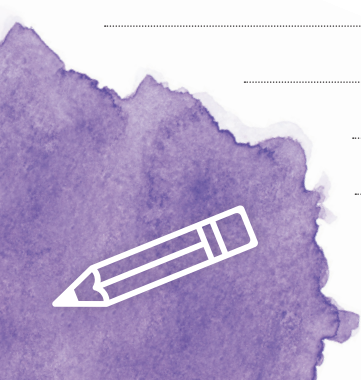
.....

.....

.....



A series of horizontal dotted lines for writing, spanning the width of the page.



Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines across the page.

Blank lined paper with a purple watercolor splash and a question mark icon in the bottom right corner.



Tipps zur Geburtsvorbereitung:

Zusätzlich kann Dich Deine Hebamme über verschiedene Möglichkeiten der geburtsvorbereitenden Maßnahmen aufklären, z. B. Akupunktur, Homöopathie, Tees etc.

Vielleicht bietet Deine Hebamme diese Behandlungsmöglichkeiten an. Frage doch einfach danach.

Bitte denke daran, dass Du alle zusätzlichen Maßnahmen mit Deiner Hebamme und/oder ggf. mit dem Gynäkologen absprechen solltest – zum Wohle für Dich und deinem Baby.

Tipps zum Stillen:

- Hebammen beraten Dich fachlich fundiert zum Stillen.
- Zusätzlich können Hebammen Dir vor und nach der Geburt praktische Tipps und Hilfestellung über verschiedene Möglichkeiten der Brustvorbereitung, Brustwarzenpflege, Stillpositionen und zum Stillen allgemein geben.
- Sprich Deine betreuende Hebamme bei Fragen an. Viele Stillprobleme lassen sich mit Ihrer Erfahrung und im eigenem zu Hause lösen.



Vorbereitungen und Anschaffungen für mein Baby:

Im Geburtsvorbereitungskurs oder Säuglingspflegekurs wird Dir Deine Hebamme dazu eine Menge Empfehlungen geben.

Generell solltest Du an folgende Dinge denken, die Euer Baby unbedingt braucht:

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. At the bottom right corner, there is a decorative watercolor splash featuring shades of blue, teal, and pink. The splash has a soft, blended appearance, suggesting it was created with liquid paint or markers. The overall design is clean and minimalist, suitable for writing or drawing.

Termine für die Informationsveranstaltungen in meiner Entbindungsklinik sind am:

..... um: Uhr

..... um: Uhr



Adresse und Kontaktdaten:

Klinik/Geburtshaus, etc.:

Straße:

Ort:

Telefon:

Tipp: Sicherlich hast Du mehrere Kliniken in erreichbarer Nähe, vielleicht ist es sinnvoll 1-2 Kliniken zu besichtigen. Entscheidend ist Dein „Bauchgefühl“, ob Du Dich in der Entbindungsabteilung, also im Kreißaal und auf der Wochenbettstation der Klinik wohl fühlst.

Termin zur Anmeldung in meiner Entbindungsklinik ist am:

.....

Fragen und Wünsche zu meiner Geburt, welche ich mit dem Kreißaal-Team besprechen möchte:

.....

.....

.....

.....

.....

Jetzt wird es Zeit den Klinikkofter zu packen. Was brauche ich?

Mutterpass, Versichertenkarte der Krankenkasse, Allergiepass, Personalausweis, Geburtsurkunde / Stammbuch, Vaterschaftsanerkennung, etc.



Falls der werdende Papa mit ins Familien- zimmer einzieht, benötigt er für seinen Koffer:

Für den Heimweg aus der Klinik benötigt mein Baby etwas zum Anziehen und eine passende Transportmöglichkeit.

Je nach Jahreszeit: Kurzarmbody, Hemdchen, Pulli, Strampler, Söckchen, Mützchen, Fußsack und/ oder Decke/Overall, Autobeförderungssitz.

Hurra!

Heute können wir Geburtstag feiern



.....
Name



.....
Datum



.....
Geburtsort/Klinik



.....
Uhrzeit



.....
Gewicht

.....
Größe



Tipp: Damit Du nach der Geburt niemanden vergisst zu informieren, solltest Du Dir die wichtigsten Personen mit Telefonnummer/ E-Mail-Adresse aufschreiben oder in Dein Handy einspeichern.

