



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. Du wirst Mutter! Bei allen Glücksgefühlen werden – z. B. durch die anfänglichen Anpassungen Deines Körpers an die Schwangerschaft – sicherlich einige Fragen zur Schwangerschaft, der Geburt und dem Baby auftreten.

Dein persönlicher Schwangerschaftsbegleiter soll Dich wie ein Tagebuch durch die 9 Monate 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 späteren 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 erlebt hast.

Jetzt wünschen wir von Pädia Dir 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:

.....
Geboren am

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:

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

Die ersten Bewegungen meines Babys habe ich
am ganz deutlich gespürt. Es hat
sich angefühlt wie

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



Im Notfall sollte bitte folgende Person benachrichtigt werden:



Herr/Frau:

Telefon:

Mobil:

Wichtige Notfallnummern:

Notrufnummer Rettungsdienst: **112** oder Feuerwehr
(für lebensbedrohliche 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 deiner Hebamme und/oder Gynäkologen/in solltest Du IMMER deinen Mutterspass und die Versichertenkarte der Krankenkasse bei dir 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 will, möchte ich in dieser Entbindungsklinik mit Kinderklinik entbinden:

Adresse und Kontaktdaten:

Klinik:

Straße:

Ort:

Telefon:

Bei einer Geburt vor der 36. Schwangerschaftswoche ist das Neugeborene ein Frühgeborenes und muss eventuell noch in einer Kinderklinik versorgt werden. Nicht alle Frühgeborenen sind schon „reif“ genug für die Welt, und manche benötigen am Anfang 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:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....





A series of horizontal dotted lines for writing, starting from the top left and extending across the page.

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines.





Handwriting practice lines consisting of a solid top line, a dashed middle line, and a solid bottom line. There are 20 such lines spanning the width of the page.

Weitere Termine bei meiner Hebamme:

..... um: Uhr
..... um: Uhr

Mein Geburtsvorbereitungskurs beginnt am:

.....

Der werdende Papa sollte an folgenden Terminen der Geburtsvorbereitung teilnehmen:

.....



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

Mutterpass

Versichertenkarte der Krankenkasse



Notizen aus dem Geburtsvorbereitungskurs:



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

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines.



Handwriting practice lines consisting of 5 horizontal dotted lines.

Handwriting practice lines consisting of 25 horizontal dotted lines.





.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....

.....
.....



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

Handwriting practice lines consisting of 25 horizontal dotted lines on a white background.



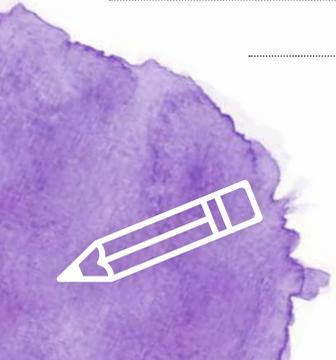


A series of horizontal dotted lines spanning the width of the page, providing a guide for handwriting practice. The lines are evenly spaced and extend from the left margin to the right margin.



A series of horizontal dotted lines for writing, starting from the top left and extending across the page.

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines.



Handwriting practice lines consisting of 5 horizontal dotted lines.

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/der Gynäkologen/in absprechen solltest – zum Deinem Wohl und dem Deines Kindes.

Tipps zum Stillen:

- Hebammen beraten Dich fachlich fundiert zum Stillen.
- Zusätzlich können Dir Hebammen vor und nach der Geburt praktische Tipps und Hilfestellungen zu verschiedenen 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 Zuhause lösen.



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 Familienzimmer einzieht, benötigt er für seinen Koffer:

Für den Heimweg aus der Klinik benötigt dein 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



.....
Größe

.....
Gewicht

Meine wochenbettbetreuende Hebamme, falls abweichend:

.....

Adresse und Kontaktdaten:

Straße:

Ort:

Telefon:

Mobil:



Niedergelassene/r 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



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

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

Für die Mama: Wochenbettgymnastik, ...

Empfehlungen von meiner Hebamme nach der Geburt:

Für das Baby: Bigaia-Tropfen nach Kaiserschnitt oder Antibiotikagabe 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.

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

Babymassagekurs, PEKIP, Babyschwimmen, Stillgruppe/Stillcafé

Örtliche Mutter-Kind-Gruppen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

* Tipp: Überfordere Dich und Dein Baby nicht mit zu vielen Aktivitäten. Es ist sinnvoll, im neuen Alltag als Familie genügend Freiraum 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. Das ABO-System gilt als klassische 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	Innere Eihaut der Fruchtblase
Amnioskopie	Fruchtwasserspiegelung
Amnioszentese	Fruchtwasserpunktion durch die Bauchdecke der Mutter
Anämie	Blutarmut; der 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; das 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	Plazenta-Punktion; Entnahme von Chorionzotten (Gewebe im Mutterkuchen) im Rahmen der pränatalen Diagnostik
Chlamydien	Bakterien, die eine Infektion hervorrufen können; häufig betroffen sind Scheide und Harnröhre.
CTG	Aufzeichnung der kindlichen Herztöne und der Aktivität der Gebärmuttermuskulatur
Coombs-Test	Auch AHG-Test, indirekter Antikörper-Suchtest im Blut der Mutter, wichtig für den Rhesusfaktor