Wer ist nach der Geburt zu informieren:



Meine Wochenbetts-betreuende Hebamme, falls abweichend:

.....

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:



Niedergelassener Kinderarzt/ Kinderärztin für weitere Vorsorgeuntersuchungen:

.....

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Termin für die U2 (ggf. noch in der Klink) oder U3 ist am:

..... um: Uhr

..... um: Uhr



Mein Abschlussuntersuchungstermin nach der Geburt bei meinem Gynäkologen ist am:

..... um: Uhr

An was jetzt alles noch gedacht werden muss:

Geburtsurkunde des Babys

Geburtsanmeldung beim Standesamt

Anmeldung bei der Krankenkasse

Antrag auf Elterngeld / Kindergeld

Beantragen von evtl. Elternzeit / Urlaub



Stilltagebuch für Mama und Baby

Um den Stillbeginn so natürlich wie möglich zu gestalten, kann Dir und Deinem Baby ein Stilltagebuch einen kleinen Überblick geben.

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

Diese Vorsorgeangebote für das Baby sind Standard und werden in den Kliniken routinemäßig angeboten. Bitte lasst Euch darüber aufklären.

Für das Baby: U1- Vorsorgeuntersuchung direkt nach der Geburt, Vitamin K-Prophylaxe, Stoffwechsel- Test, Hörtest, Messung des Sauerstoffgehaltes im Blut, Blutzuckerkontrolle, Messung des Bilirubinwertes (bei Verdacht auf Gelbsucht), evtl. Hüftultraschall, U2-Vorsorgeuntersuchungen zwischen dem 3.- 10. Lebenstag

Für die Mama: Wochenbettgymnastik,

Empfehlungen von meiner Hebamme nach der Geburt:

Für das Baby: Bigaia Tropfen nach Kaiserschnitt oder Antibiotika Gabe bei der Mama unter der Geburt, DeVit Tropfen zur Rachitisprophylaxe ab dem 10. Lebenstag,.....

Für die Mama: Evtl. Homöopathie zur Wundheilung, Milchbildungstee, Übungen für die Rückbildung, etc.....

Mein Rückbildungskurs beginnt am:

..... um: Uhr

Hinweis: Nach einer Spontangeburt ist ein Beginn zwischen der 4.-6. Woche, nach einem Kaiserschnitt ab der 8. Woche möglich. Aber in erster Linie musst Du Dich fit und bereit dazu fühlen. Sprich dazu mit Deiner betreuenden Hebamme. Bemühe Dich am besten frühzeitig um einen Platz im Rückbildungskurs.

Zum Rückbildungskurs soll ich folgendes mitbringen:

Versichertenkarte der Krankenkasse, Bequeme Sportkleidung, Sportschuhe etc...

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Weitere freiwillige Aktivitäten für mein Baby und mich (ggf. kostenpflichtig):*

Babymassagekurs, PEKIP, Babyschwimmen, Still-Gruppe/ Still-Café

Örtliche Mutter-Kind-Gruppen

* Tipp: Überfordere Dich und Dein Baby nicht mit zu viel Aktivitäten. Es ist sinnvoll, genug Freiraum im neuen Alltag als Familie einzuplanen. Ein zu voller Terminkalender mit Kursterminen und Arztbesuchen könnten Dein Baby und Dich stressen.

Abkürzungs- verzeichnis

Häufig verwendete Fachabkürzungen rund um Schwangerschaft und Geburt



ABO	Blutgruppen-System, ABO-System gilt als klassisches und erste Einteilung der Blutgruppen. Es umfasst vier verschiedene Hauptgruppen: A, B, AB und 0.
Abusus	Missbrauch von Genussgiften, z. B. Nikotin, Alkohol, Drogen, Medikamente
Amnion	Ist die innere Eihaut der Fruchtblase.
Amnioskopie	Fruchtwasserspiegelung
Amnioszentese	Fruchtwasserpunktion durch die Bauchdecke der Mutter
Anämie	Blutarmut, Hämoglobinwert im Blut ist zu niedrig
Anti-D-Prophylaxe	Prophylaktische Injektion von Anti-D-Immunglobulinen bei einer Rhesus-negativen Schwangeren
Antikörper-Suchtest	Blutuntersuchung auf Antikörper gegen Blutgruppen-Antigene. Wichtig für Rhesus-negative Frauen! (Mögliche Blutgruppenunverträglichkeit zwischen Mutter und Kind)
APD	Kindlicher Durchmesser des Bauches vom Nabel bis zur Wirbelsäule
Apgar-Score	Bewertung von fünf Vitalfunktionen des Neugeborenen direkt nach der Geburt. Ermittelt wird A = Atmung, P= Puls, G= Grundtonus, Muskeltonus, A= Aussehen, Hautfarbe, R= Reflexauslösbarkeit. Die Erhebungen erfolgen nach 1, 5 und 10 Minuten.
ATD	Kindlicher Querdurchmesser von der linken zur rechten Bauchaußenseite
AU	Kindlicher Bauchumfang

B

Babybene®	Oleogel zur Behandlung von Milchschorf und Kopfgneis
Babylax®	Miniklistier zur Behandlung von Verstopfung
BiGaia®	Nahrungsergänzungsmittel zum Aufbau der Darmflora für Babys und Erwachsene
Bilirubin	Gelber Gallenfarbstoff, muss bei Neugeborenen ggf. kontrolliert werden (Gelbsucht)
BEL	Beckenendlage, Baby liegt mit dem Steiß nach unten
Blasensprung	„Springen“ oder Einreißen der Fruchtblase, Fruchtwasser läuft ab
BIP/ BPD	Durchmesser des kindlichen Kopfes quer von Schläfe zu Schläfe

C

Carum Carvi Baby-Kümmelzäpfchen	Babyzäpfchen mit der reinen Kraft des Kümmels
Cervix	Cx oder auch Zervix = Gebärmutterhals
Chorionzotten-Biopsie	Auch Plazenta-Punktion, Entnahme von Chorionzotten (Gewebe im Mutterkuchen) im Rahmen der pränatalen Diagnostik
Chlamydien	Bakterien, die Infektion hervorrufen können, häufig betroffen sind Scheide und Harnröhre
CTG	Aufzeichnung der kindlichen Herzöne und der Aktivität der Gebärmuttermuskulatur
Coombs-Test	Auch AHG-Test, indirekter Antikörper-Suchtest im Blut der Mutter, wichtig für den Rhesusfaktor

BiGaia®

Lactobacillus reuteri DSM 17938

Mit dem bewährten *Lactobacillus reuteri*



- ✓ Hohe Sicherheit – gute Studienlage bei dem Verzehr von *L. reuteri* bereits bei Frühgeborenen
- ✓ Beruhigung für den Darm – *L. reuteri* unterstützt eine gleichmäßige Peristaltik
- ✓ Stärkung der Darmflora – Reuterin aus *L. reuteri* kann pathogene Keime verdrängen

BiGaia, Tropfen. Nahrungsergänzungsmittel mit *Lactobacillus reuteri* DSM 17938 **Zutaten:** ölsäurereiches Sonnenblumenöl, mittelkettige Triglyceride (MCT, aus Palmkernöl), *Lactobacillus reuteri* DSM 17938. **Hinweis:** Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung, die zusammen mit einer gesunden Lebensweise von Bedeutung ist. Stand: 04/2018. BioGaia AB, Kungsbroplan 3, 10364 Stockholm, Schweden

A8001124-06-0221 / 148x210



D

DeVit® Tropfen	Zur oralen Rachitis Prophylaxe für Babys und Erwachsene
Diabetes mellitus	Zuckerkrankheit, Stoffwechselstörung
Doppler-Untersuchung	Spezielle Ultraschalluntersuchung zur Blutflussmessung
Dopton	Handgerät zum Abhören der kindlichen Herztöne im Bauch der Mutter
DR 1^o-4^o	Dammriss, Geburtsverletzung, Unterteilung in 4 Schweregrade, DR 1 ^o bis DR 4 ^o