BiGaia®

L. reuteri DSM 17938

Mit dem bewährten
L. reuteri DSM 17938

Nur
5 Tropfen
täglich



- ✓ 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 *Limosilactobacillus reuteri* DSM 17938 **Zutaten:** ölsäurereiches Sonnenblumenöl, *Limosilactobacillus reuteri* DSM 17938 ("frühere Bezeichnung *Lactobacillus*), ganz gehärtetes Rapskernöl. **Wichtiger Hinweis:** Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung, die zusammen mit einer gesunden Lebensweise von Bedeutung ist. Stand: 04/2021. Pädia GmbH, Von-Humboldt-Str. 1, 64646 Heppenheim. In Lizenz von BioGaia AB, Kungsbroplan 3, 10364 Stockholm, Schweden

A8001124-08-0522 / 148x210



D

DeVit®-Tropfen	Zur oralen Rachitisprophylaxe 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/hohes Blutdruck
Epi	Episiotomie, Scheidendammchnitt; 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 zugelassen

F

FHF	Fetale Herzfrequenz; Herzschlag des Ungeborenen
FL/HL	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, z. B. Präeklampsie/EPHGestose, HELLP-Syndrom
Gravida	Anzahl der Schwangerschaften

Gravidogramm

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

H

Hb/Ery

Hämoglobin= roter Blutfarbstoff/Erythrozyten = rote Blutkörperchen

HELLP-Syndrom

Schwangerschaftserkrankung, Komplikation der Präeklampsie. HELLP steht für Hämolyse (Zerfall von Blutbestandteilen), Elevated Liver Enzyme Levels (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

I

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 \emptyset (Urtinktur (=D1));

Carum Carvi Baby-Kümmelzäpfchen. Wirkst.: Auszug aus Kümmel. **Zus.:** 1 Zäpfchen enth. 100 mg Auszug aus Kümmel [Carum carvi, ethanol. Decoctum \emptyset (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.

K**KaVit®**

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

KB

Kindegewegung

Kochsalzlösung 0,9%

Isotonische Kochsalzlösung; befreit sanft Nase und Atemwege

Kolostrum

Vormilch

KU

Kopfumfang des Kindes

L***Lactobacillus reuteri* 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® Enthält *Lactobacillus fermentum*, einen natürlichen Keim aus der Muttermilch

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 Orale Glukose-Toleranztest zur Frühdiagnostik eines Diabetes mellitus oder Gestationsdiabetes



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 Nabelschnurblut 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-invasive Messung der Sauerstoffsättigung des Blutes (SpO₂); wird beim Neugeborenen durchgeführt.

MamBiotic®

Lactobacillus fermentum CECT 5716

Für eine entspannte Stillzeit

Eine
Kapsel
täglich



- ✓ Unterstützt eine ausgewogene Milchgangflora
- ✓ Enthält natürliche Lactobacillen aus der Muttermilch
- ✓ Wirksamkeit von *L. fermentum* 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®. Nahrungsergänzungsmittel für Stillende mit *Lactobacillus fermentum* CECT 5716. **Zutaten:** Maltodextrin, Hydroxypropylmethylcellulose, *Lactobacillus fermentum* CECT 5716 (LC40), Stabilisator Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Farbstoff Titandioxid. Kann Spuren von Milch enthalten. **Wichtige Hinweise:** Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung. Stand: 04/2021. Biosearch S.A., Camino de Purchil 66, 18004 Granada, Spanien.

A8001094-13-0522 / 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 Kind.

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 Schwangeren gegen Röteln. Ist der Titer sehr hoch, deutet dies auf eine frische Infektion hin.

RR Riva Rocci = Namensgeber des Blutdrucks. 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 durch Ultraschall in der Frühschwangerschaft
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 = rückenmarksnahe örtliche Betäubung
Streptokokken	Kleine, 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



Übertragung

Die Schwangerschaft dauert über den ET hinaus an; echte Übertragung zählt ab der 42. SSW.

US

Ultraschalluntersuchung

Uterus

Gebärmutter



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**

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

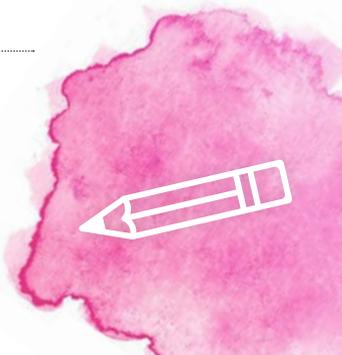
**Zervix; Cervix uteri**

Gebärmutterhals; unterer Teil der Gebärmutter

Zytomegalie

Infektionskrankheit; verursacht durch das Zytomegalievirus (abgekürzt CMV)

Handwriting practice lines consisting of 20 horizontal dotted lines.



Unsere Ratgeber

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



Zusätzlich haben wir auch einige fremdsprachige Ratgeber im Angebot:

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