E

EPH-Gestose	Auch Präeklampsie, schwangerschaftsspezifische Erkrankung. E= Edema/ Ödeme, Wassereinlagerung, P= Proteinurie/ Eiweißausscheidung im Urin, H= Hypertonie/ hoher Blutdruck
Epi	Episiotomie, Scheidendammschnitt; mit Schnittführung mediolateral (med. lat.)= schräg verlaufend, median= gerade verlaufend, lateral= zur Seite verlaufend
ET	Entbindungstermin
EUG	Extrauterin gravidität/ Eileiterschwangerschaft
Euphrasia D4 Augentropfen	Zur Anwendung am Auge, ab Geburt

F

FHF	Fetale Herzfrequenz, Herzschlag des Ungeborenen
FL/ HI	Länge des Oberschenkelknochens beim Ungeborenen

FOD/ KU	Kopfdurchmesser des Ungeborenen, von der Stirn bis zum Hinterkopf
Forceps	Geburtszange, Zangenentbindung
Fundus	Oberer Rand der Gebärmutter
Fundusstand	Gibt Auskunft über die zeitgerechte Entwicklung der Schwangerschaft
Frauenmilchbank	Sammelstelle von Spendermilch, wenn die eigene Mutter zu wenig Muttermilch produziert, überlebenswichtig für Frühgeborene.
Fruchtblase	Hülle, die das Ungeborene im Mutterleib umgibt und das Fruchtwasser enthält
Fruchtwasser	Fruchtwasser dient dem Kind zum Trinken, zum Bewegen und der Temperaturregulierung Farbe: meist klar



Geburtseinleitung	Herbeiführen von Wehen zur Geburt, meist medikamentös
Geburtsgeschwulst	Gewebswasser oder Blutansammlung unter der Kopfhaut des Neugeborenen
Geburtsmodus	Sp= Spontangeburt, S= Sectio, Vag. Op.= Zangen- oder Saugglockenentbindung
Gestationsdiabetes	Schwangerschaftsdiabetes, Zuckerkrankheit, die in der Schwangerschaft auftritt
Gestose	Oberbegriff für schwangerschaftsbedingte Krankheiten mit unklaren Ursachen, Beispiele: Präeklampsie/ EPH-Gestose, HELLP- Syndrom
Gravida	Anzahl der Schwangerschaften

Gravidogramm

Aufzeichnung zum Verlauf der Schwangerschaft in Tabellenform, in Mutterpass enthalten, gibt eine schnelle Übersicht über den Schwangerschaftsverlauf

**Hb/ Ery**

Hämoglobin= roter Blutfarbstoff/ Erythrozyten= rote Blutkörperchen

HELLP-Syndrom

Schwangerschaftserkrankung, Komplikation der Präeklampsie, . HELLP steht für Hämolyse (Zerfall von Blutbestandteilen), Elevated Liver eEnzymes (erhöhte Leberwerte) und Low Platelets (verlangsamte Gerinnung).

Hepatitis B

Virusinfektion der Leber

hiHHL

Hintere Hinterhauptslage des Kindes bei der Geburt, auch „Sternengucker“ genannt

HT

Herztöne

Hydramnion

Zu viel Fruchtwasser > 2.000 ml

Hypertonie

Zu hoher Blutdruck > 140/90

Hyperbilirubinämie

Gelbsucht bei Neugeborenen, der gelbe Gallenfarbstoff ist erhöht

Hypotonie

Zu niedriger Blutdruck

Hüftdysplasie

Angeborene Fehlstellungen der Hüftgelenke

InfectoGingi®

Mundgel zur Behandlung von schmerzhaften Mundschleimhauterkrankungen

**InfectoSoor®
Mundgel/ Zinksalbe**

Antimykotikum zur Behandlung von Hefepilzinfektionen im Mund- oder Windelbereich

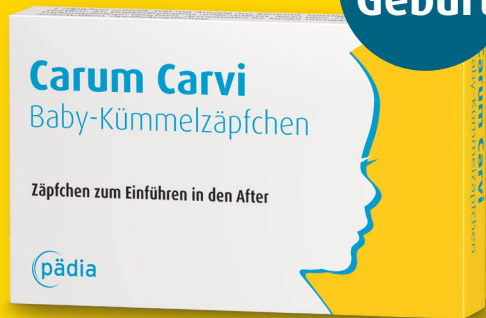
Carum Carvi

Baby-Kümmelzäpfchen

Auszug aus Kümmel*

Die reine Kraft des Kümmels

**Ab
Geburt**



- ✓ Das einzige reine Kümmelzäpfchen ab Geburt
- ✓ Kein Halbieren des Zäpfchens notwendig
- ✓ Ohne weitere Wirk- und Hilfsstoffe

*Carum carvi, ethanol. Decoctum Ø (Urtinktur (=D1));

Carum Carvi Baby-Kümmelzäpfchen. Wirkst.: Auszug aus Kümmel. **Zus.:** 1 Zäpfchen enth. 100 mg Auszug aus Kümmel [Carum carvi, ethanol. Decoctum Ø (Urtinktur (= D1))]. **Sonst. Bestandt.:** Hartfett. **Anw.:** Registriertes homöopathisches Arzneimittel, daher ohne Angabe einer therapeutischen Indikation. Tritt während der Anwendung des Arzneimittels keine Besserung der Beschwerden ein, ist medizinischer Rat einzuholen. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gg. Wirkstoff od. einen d. sonst. Bestandt. **Apothekenpflichtig.** Stand: 06/2017.

Pädia GmbH · Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim

A8001015-09-0221 / 148x210



Intrauteriner Sitz	Die Schwangerschaft ist in der Gebärmutter lokalisiert (normaler, gesunder Sitz)
---------------------------	--

Isthmozervikale Insuffizienz	Auch Zervixinsuffizienz oder Muttermundschwäche, der Gebärmutterhals ist nicht mehr ganz verschlossen
-------------------------------------	---



KaVit®	Vitamin zur Prophylaxe einer Vitamin-K- Mangelblutung, 3x orale Gabe von 2 mg bei U1, U2 und U3
---------------	---

KB	Kindsbewegung
-----------	---------------

Kochsalzlösung 0,9%	Isotonische Kochsalzlösung. befreit sanft Nase und Atemwege
----------------------------	---

Kolostrum	Vormilch
------------------	----------

KU	Kopfumfang des Kindes
-----------	-----------------------



<i>Lactobacillus reuteri</i> DSM 17938	Zur Unterstützung der Darmfunktionen und zum Aufbau einer ausgewogenen Darmflora.
---	---

LGG- Kapseln	Gezielt mit Lactobacillus GG versorgen. LGG kann das Neurodermitis- Risiko senken, ideal für Schwangere und Säuglinge.
---------------------	--

Lochien	Wochenfluss; Wundsekret, welches nach der Geburt aus der Gebärmutter abfließt, blutig bis ausflussartig, Dauer ca. 4-6 Wochen
----------------	---

Listeriose	Bakterielle Infektionskrankheit
-------------------	---------------------------------

LomaHerpan®	Salbe mit Melissenextrakt zur Behandlung bei Herpes simplex, in Schwangerschaft und Stillzeit bedenkenlos anzuwenden.
--------------------	---

LomaProtect® Pflegestift mit Melissenextrakt zur Nachbehandlung und Pflege nach Herpes simplex

LU Leibesumfang der Schwangeren

LR Erster Tag der letzten Periode

LSR Lues- Suchreaktion, Ausschluss einer Syphilis/
Geschlechtskrankheit



Mastitis Entzündung der weiblichen Brust, oft mit geröteten Arealen, meist von Schmerzen und Fieber begleitet

MamBiotic® Lactobacillus fermentum zum Aufbau und Unterstützung der Milchgangflora

Mekonium Erster Stuhlgang des Babys, meist pechschwarz und klebrig

MM Muttermund, bei einer vaginalen Untersuchung zu ertasten



NS Nabelschnur

NT Nackentransparenzmessung, zur Erkennung von Auffälligkeiten beim Ungeborenen



Ödeme Wassereinlagerungen im Gewebe, bei massiver Einlagerung sollte eine Gestose ausgeschlossen werden

Oligohydramnion Zu wenig Fruchtwasser < 500 ml

OAE	Hörtest beim Neugeborenen
------------	---------------------------

OGTT	Oraler Glukose- Toleranztest zur Frühdiagnostik eines Diabetes mellitus
-------------	---



Parität	Anzahl der Geburten einer Frau
----------------	--------------------------------

Partus	Geburt
---------------	--------

PDA	Periduralanästhesie= rückenmarksnahe, örtliche Betäubung (Injektionsnadel durchdringt nicht die feste Haut um das Rückenmark, schonende Betäubung)
------------	--

Phototherapie	Behandlung der Gelbsucht beim Neugeborenen mit einem speziellen Blaulicht.
----------------------	--

pH-Wert	Säuregrad, Bestimmung z. B. in Nabelschnurrblut oder Vaginalflora
----------------	---

Plazenta	Mutterkuchen
-----------------	--------------

Plazentainsuffizienz	Funktionsstörung des Mutterkuchens
-----------------------------	------------------------------------

Plazentalokalisation/ Plazentastruktur	Sitz des Mutterkuchens in der Gebärmutter und Aufbau des Mutterkuchens
---	--

Plazenta praevia	Mutterkuchen sitzt im unteren Bereich der Gebärmutter, liegt in der Nähe des inneren Muttermundes oder direkt davor
-------------------------	---

Portio	Bezeichnet den unteren Teil der Gebärmutter, welcher in die Scheide hineinragt
---------------	--

Pucken	Wickeltechnik mit Tüchern oder Pucksack, Säugling kann dadurch evtl. besser zur Ruhe kommen
---------------	---

Pulsoxymetrie	Nicht-invasiven Messung der Sauerstoffsättigung des Blutes (SpO2), wird beim Neugeborenen durchgeführt
----------------------	--

MamBiotic®

Lactobacillus fermentum CECT 5716

Natürlich schmerzfrei stillen



- ✓ Reduziert bakteriell bedingte Brustschmerzen
- ✓ Enthält natürliche Lactobacillen aus der Muttermilch
- ✓ Wirksamkeit in wissenschaftlichen Studien nachgewiesen^{1,2}

1. Fernandez et al. 2014, Beneficial Microbes; 5(2):169-83 2. Maldonado-Lobón et al. 2015, Breastfeed Med.;10(9):425-32

MamBiotic®. Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei Stillproblemen in Form von beginnenden Brustschmerzen, die mit einer unerwünscht hohen Anzahl bestimmter Bakterien (Staphylokokken) in der Brustdrüse einhergehen (Vorstufe einer Brustdrüsenkrankung). Die bedarfsgerechte Versorgung mit *Lactobacillus fermentum* CECT 5716 (LC40) verringert die Anzahl unerwünschter Bakterien in der Brustdrüse und kann zu einer Besserung von Brustschmerzen beitragen. **Zutaten:** Maltodextrin, Hydroxypropylmethylcellulose, *Lactobacillus fermentum* CECT 5716 (LC40), Stabilisator Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Farbstoff Titandioxid. Kann Spuren von Milch enthalten. **Wichtige Hinweise:** Nicht als einzige Nahrungsquelle geeignet. Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden. Stand: 05/2019. Biosearch S.A., Camino de Purchil 66, 18004 Granada, Spanien.

AB001094-11-0221 / 148x210



Q

QF Querfinger

QL Querlage

R

Rektusdiastase Auseinanderdriften der geraden Bauchmuskeln, es entsteht ein tastbarer Spalt

Rh-Faktor Rhesusfaktor im Blut, wichtig für die Blutgruppenzugehörigkeit, Rh-positiv, Rh-negativ

Rhesus-Inkompatibilität Unverträglichkeit der Rhesusfaktoren von Mutter und Kind. Die Rh-negative Mama bildet Antikörper gegen das Rh-positive Kind

Rb Rippenbogen

Risikoschwangerschaft Ob eine Risikoschwangerschaft vorliegt, entscheidet sich aufgrund mütterlicher oder kindlicher Indikatoren oder durch den Verlauf der Schwangerschaft

Röteln Eine Rötelninfektion kann in der frühen Schwangerschaft zur Schädigung des Ungeborenen führen

Röteln-HAH-Test Röteln-Hämagglutinationstest, Bestimmung der Antikörper gegen das Röteln-Virus, wird in der frühen Schwangerschaft durchgeführt

Röteln-Titer Gibt u. a. Aufschluss über Immunität der Schwangere gegen Röteln. Ist der Titer sehr hoch, deutet dies auf eine frische Infektion hin

RR Riva Rocci= Namensgeber des Blutdruckes; systolischer= oberer Blutdruckwert, diastolischer= unterer Blutdruckwert; Normalwert 120/80

S

Sectio	Sectio caesarea= Kaiserschnitt
Screening	Systematisches Testverfahren, z. B. zum Erkennen von Krankheiten oder Risikofaktoren
SD- Werte	Schilddrüsenwerte
SL	Schädellage, das Baby liegt in der optimalen Geburtsposition
SSL	Scheitel-Steiß-Länge, Größenbestimmung in der Frühschwangerschaft durch Ultraschall
SSW	Schwangerschaftswoche
Soor	Auch Candidose, Befall mit Hefepilzen, bei Frauen meist im vaginalen Bereich, bei Babys im Mund und/ oder Windelbereich, muss behandelt werden.
SP	Spontangeburt, normale Geburt
SPA	Spinalanästhesie= rückenmarksnah örtliche Betäubung
Streptokokken	Kleinste, kugelförmige Bakterien, Nachweis durch einen vaginalen Abstrich ab der 36. SSW
Supp.	Suppositorien, Zäpfchen

T

Terminunklarheit	Evtl. ist der voraussichtliche Entbindungstermin ungenau, z. B. durch ungenauen oder fehlenden 1. Tag der letzten Regelblutung
Triple-Test	Auch MoM-Test, Untersuchung der pränatalen Diagnostik zur Risikoabschätzung einer Trisomie 21 (Down-Syndrom)
TÜ	Terminüberschreitung, d. h. der Entbindungstermin ist überschritten

TORCH- Parameter

Blutscreening auf mögliche Infektionen mit den Erregern T. gondii, Rubella-Virus, CMV, HSV sowie T. pallidum während der Schwangerschaft

U**Übertragung**

Die Schwangerschaft geht über den ET hinaus, echte Übertragung zählt ab der 42. SSW

US

Ultraschalluntersuchung

Uterus

Gebärmutter

V**VBS**

Vorzeitiger Blasensprung, vor Beginn der einsetzenden Wehen

VE

Vakuumextraktion= Saugglockenentbindung

Vag. OP

Entbindungen, welche durch die Scheide beendet werden, z. B. Saugglocken- oder Zangenentbindungen

Vag. US

Vaginaler Ultraschall

Varikosis

Krampfadern, können in der Schwangerschaft an den Beinen aber auch im Intimbereich auftreten

Vernix caseosa

Käseschmiere, umgibt das Ungeborene als Schutz in der Gebärmutter

VU

Vaginale Untersuchung, zur Ermittlung des Muttermundbefundes und Einstellung des vorangehenden Kindsteiles

**Wochenbett**

Ist die „Schonzeit“ nach der Entbindung, Dauer 6–8 Wochen

**Zervix; Cervix uteri**

Gebärmutterhals, unterer Teil der Gebärmutter

Zytomegalie

Infektionskrankheit, verursacht durch das Zytomegalievirus (abgekürzt CMV)

Blank lined paper with a pink watercolor splash in the bottom right corner.



Unsere Ratgeber

Für die unterschiedlichsten Themenbereiche bieten wir Ihnen Ratgeber an. Fragen Sie Ihre Hebamme, Ihren Arzt oder Apotheker.



Zusätzlich haben wir im Angebot auch einige fremdsprachige Ratgeber:

Säuglingskoliken (türkisch)

Kopfläuse (englisch, türkisch, russisch, französisch, arabisch, persisch);

Krupp (türkisch); Madenwürmer (englisch, türkisch, französisch, persisch, arabisch);

Unsere Ratgeber finden Sie unter
www.paedia.de/wissenswertes

